

PSİKİYATRİK BOZUKLUĞU OLMAYAN KİŞİLERDE SİGARA İÇME DAVRANIŞININ DEPRESYON DÜZEYLERİYLE İLİŞKİSİ

Huten M., Kalyoncu A., Pektaş Ö., Beyazyürek M.

Bu çalışmada, halen ve öyküsünde psikiyatrik bozukluk bulunmayan kişilerde sigara kullanımının depresyon düzeyi ile ilişkisinin saptanması hedeflenmiştir. Çalışmaya çeşitli hastanelerden 674 sağlık personeli denek olarak alınmıştır. Tüm deneklerde SCID-NP Türkçe versiyonu kullanılarak klinik görüşme yapılmıştır. Deneklerin depresyon düzeylerini belirlemek amacıyla “Beck Depresyon Ölçeği” ile sigara içenlerde bağımlılık derecesini belirleyen “Fagestrom Nikotin Alışkanlık Skalası” verilmiştir. Denekler; nikotin bağımlıları, bağımlılık sınırları dışında sigara kullananlar, hiç sigara kullanmayanlar, eskiden nikotin bağımlısı iken sigarayı bırakanlar sınıflandırılmıştır.

Nikotin bağımlısı sigara içenlerin, içmeyen ve sigarayı bırakmış olanlara göre daha yüksek derecede depresif semptomlara sahip olduğu bulunmuştur. Benzer özellik nikotin bağımlılığı olmayan sigara kullananlarda bulunmamıştır. Bu çalışma halen ve geçmişte psikiyatrik bozukluğa sahip kişiler dışlanarak yapıldığından; literatürde yer alan, depresif hastalık ve sigara kullanımına ait ortak predispozisyon varsayımını nikotin bağımlılığı ile birlikte bulunan, patolojik düzeyde olmayan yükselmiş depresif semptom derecelerine de genişletilmiştir.

KAYNAKLAR

- 1-Breslau N. : Nicotine and major depression. No evidence from a prospective investigation. Arch Gen Psychiatry SO (1) : 31-5,1993
- 2-Kendler KS, Neale MC, Mac Lean CJ: Smoking and major depression. A causal analysis. Arch Gen Psychiatry 50 (1) : 36-43, 1993.
- 3- Parchman ML:Recognition of Depession in patients who smoke J Fam Pract 33(3): 255-8, 1991.

PSİKİYATRİK BOZUKLUĞU OLMAYAN KİŞİLERDE SİGARA İÇME DAVRANIŞININ DEPRESYON DÜZEYLERİYLE İLİŞKİSİ

GİRİŞ

Seksenli yıllarda; sigara ile geçmişte major depresyon öyküsü olanlar arasındaki bağlar, depresyon geçirenlerde sigara tedavisine karşı başarısızlıklar ve taramalarda sigara içenlerin içmeyenlere göre daha yüksek depresyon semptom düzeyleriyle beraberlikleri ortaya çıkarılmıştır. Bu ilintiler anksiyete ve sigara ilişkisinden de çarpıcı bulgular vermektedir. Oysaki sigara içenler, sigaranın spesifik olarak depresif duyguları giderdiğini söylememektedirler. Acaba bu birliktelik bir rahatsızlık-ilaç birlikteliği midir, yoksa sigara bu semptomlara mı yol açmaktadır? Bu konudaki düşünceler hemen hemen sigara ile depresyonun ortak bir predispozisyon sonucu birlikte olduğunda birleşmektedir. Fakat depresyonun da kognitif yanı olduğu ve kişinin yeteneklerini etkilediğini düşünürsek; sigara içmenin depresyon semptomlarına karşı başa çıkma davranışı, belki de farmakolojik ajan gibi semptom giderici olduğunu da hesaba katarak bu ortak predispozisyona inanmalıyız.

