Sınav haftası. Biri bir hap uzatıyor: “Odaklanırsın.” Gerçekten mi?

Tanısı olmayan birinde DEHB ilacı ne yapar?

Hayır, ders hapı değil.

Doç. Dr. Alişan Burak Yaşar · Psikiyatri Uzmanı

Ödünç ilacın en sık gerekçesi: odaklanmak.

%56,3

ABD'de reçeteli uyarıcı ilacı amacı dışında kullananların en sık gerekçesi uyanık kalmak ya da odaklanmak.

%56,9

İlacı çoğunlukla bir arkadaştan ya da akrabadan, ücretsiz almışlar.

Compton ve ark. (2018)

İnanç yaygın. Peki test edilince ne çıkıyor?

Çift kör deneme

Sağlıklı gençler bir gün ilaç, bir gün plasebo alıyor. Hangisini aldıklarını ne kendileri biliyor ne araştırmacı.

Aynı testler

Bellek, akılda tutma (çalışma belleği), dürtü kontrolü, zekâ ve akademik başarı ölçülüyor.

Ilieva ve ark. (2013)

Ölçülen etki küçük, risk gerçek.

47 çalışmanın özeti

Metilfenidatın genel etkisi küçük bulundu (etki büyüklüğü 0,21). Amfetaminde etki görülmedi.

48 çalışma, 1.409 kişi

Dürtü kontrolü ve kısa süreli bellekte küçük iyileşme. Yazarlara göre genel etki muhtemelen mütevazı.

Roberts ve ark. (2020) · Ilieva ve ark. (2015)

Kişi daha iyi olduğunu hissediyor. Testler aynı şeyi söylemiyor.

HİSSEDİLEN		ÖLÇÜLEN
“İlaçlı gün daha başarılıydım.”	→	Testlerin genelinde iyileşme yok.
Kendini daha keskin hissetmek.	→	Bilişe etkisi en fazla küçük.

Ilieva ve ark. (2013)

Daha çok uğraş, daha düşük kalite.

40 kişi, zor bir bulmaca

İlaçla karar süresi ve hamle sayısı arttı. Ulaşılan çözümün değeri ise plaseboya göre düştü.

898 üniversite öğrencisi

İlacı amaç dışı kullananların not ortalaması artmadı; kullanmayanlara göre üstünlük görülmedi.

Bowman ve ark. (2023) · Arria ve ark. (2017)

Tanısı olanlarda tablo farklı.

DEHB tanısı varsa

133 çift kör çalışmanın özetinde bu ilaçlar yetişkinlerde de belirtileri plasebodan daha çok azalttı. Tedaviyi kendi başınıza bırakmayın.

Tanı yoksa

Bazı kişilerde ölüm dahil ağır sağlık sonuçları görüldü; çoğunda ciddi sorun bildirilmemesi, size bir şey olmayacağı anlamına gelmez.

Cortese ve ark. (2018) · Faraone ve ark. (2020)

Tanı yoksa bu ilaçlar zihni keskinleştirmekten çok, keskin hissettiriyor.

Reçetesiz kullanım hem yasal hem tıbbi risk taşır.

Bulgular çoğunlukla tek dozluk laboratuvar testlerinden; gerçek hayattaki tekrarlayan kullanımı yansıtmıyor, uzun süreli etkisi ve riski açık soru.