

BAĞIMLILIK İNCELEME VE TANIMA ENVANTERİ (BİTANE)

Bağımlılık İnceleme ve Tanıma Envanteri (BİTANE) Var-Yok listesi; hastanın/danışanın öyküsünü hızlı ve kapsamlı olarak almanızı ve tek bir sayfada bir bütün olarak görmenizi sağlar.

Listede tıklanan kutuların fazlalığı, aynı zamanda bağımlılık şiddet düzeyini görmenize yardımcı olur. Şiddet düzeyi yani risklerin fazlalığı, bize o danışana daha yoğun müdahale ihtiyacını göstermektedir. Bu durumdaki danışanların daha sık bireysel ve grup çalışmalarına, etkinliklere, eğitimlere katılması uygun olur.

BİTANE VAR-YOK LİSTESİ
Danışan/Hasta adı soyadı Tarih

KULLANIM ÖZELLİKLERİ		MOTİVASYON	
5 yıldan uzun düzenli kullanım	<input type="checkbox"/>	Bireysel motivasyon düşük	<input type="checkbox"/>
Haftanın çoğunluğunda kullanım	<input type="checkbox"/>	Dışsal motivasyon düşük	<input type="checkbox"/>
Çok fazla miktarda kullanım	<input type="checkbox"/>		
Gündüz saatlerinde de kullanım	<input type="checkbox"/>	TANI ÖLÇÜTLERİ	
Uygun olmayan ortamlarda kullanım	<input type="checkbox"/>	Madde miktarının giderek artması	<input type="checkbox"/>
Damar yoluyla kullanım	<input type="checkbox"/>	Sık ve başarısız bırakma girişimleri	<input type="checkbox"/>
Çoğul madde kullanımı	<input type="checkbox"/>	Durdurmakta zorluk	<input type="checkbox"/>
		Şiddetli yoksunluk belirtileri	<input type="checkbox"/>
YAŞAM ÜSTÜNE ETKİ		Çok zaman harcama	<input type="checkbox"/>
Ruhsal sorunlara yol açma	<input type="checkbox"/>	Madde kullanım isteği (craving) yüksek	<input type="checkbox"/>
Eğitim veya çalışma hayatında bozulma	<input type="checkbox"/>	Başka etkinliklerde azalma	<input type="checkbox"/>
Aile ilişkilerinde bozulma	<input type="checkbox"/>	Sorumluluklarını yerine getirememe	<input type="checkbox"/>
Yasal sorunlar	<input type="checkbox"/>	Zarar vermesine rağmen kullanma	<input type="checkbox"/>
Arkadaş ilişkilerinde bozulma	<input type="checkbox"/>	Tehlikeli durumlarda dahi kullanma	<input type="checkbox"/>
Madde etkisiyle uygunsuz davranışlar	<input type="checkbox"/>		
		KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ	
AİLE İLİŞKİLERİ		<input type="checkbox"/> Stresle başa çıkma zorluğu	<input type="checkbox"/>
Ailede eş bağımlılık	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Dürtüsellik	<input type="checkbox"/>
Ailede bağımlılık öyküsü	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Heyecan arama davranışı	<input type="checkbox"/>
Aileyle iletişim sorunları	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Güvenli davranış eksikliği	<input type="checkbox"/>
Ailede yetersiz ebeveynlik becerileri	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/> Duygu regülasyon bozukluğu	<input type="checkbox"/>
Aile içi bağlar zayıf	<input type="checkbox"/>		
Eşin de madde kullanıyor olması	<input type="checkbox"/>	SOSYAL SORUNLAR	
Eş ile ciddi sorunlar	<input type="checkbox"/>	Barınma sorunları	<input type="checkbox"/>
Sosyal destek zayıflığı	<input type="checkbox"/>	Ekonomik sorunlar	<input type="checkbox"/>
		İşsizlik	<input type="checkbox"/>
YAŞAM DÜZENİ		Düşük eğitim düzeyi	<input type="checkbox"/>
Arkadaşların çoğunluğunda madde	<input type="checkbox"/>	Sosyal güvence yok	<input type="checkbox"/>
Çevrede yoğun madde kullanımı	<input type="checkbox"/>		
Düzensiz yaşam	<input type="checkbox"/>	EK RUHSAL SORUNLAR	
Sağlıksız yaşam	<input type="checkbox"/>	Dikkat Eksikliği Hiperaktivite	<input type="checkbox"/>
Boş zamanın fazla olması	<input type="checkbox"/>	Depresyon	<input type="checkbox"/>
Toplum dışı yaşam tarzı	<input type="checkbox"/>	Anksiyete bozukluğu	<input type="checkbox"/>
		Borderline kişilik bozukluğu	<input type="checkbox"/>
TIBBİ SORUNLAR		Antisosyal kişilik bozukluğu	<input type="checkbox"/>
Kullanıma bağlı fiziksel sorunlar	<input type="checkbox"/>	Ruhsal travma öyküsü	<input type="checkbox"/>
Bilişsel sorunlar	<input type="checkbox"/>	Bipolar bozukluk	<input type="checkbox"/>
Bulaşıcı hastalık varlığı	<input type="checkbox"/>	Diğer psikoz	<input type="checkbox"/>
Uzun bırakma dönemlerinin olmaması	<input type="checkbox"/>	İntihar riski veya geçmiş girişimler	<input type="checkbox"/>
		Kendine zarar verme davranışı	<input type="checkbox"/>