Geçmişinde ve şimdi psikiyatrik bozukluğu olmayan sigara kullananlar ile yine sağlıklı sigara kullanmayanların depresyon semptom (patolojik düzeyde olmayan) karşılaştırılmasında büyük eksiklikler vardır. Psikiyatrik tanı almayan sigara içenlerde de yine tanı almayan içmeyenlere göre semptom düzeyinde fark bulunursa; özellikle depresyonda öne sürülen ortak predispozisyonu, hastalık veya bozukluk yanısıra semptom düzeyine de indirmek mümkün olacak ve yüksek depresyon düzeyinin mi yoksa depresif semptomlarla başa çıkma yetersizliğinin mi daha ağırlıklı olarak sigara içmeyle ilişkili olduğu sorusuna açıklık getirecektir.

Bugüne kadar ki sigara, nikotin ve depresyon ilişkisi üzerine toparlanmış bilgileri özetleyecek olursak bu konuyu 4 olasılık temelinde almak gerekecektir.

- 1- Nikotin kullanımının depresyon başlatabileceği konusundaki bilgiler çok sınırlıdır .
- 2- Nikotin kesilmesinin depresyonu ortaya çıkardığı yolunda ise çok sayıda yayın vardır (Bu konu özellikleri dolayısıyla sonraki bir kısımda gözden geçirilecektir). Depresif belirtileri olan gençlerin nikotini bir ilaç olarak kullandıklarına inanmak kolay gözükmeyle beraber yakın zamana kadar tam tersi bir iddiayı düzenli sigara kullanmanın sonraki depresyon ataklarına yatkınlığı artırdığını reddetmek de mümkün olmamıştır.
- 2- Bir olasılık da depresyon ve sigara kullanımına ortak bir genetik yatkınlığın olabileceğidir ki bu bölümde ve biyolojik bakış bölümünde buna ait çalışmalar tartışılmıştır
- 3- Yeterli olmamakla beraber yapılan bazı alan çalışmaları sigaranın depresif hastalıkların tanılarının yanısıra belirtileri ile de ilişkili olduğunu göstermektedir.

Bu çalışmaya alınanların bir bölümünün şimdi veya geçmişte herhangi bir depresif hastalık tanısı almadığı da düşünülürse, böyle depresyon tanısı almayan ama diğer popülasyona göre daha çok elementer depresyon puanına (semptom düzeyine) sahip olan kişilerin daha seçici çalışmalarla bu ilişki açısından incelenmesi gerekmektedir. Böyle bir ilişkinin de var olduğu netleşirse bu kişilerdeki sigara kullanımının depresyon semptomlarını gidermede ilaç benzeri bir etki amacıyla mı yoksa bir öncesi olasılıkta olduğu gibi ortak bir genetik tatkinliğe bağlı mı alındığı daha ileriki araştırma konuları olabilir.

Son olarak eğer sigara ile depresyonun hastalık veya semptom düzeyinde olan birlikteliği genetik bir ortak yatkınlığa sahipse ki öyle görünüyor, bu her ikisine sebep olan genetik bozukluğun aynı kromozom üzerinde bağımsız olarak yer almasıyla veya tek genetik bozukluğun her ikisine de sebep olabilecek bir biyokimyasal ortam yaratması ile olabilir.

Bu çalışma; halen ve öyküsünde psikiyatrik bozukluğu olmayan sigara kullananlarda depresyon semptom (patolojik düzeylere ulaşmayan) düzeylerinin yine tanı almayan sigara kullanmayanlara göre farklı olup olmadıklarını incelemek amacıyla yapılmıştır.

METOD

Bu çalışmada halen ve öyküsünde psikiyatrik bozukluk bulunmayan kişilerde sigara kullanımının depresyon ve anksiyete düzeyleri ile ilişkisinin araştırılması hedeflendiğinden, tüm denekler DSM-III-R sistemine göre halen ve geçmişte tanı almayanlardan dört grup teşkil edecek şekilde seçilmiştir. Deneklerin önemli kronik bir medikal hastalığı olmamasına dikkat edilmiştir.

