

Nasıl Hayır Derim?

Nereden Yardım İsterim?

MADDE BAĞIMLILIĞI

Beykoz RAM



- Hayır, teşekkür ederim. 🙌
- Hayır, bana göre değil. 🙌
- Hayır dostum, sağ ol. Ben böyle iyiyim. 🙌
- Eğer annem babam beni bu durumda görse gerçekten çok üzülürdü. 🙌
- İnsanda yaptığı etkiyi sevmem. 🙌
- Hayır, sağlıklı kalmak için çabalıyorum. 🙌
- Hayır, ben bir sporcuyum, böyle şeyler yapamam. 🙌
- Hayır, teşekkürler, ben eve gitmeliyim. 🙌
- Hayır, ben okula gidiyorum. Bunu riske atmak istemem. 🙌

Bağımlılık Tedavi Edilebilir

Kişinin tedavi olmayı istemesi ve kişinin maddeyi bırakmaya kendini hazır hissetmesi çok önemlidir

BAĞIMLILIKTAN KURTULMAK İÇİN

**Yeşilay Danışmanlık Merkezi
YEDAM**

**Uzman Psikiyatrlar
AMATEM**

**Rehberlik ve Araştırma
Merkezleri**

Başvurabilir ve yardım talebinde
bulunabilirsiniz

Beykoz RAM
(0216) 4654155

**MADDE
BAĞIMLILIĞINDAN
KORUNMANIN EN İYİ
YOLU ONA
HIÇ BAŞLAMAMAKTIR.**

BİZ
SENİN İÇİN
BURADAYIZ



**BAĞIMLILIĞA
TESLİM OLMA**



BİR KİŞİ NE ZAMAN BAĞIMLI SAYILIR

Kullanılan madde miktarının, aynı etkiyi sağlamak amacıyla giderek artırılması

Madde kesildiğinde ya da azaltıldığında fiziksel ve ruhsal yoksunluk belirtilerinin ortaya çıkması

Madde kullanımını denetlemek ya da bırakmak için gösterilen çabanın sürekli boşa çıkması

Maddeyi sağlamak, kullanmak ya da bırakmak için çok fazla zaman harcanması

Sosyal, mesleki ve kişisel etkinliklerin madde kullanımı nedeni ile azaltılması ya da tamamen bırakılması

Fiziksel ya da ruhsal sorunlara yol açmasına rağmen madde kullanımına devam edilmesi

Kişinin tasarladığından daha fazla madde kullanması

Bir kişide, son 12 aylık dönemde, bu belirtilerden en az üçü gözlemleniyorsa o kişi bağımlıdır:

BAĞIMLILIK DÖNGÜSÜ



BELKİ KULLANABİLİRİM

BİR KEREDEN BİR ŞEY OLMAZ

ARTIK BIRACAĞIM

BIRAKTIM BİR DAHA BAŞLAMAM

BİR DAHA ASLA

BIRAKMAK ZORUNADYIM

BEN BAĞIMLI OLMAMM

BU MERET BIRAKILMAZ

İSTESEM BIRAKIRIM

MADDE BAĞIMLILIĞI

Madde bağımlılığı, vücudun bir ya da birden çok işlevini olumsuz yönde etkileyen maddelerin kullanılması, bu maddelerden zarar görülmesine rağmen bu maddelerin kullanımının bırakılamamasıdır