BİTANE VAR-YOK LİSTESİ AÇIKLAMALARI

KULLANIM ÖZELLİKLERİ

5 yıldan uzun düzenli kullanım.

Burada araştırılan; ilk kullandığı yaş değil, düzenli kullanımın 5 yıldan daha fazla olup olmadığıdır.

Haftanın çoğunluğunda kullanım

Haftada 4 gün veya daha fazla kullanım.

Çok fazla miktarda kullanım.

Bir seferde fazla miktarda alkol-madde kullanımı. Alkol için 6 standart ölçüden fazla kullanım.

Gündüz saatlerinde de kullanım.

Sabah veya öğlen saatlerinde kullanımın var olması.

Uygun olmayan ortamlarda kullanım.

Kaçamak kullanım (ör: evde bir köşeye içki şişesini saklamak), sokakta, parkta içmek vb.

Damar yoluyla kullanım.

Bir kez dahi olsa damar yoluyla kullanım.

Çoğul madde kullanımı.

Tek bir madde değil, birden çok maddeyi bir arada sürekli ve düzenli bir şekilde kullanmak. Alkolle birlikte madde kullanımında dikkatli olmak gerekir. Örneğin; alkol sonrası kokain gibi bir madde kullanmak hedeflenmemektedir. Yoğun alkol kullanımı + başka bir madde kullanımı çoğul madde olarak kabul edilebilir.

YAŞAM ÜSTÜNE ETKİ

Ruhsal sorunlara yol açma.

Alkol-madde kullanımına bağlı psikoz, depresyon vb kastedilmektedir. Madde kullanımı öncesi var olan ruhsal sorunlar burada hedeflenmemektedir.

Eğitim veya çalışma hayatında bozulma.

Okulu veya işi bırakma, performansta düşme vb.

Aile ilişkilerinde bozulma.

Eş veya ebeveyn ilişkilerinde bozulma.

Yasal sorunlar.

Kullanıma bağlı yasal sorunlar. Örneğin; denetimli serbestlik, ehliyeti kaptırmak, karakola düşmek, madde bulundurmaya bağlı cezaevi öyküsü vb.

Arkadaş ilişkilerinde bozulma.

Alkol-madde kullanımına bağlı olarak, alkol-madde kullanmayan arkadaşlardan uzaklaşma, sorunlar yaşama vb.

Madde etkisiyle uygunsuz davranışlar.

Çok ve gereksiz konuşmak, gereksiz mesajlar atmak, olmadık cinsel davranışlar vb.

AİLE İLİŞKİLERİ

Ailede eş bağımlılık.

Aile bireylerinden biri veya birkaçının; bağımlı tarafından bağımlılığın devamı için sunulan tüm gerekçeleri kabul etmesi, bağımlıya şartsız destek vererek bağımlılığın sürmesine yol açması ve bağımlı odaklı bir yaşam sürmeye başlaması.