Bu gruplar:

- 1- DSM-III-R'ye göre nikotin bağımlılığı tanısı alan sigara kullananlar
- 2- Nikotin bağımlılığı tanısı almayan sigara kullananlar
- 3- Eskiden sigara içen, ancak en az son iki yıldır bu alışkanlığını bırakanlar.
- 4- Hayatlarında hiç veya birkaç taneden başka sigara kullanmamış olanlar şeklinde ayrılmıştır.

Denekler bu çalışmaya seçkisel olmayan yöntemle alınmışlardır.

Toplam 674 denek alınmıştır. Bunların ortalama yaşı 30.676 (SS=6.075) bulunmuştur. %51,3'ü (346 denek) erkek, %48,7'si (329 denek) kadındır. %60,7 (410)si evli, %36,4 (246)ü bekar, %2,8 (19)'si boşanmıştır. %31,0 (209)'ü lise, %60,6 (409)'sı üniversite, %5,8 (39)'i ilköğretim, %2,7 (18)'si ortaokul mezundur.

1. grup en az 2 yıldır sigara kullanan n=264 (deneklerin %39,1'i) oluşmuştur. Ortalama günlük sigara adedi 21.66 (SS=6.21), ortalama sigara içme yılı 11.4735 (SS=6.05), başlama yaşı ortalama 19.2689 (SS=2.92)'dir.

2. grup en az 2 yıldır sigara kullanan n=85 (deneklerin %12,6'sı) kişiden oluşmuştur. Ortalama günlük sigara adedi 4.78 (SS=2.28), ortalama sigara içme yılı 8.81 (SS=6.62), ortalama başlama yaşı 21.0353 (SS=3.895)'dir.

3. Grup en az 2 yıldır sigarayı bırakmış olan eski içici n=55 (deneklerin %8,1'i) kişiden oluşmuştur. Ortalama günlük sigara adedi 20.1636 (SS=11.24) ortalama sigara içme yılı

7.0909 (SS=5.08), ortalama başlama yaşı 18.5636 (SS=5.46), ortalama bırakma yılı 6.545 (SS=4.26)'dir.

4. Grup hiç sigara kullanmayan n=270 (deneklerin %40.0'ı) kişiden oluşmuştur.

Çalışmaya katılan bütün deneklerle SCID-NP Türkçe versiyonu kullanılarak klinik görüşme yapılmıştır. Nikotin bağımlılığı dışındaki hiçbir psikiyatrik bozukluk (öyküsünde de olsa) çalışmaya alınmamıştır. Aynı zamanda akut veya kronik ciddi bir fizik rahatsızlığı olanlar da çalışma dışı tutulmuştur. Nikotin bağımlısı olan ve olmayan sigara kullananların en az iki yıldır sigara kullanıyor olanları çalışmaya alınmıştır.

Deneklerin sahip oldukları depresyon ve anksiyete düzeylerini tespit etmek amacıyla Beck Depresyon ile Beck Anksiyete ölçekleri uygulanmıştır. Nikotine bağımlı ve bağımlı olmayan sigara içicilerinde bu ayrımı başka bir yolla doğrulamak, eğer varsa aralarındaki depresyon-anksiyete düzeyi farklılıklarını sayısal bir değerle karşılaştırabilmek amaçlarıyla sigara içen gruplara Fagestrom Nikotin Alışkanlık Skalası verilmiştir.

Nikotin bağımlılığı dışında psikiyatrik bozukluğu olanlar, önemli psikiyatri dışı hastalığı olanlar, ölçekleri normal sürelerinden önce dolduranlar çalışma kapsamına alınmamıştır.

Tüm istatistik hesaplar SPSS PC+ ver. 4.0 paket programı ile gerçekleştirilmiştir. İkili karşılaştırmalarda t-testi, ikiden çok grup karşılaştırmalarında ise tek-yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Tek yönlü varyans analizi sonrası "post hoc" yaklaşım olarak Tukey HSD (Honestly Significant Difference) yöntemi seçilerek çoklu karşılaştırmalar yapılmıştır.

İSTATİSTİKSEL DEĞERLENDİRME VE SONUÇLAR

Bu çalışmada ikili grup karşılaştırmalarında t-testi, ikiden çok grup karşılaştırmalarında ise tek-yönlü varyans analizi kullanılmıştır. Tek yönlü varyans analizi sonrası "post hoc" yaklaşım olarak Tukey HSD (Honestly Significant Difference) yöntemi seçilerek çoklu karşılaştırmalar yapılmıştır.

Tek yönlü varyans analizine göre, Beck Depresyon Skalası açısından dört grup anlamlı farklılık göstermiştir ($F(3.673) = 9.15, p < 0.00001$). Grup karşılaştırmalarında ise nikotin bağımlısı sigara içen grup (G1), depresyon puanı ortalaması sigarayı bırakmış (G3) ve hiç sigara içmeyen (G4) gruptan anlamlı derecede yüksek bulunmuştur. Bağımlı grupla bağımlı olmaksızın sigara kullanan grup arasında böyle bir fark bulunmamıştır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Bugüne kadar yapılan çalışmalar; bazı zıt ve çelişkili bulgulara rağmen sigara kullananlarda saptanan yüksek anksiyete ve depresyon düzeylerine dikkati çekmiştir.

Fakat çoğu çalışmada anksiyete ve depresyon semptomlarının derecelerine bakılırken çalışmaya alınanların kaçının bu semptomlara (halen ve geçmişte) bozukluk düzeyinde sahip olduğu belirtilmemiştir. Oysa sigara içmenin depresif bozukluklarla daha belirgin olmak üzere hem depresif hem anksiyete bozukluğu tanıları ile anlamlı ilişkilerine de son zamanlarda dikkat çekilmektedir. Bu çalışma söz konusu ilişkiyi halen ve geçmişte psikiyatrik bozukluğu (1.eksen) olmayan kişilerdeki patolojik olmayan depresyon ve anksiyete düzeyleri açısından incelemiş ve daha net karşılaştırmalara yardımcı olmuştur.

Bu ilişkilerin çalışmalarla ortaya çıkarılması üzerine düşünceler; sigaranın mı bu semptomları ortaya çıkardığı, yoksa bu semptomların mı sigara içmeye yol açtığı sorularına odaklanmıştır.

Sigara içmenin anksiyete ve depresyona bozukluk veya semptom düzeyinde yol açması pek destek bulamamıştır. Adolesanlar sigaraya henüz başladıklarından sigara içmeye başlamadan önceki dönemlerini daha iyi tanımlayabilmektedirler. Adolesanlar üzerine yapılan çalışmalarda, adolesanların sigaraya başlamaları ile stres, anksiyete, kendilik değeri düşüklüğü ve depresif duygulanımları arasında ilişki kurdukları ve sigara içen adolesanların içmeyenlere göre daha anksiyeteleri ve daha depresif oldukları bulunmuştur. Her ne kadar bu dönemde sosyal grup davranışı ve öğrenme boyutu daha önemli ise de sigara içme davranışının sürdürülmesindeki kadar olmasa da sigaraya başlamada anksiyete ve depresif duygulanım önemli gözükmektedir.