Ailede bağımlılık öyküsü.

Ailede birinci veya ikinci derece akrabalarda alkol-madde bağımlılığı öyküsünün olması.

Aileyle iletişim sorunları.

Aile tarafından suçlanma, aşağılanma vb davranışların olması, çatışma çıkmadan sohbet edilememesi.

Ailede yetersiz ebeveynlik becerileri.

Ailede çatışma çözme veya kural koyma veya sorumluluk verme becerisinin yetersiz olması.

Aile içi bağlar zayıf.

Aile üyelerinin birbirinden uzak olması, birlikte bir şeyler yapmaması (ör: yemek yememesi, bir etkinlik yapmaması vb.).

Eşin de madde kullanıyor olması.

Eşin de madde veya yoğun alkol kullanıyor olması.

Eş ile ciddi sorunlar.

Eş ile çatışma, kavga, anlaşmazlık hallerinin şiddetli ve sık olması.

Sosyal destek zayıflığı.

Eş veya aile tarafından sosyal destek verilmemesi, bağımlının maddi ve manevi yalnız bırakılması.

YAŞAM DÜZENİ**Arkadaşların çoğunluğunda madde kullanımı.**

Arkadaşlarının yarısından fazlasının yoğun alkol veya madde kullanan kişiler olması.

Çevrede yoğun madde kullanımı.

Yaşadığı çevrede (mahalle, semt vb.) yoğun madde kullanımının olması.

Düzensiz yaşam.

Gece geç yatıp, sabah erken kalmak vb.

Sağlıksız yaşam.

Beslenme, temizlik, hareket etme (spor) gibi temel sağlıklı yaşam kurallarına uymamak.

Boş zamanının fazla olması.

Zamanının çoğunluğunun boş olması.

Toplum dışı yaşam tarzı.

Sokakta yaşama, suç ile geçinme, seks işçiliği vb.

TIBBİ SORUNLAR**Kullanıma bağlı fiziksel sorunlar.**

Karaciğerde bozulma, akciğer sorunları vb.

Uzun bırakma dönemlerinin olmaması.

Kullanımın sürekli devam etmesi, kısa süreli bırakma girişimlerinin olması ancak uzun dönemli bırakma girişimlerinin olmaması.

Bilişsel sorunlar.

Algılama yeteneğinde bozulma, dikkat ve hafıza bozuklukları gibi bilişsel yetersizlikler.

Bulaşıcı hastalık varlığı.

Hepatit-C, HIV veya başka bulaşıcı hastalıkların varlığı.

MOTİVASYON**Bireysel motivasyon düşük.**

Bırakma veya azaltma konusunda değişim motivasyonunun düşük olması.

Dışsal motivasyon düşük.

Aile veya diğer çevrelerden bırakma veya azaltmaya yönelik isteklerin az olması.

TANI ÖLÇÜTLERİ**Madde miktarının giderek artması.**

Kullanılan alkol veya maddeye tolerans gelişmesi.

Sık ve başarısız bırakma girişimleri.

Sık bırakma veya tedavi girişimlerinin olması ama tekrar kullanmaya başlamanın sık olması.

Durdurmakta zorluk.

Planlanandan fazla kullanmak.

Şiddetli yoksunluk belirtileri.

Alkol-madde kesildiğinde belirgin yoksunluk belirtilerinin gözlenmesi (örneğin uykusuzluk, terleme, sinirlilik, huzursuzluk, titreme vb.).

Çok zaman harcama.

Alkol-madde bulmak, kullanmak veya ayılmak için fazla zaman harcama.

Madde kullanım isteği (craving) yüksek.

Kullanmak için belirgin bir istek, arzu veya dürtü hissetmek.

Başka etkinliklerde azalma.

Alkol-madde kullanmak için hayatındaki başka etkinliklerden vazgeçmek. Örneğin aile ziyaretleri, hobiler, sosyal ilişkiler vb.

Sorumluluklarını yerine getirememe.

Tekrar eden kullanım sonucu sorumluluklarını yerine getirememe (işte, okulda, evde).

Zarar vermesine rağmen kullanma.