Bu nedensellik tartışmasında ileri sürülen bir hipotez de sigara içenlerin gün içinde plazma nikotin değerlerindeki oynamalara bağlı olarak yaşadıkları yoksunluk semptomları gereği anksiyete duydukları ve sigara içince bu anksiyetenin kaybolması ile rahatladıkları, dolayısıyla sigaranın kendinden bağımsız bir anksiyeteyi gidermediğidir. Bu çalışmada nikotin bağımlısı olan ve olmayan sigara içenlerin, hiç içmeyenlere göre anlamlı derecede yüksek anksiyete puanlarına sahip olduğu bulunmuştur. Nikotin bağımlısı olmayan grubun yoksunluk bulgusu yaşamayacağı veya minimal yaşayacağı düşünülürse, sahip oldukları yüksek anksiyete puanı bu hipotezin en azından her sigar kullanan için geçerli olmadığını düşündürmektedir. Nikotin bağımlısı grubun sahip olduğu yüksek anksiyete düzeyinin aralıklı yoksunluklara mı, sigaranın anksiyetenin fizik bulguları benzeri olan fizik stimülasyonuna mı, yoksa sigara ile tamamen ilişkisiz bir anksiyete ile mi ilişkili olduğu yoruma açık olmakla beraber, nikotin bağımlısı olmayan içicilerdeki yüksek anksiyete düzeyi gözönüne alınırsa bu anksiyetenin nikotin etkileri ile ilişkisiz olduğunu düşünmek mümkün olabilir.

Yine nedensellik tartışmasında ileri sürülen bir hipotez nikotinin anksiyolitik ve antidepresan farmakolojik etkisi olduğu ve anksiyete ile depresyon semptomlarını yaşayan bireylerde farkında olmadan ilaç olarak alındığı kuramıdır. Özellikle depresyonda bu etkinin antidepresanlara benzer şekilde nuc.accumbens ve muhtemelen prefrontal korteksten dopamin salımını arttırmak ve locus coeruleus üzerinden serotonin döngüsünü etkilemek şeklinde olduğu ileri sürülmekte ve anksiyolitik etki için de hipotalamohipofizer eksen ve nikotin

reseptör etkileşmesi örnek gösterilmektedir. Bu hipotezin doğrulanması için başka tür çalışmalar gerekmektedir. Bunlardan biri, depresyon ve anksiyete bozukluğu olan vakaların hastalık öncesi ve esnasındaki sigara alımı değişikliklerini incelemektir. Her ne kadar depresyonun doğası gereği, semptomların giderilmesine ihtiyaç çok belirgin olmasa da hastalar sigarayı iyileşmek amacıyla almadıkları için, bilinçdışı gelişen bu otomatik (eğer varsa) değişmeyi incelemek ilginç olabilecektir. Görülüyor ki bu hipotezi bugünkü verilerle reddetmek mümkün değildir. Sigara içenler, sigaranın anksiyete giderici olduğunu söylemektedir. Sigaranın stimulan etkisi, hoşnutluk veren etkileri olduğu düşünülürse, bunlarla depresyon karşıtı etkiler arasında anlam ilişkisi kurulabilir.

Bu nedensellik tartışmasında en güncel ve taraftarı olan düşünceler sigaranın farmakolojik ve/veya psikolojik olarak anksiyete giderici etkisi olduğundan dolayı anksiyete düzeyi yüksek olanlarca tercih edildiği buna karşılık depresyonun sigara bağımlılığı ile ortak genetik bir predispozisyon gereği bir arada bulunduğudur. Bu predispozisyon aynı genin sebep olduğu ortak bir biyokimyasal zemine bağlı veya genetik aktarımı birbiriyle ilişkili genlerin böyle bir biyokimyasal zemin hazırlamaksızın birlikte patolojik eğilimlerini sergilemeleriyle olabilir.

Böyle bir ortak predispozisyon varsa nikotin bağımlısı grupta bağımlı olmayanlara göre daha belirgin depresyona kaymayı getirecektir. Bu çalışmanın sonuçlarında nikotin bağımlısı grubun hiç sigara içmeyen ve sigarayı bırakmış gruplara göre anlamlı derecede daha yüksek depresyon puanı ortalamasına sahip olduğu saptanmıştır. Aynı farklılık nikotin bağımlısı olmaksızın sigara içenlerde bulunmamıştır. Sigarayı bırakmış grubun da çoğunun nikotin bağımlılık kriterlerine (eskiden) uyduğu gözönüne alındığında muhtemel ortak predispozisyonunun her nikotin bağımlısında olmadığı veya fenotipe yansımadığı ve böyle vakaların sigarayı daha kolay bırakabildiği söylenebilir. Depresyonla sigara arasında olası ortak predispozisyonu nikotin bağımlısı olmayan sigara içicilerinde söylemek güçtür. Bu çalışma daha önceden ileri sürülen nikotin kullanımı ve depresif hastalık arasındaki ortak predispozisyonun nikotin kullanımı (bağımlılık düzeyinde) ile patolojik olmayan ama diğer gruplara göre daha yüksek depresyon puanlarına sahip olma arasında da var olduğunu ileri sürmektedir. Deneklerimizin ortalama yaşının 30.67 (SS=6.075) olduğu düşünülürse ilerde depresif hastalıklara yakalanacakları muhtemeldir ki bu oran önceki çalışmalara dayanarak olasılıkla sigara ile ilişkisiz veya zayıf ilişkili gruplardan daha çok olacaktır.

Yine de bu ortak predispozisyon, patolojik düzeyde olmasa da depresif belirtiler için giderici amaçlı nikotin alınmadığını göstermemektedir. Bu ortak predispozisyonu ileri sürülen biyokimyasal modellere yüklersek, sigaranın, depresyona ve nikotin bağımlılığına yol açan defekti nikotin aracılığı ile kapatmaya çalıştığı böylece depresif bulguları hafiflettiği ileri sürülebilir.

Sigara kullananların, depresif belirtiler üzerine giderici etkilerini belirtmemelerini ve bu konuda yapılmış deneyler olmamasına rağmen sigara kullanımı ile depresyon arasında bulunan beraberlik bu iki olgu arasında ortak predispozisyonu düşündürmüştür. Bu çalışmada da nikotin bağımlısı sigara içenlerin, içmeyen ve sigarayı bırakmış olanlara göre daha yüksek derecede depresif semptomlara sahip olduğu bulunmuştur. Aynı ilinti nikotin bağımlısı olmayan sigara kullananlarda bulunmamıştır. Bu çalışma halen ve geçmişte psikiyatrik bozukluğa sahip kişiler dışlanarak yapıldığından; literatürde yer alan, depresif hastalık ve sigara kullanımına ait ortak predispozisyon varsayımını nikotin bağımlılığı ile birlikte bulunan, patolojik düzeyde olmayan yükselmiş depresif semptom derecelerine de genişletmiştir.

KAYNAKLAR

- 1-Anda RF, Williamson DF, Escobedo LG ve ark: Depression and the dynamics of smoking. A national perspective. JAMA 264 (12):1541-5,1990.
- 2-Breslau N, Kilbey M, Andreski P: Nicotine dependence, major depression, and anxiety in young adults. Arch Gen Psychiatry 48 (12): 1069 –74, 1991.
- 3-Breslau N, Kilbey MM, Andreski P: Nicotine dependence and major depression. Ne evidence from a prospective investigation. Arch Gen Psychiatry 50 (1): 31-5, 1993.
- 4- Glassman AH, Helzer JE, Covey Ls ve ark: Smoking cessation and major depression. JAMA 264 (12): 1546-9, 1990.
- 5- Kendler KS, Neale MC, Maclean CJ ve ark: Smoking and major depression. Acausal analysis. Arch Gen Psychiatry 50 (1): 36-43, 1993.
- 6- Parchman ML:Recognition of depression in patients who smoke. J Fam Pract 33 (3):255-8,1991.
- 7- Rose JE, Ananda S, Jarvik ME: Cigarette smoking during anxiety-provoking and monotonous tasks. Addict Behav 8 (4):353-9,1983.