Olumsuz etkilerine rağmen kullanıma devam etme (toplumsal ve kişiler arası sorunlar), olumsuz bedensel veya ruhsal etkilerinin bilinmesine rağmen kullanmayı sürdürme.

Tehlikeli durumlarda dahi kullanma.

Örneğin; araç kullanmadan önce alkol kullanımı, hastayken madde kullanımı vb.

KİŞİLİK ÖZELLİKLERİ**Stresle başa çıkma zorluğu.**

Kaygıların, korkuların, panik atakların olması. Stresle başa çıkma yetisinin belirgin düzeyde yetersizliği. Stresle başa çıkmak için alkol-madde kullanımının olması.

Dürtüsellik.

Belirgin düzeyde düşünmeden hareket etme, sabırsızlık, bir şeyi yapınca durduramamak, sonuna kadar yapmak vb.

Heyecan arama davranışı.

Uygunsuz veya tehlikeli olsalar bile, heyecanlı veya eğlenceli şeyler yapmaktan hoşlanmak, hayatında yeni bir şeyler olmadığında, heyecan ya da coşku verici şeyler aramaya başlamak, ne zaman ne yapacağı belli olmayan, heyecan verici, hareketli arkadaşları tercih etmek vb.

Güvenli davranış eksikliği.

Kendini ifade etmekte güçlük, ısrarlara karşı koymakta zorluk, sıklıkla içine atma, içe dönüklük vb.

Duygu regülasyon bozukluğu.

Çok hızlı duygu değişimlerinin ve bu duygu değişimlerinin derin olması.

SOSYAL SORUNLAR**Barınma sorunları.**

Uygunsuz barınma ortamında, barınakta, sokakta yaşamak, bir kurumda yaşamak vb.

Ekonomik sorunlar.

Gelirinin yaşamını sürdüreceği düzeyde olmaması, başkasından destek alarak hayatını sürdürmek, ekonomik sorunların [madde] kullanımına yol açması vb.

İşsizlik.

Düzenli gelir getiren bir işinin olmaması.

Düşük eğitim düzeyi.

Okur yazar olmaması veya düşük eğitim düzeyinin olması.

Sosyal güvence yok.

Sağlık veya emeklilik güvencesinin olmaması.

RUHSAL SORUNLAR

Dikkat eksikliği hiperaktivite.

Tanısal düzeyde olmasa bile belirgin dikkat eksikliği hiperaktivite belirtilerinin olması.

Depresyon.

Hiçbir şeyden keyif alamama, isteksizlik, mutsuzluk, çökkünlük, ruhsal enerji azlığının olması. Daha önce ciddi bir depresyon öyküsü varlığı.

Anksiyete bozukluğu

Panik atak, yaygın anksiyete bozukluğu, sosyal fobisi veya öyküsünün olması.

Borderline kişilik bozukluğu.

Belirgin duygusal dalgalanmalar, sık ve yoğun yaşanan öfke patlamaları, kişilerarası ilişkilerde sorunlar, boşluk hissi, terk edilmekten ve yalnız başına olmaktan korkmak vb.

Antisosyal kişilik bozukluğu.

Tekrarlayan suçlar, sık iş ve eş değiştirme, başkalarıyla empati yapmakta güçlük, hep kendini haklı bulmak, sık yalan söyleme, hep kurban rolünde olma, yüzeysel bir çekicilik vb.

Ruhsal travma.

Ruhsal travma öyküsünün olması. Yaşanan ruhsal travmanın şimdiki hayatını etkilemesi. Ruhsal travmanın, bağımlılığın sürmesinde ve tekrarlamasında etken olması.

Bipolar bozukluk.

Duygudurum bozukluğu manik atak veya depresyonun olması.

Diğer psikoz.

Bipolara bağlı olmayan, paranoya, şüphecilik vb. durumları veya şizofreni belirtilerinin olması.

İntihar riski ve geçmiş girişimler

Halen intihar düşünceleri veya planlarının olması, geçmişte ciddi intihar girişimlerinin varlığı.

Kendine zarar verme davranışı.

Kendini kesme, kendi üstünde sigara söndürme, faça atma vb.