



Tıp Fakültesi Öğrencilerinde DEHB Belirtileri ile Kafein Bağımlılığı Arasındaki İlişki: Kesitsel Bir Çalışma

Merve Akkuş¹, Feyza Dönmez¹, Ahmet Doğukan Gökçek², Emre Doğan², Hasan Huseynov², Hatice Yürek², Beyza Kılıç², İrem Elif Küçükoğlu², Sevdnur Esmece², Zeynep Tezgit², Sevgi Kiman², Ahmet Emir Altınsoy²
¹Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Ana Bilim Dalı
²Kütahya Sağlık Bilimleri Üniversitesi Tıp Fakültesi

Giriş

Dikkat eksikliği ve hiperaktivite bozukluğu (DEHB), yetişkinlikte de süren ve üniversite öğrencilerinde akademik performansı olumsuz etkileyen yaygın bir nörogelişimsel bozukluktur. Kafein, dünya genelinde en sık tüketilen psikoaktif madde olup DEHB belirtileri taşıyan bireylerin bilişsel performansı artırmak amacıyla kafeini self-medikasyon amaçlı kullandığı ileri sürülmektedir. Yoğun akademik yük ve kronik stres altındaki tıp öğrencileri bu açıdan kırılgan bir gruba temsil etmektedir. Bu çalışma, tıp öğrencilerinde DSM-5 ölçütlerine dayalı DEHB belirtileri ile kafein bağımlılığı arasındaki ilişkiyi incelemeyi amaçlamaktadır.

Materyal Metod

Bu kesitsel çalışma, bir tıp fakültesinde öğrenim gören 1–6. sınıf öğrencileri arasında çevrim içi anket yöntemiyle yürütülmüştür. Çalışmaya 108 tıp öğrencisi gönüllü olarak katılmıştır. Veri toplama araçları; sosyodemografik bilgi formu, kafein tüketim alışkanlıklarını değerlendiren sorular, DSM-5 ölçütlerine dayalı Yetişkin DEHB Öz Bildirim Ölçeği (ASRS-5) ve Kafein Bağımlılık Ölçeği(KBS)'nden oluşmaktadır. Veriler IBM SPSS Statistics programıyla analiz edilmiş; bağımsız örneklem t-testi ve Pearson korelasyon analizi kullanılmıştır. İstatistiksel anlamlılık düzeyi $p < 0.05$ olarak belirlenmiştir.

Bulgular

Çalışmaya yaş ortalaması 21.58 ± 2.17 yıl olan 108 tıp öğrencisi (kadın %63.0, erkek %35.2) dahil edilmiştir. Kafein tüketiminde çay başı çekmekte (%79.6), enerji içeceği kullanımı ise oldukça sınırlı kalmaktadır (%5.6). ASRS-5 puan ortalaması 17.40 ± 6.96 , KBS puan ortalaması 6.06 ± 5.54 olarak saptanmıştır. Cinsiyete göre karşılaştırmada KBS puanları kadınlarda anlamlı düzeyde yüksek bulunurken ($p = 0.003$), ASRS-5 puanları açısından anlamlı fark saptanmamıştır ($p = 0.474$). Korelasyon analizinde ASRS-5 ile KBS arasında pozitif yönlü anlamlı ilişki tespit edilmiş ($r = .306$, $p = .001$), ancak her iki ölçeğin yaş ve BMI ile anlamlı ilişki göstermediği görülmüştür.

Tablo 2. Katılımcıların Kafein Tüketim Alışkanlıkları		
Değişken	Kategori	n (%)
GÜNLÜK ÇAY TÜKETİMİ		
Çay Tüketimi	İçmiyor	22 (20.4%)
	1–2 bardak	45 (41.7%)
	3–4 bardak	27 (25.0%)
	5+ bardak	14 (13.0%)
TÜRK KAHVESİ TÜKETİMİ		
Türk Kahvesi	İçmiyor	53 (49.1%)
	1 fincan	37 (34.3%)
	2 fincan	9 (8.3%)
	3+ fincan	9 (8.3%)
FİLTRE/ESPRESSO KAHVE TÜKETİMİ		
Filtre/Espresso Kahve	İçmiyor	55 (50.9%)
	1 fincan	30 (27.8%)
	2+ fincan	23 (21.3%)
ENERJİ İÇECEĞİ TÜKETİMİ		
Enerji İçeceği	Hiç	102 (94.4%)
	1 kutu/hafta	6 (5.6%)
KAFEİN YOĞUN TÜKETİM SAATİ		
Tüketim Saati	Sabah (06:00–12:00)	24 (22.2%)
	Öğlen (12:00–18:00)	40 (37.0%)
	Akşam (18:00–24:00)	42 (38.9%)
	Gecce (24:00–06:00)	2 (1.9%)
Değerler frekans (n) ve yüzde (%) olarak sunulmuştur.		

Tablo 3. Cinsiyete Göre ASRS-5 ve KBS Puanlarının Karşılaştırması				
Ölçek	Erkek (n=38) Ort ± SS	Kadın (n=68) Ort ± SS	t	p
ASRS-5 Toplam	16.63 ± 6.62	17.65 ± 7.18	-0,718	0,474
KBS Toplam	3.95 ± 4.07	7.26 ± 5.99	-3.042	0.003**
** p<0.01 istatistiksel olarak anlamlı - (Bağımsız Örneklem t-testi)				

Tablo 4. Değişkenler Arası Korelasyon Analizi (Pearson r)					
Değişken		1	2	3	4
1. Dikkat Eksikliği/Hiperaktivite (ASRS-5) Toplam Puanı	r	1	0,306**	-0,142	-0,022
	p	—	0,001	0,144	0,822
2. Kafein Bağımlılık Ölçeği (KBS) Toplam Puanı	r	0,306**	1	0,029	0,015
	p	0,001	—	0,762	0,879
3. Yaş	r	-0,142	0,029	1,000	0,200*
	p	0,144	0,762	—	0,038
4. BMI (kg/m ²)	r	-0,022	0,015	0,200*	1
	p	0,822	0,879	0,038	—
* p<0.05 - ** p<0.01 düzeyinde anlamlı (Pearson korelasyon testi). ASRS-5: DSM-5'e Dayalı Yetişkin DEHB Öz Bildirim Ölçeği; KBS: Kafein Bağımlılık Ölçeği; BMI: Beden Kitle İndeksi					

Sonuç

Bu çalışma, tıp öğrencilerinde DEHB belirtileri ile kafein bağımlılığı arasında pozitif yönlü anlamlı bir ilişki saptayarak self-medikasyon hipotezini desteklemektedir. Kadın öğrencilerde kafein bağımlılığının daha yüksek bulunması cinsiyete özgü başa çıkma stratejilerinin incelenmesi gerektiğine işaret etmekte; geç saatlerdeki kafein tüketimi ise uyku kalitesi üzerinden DEHB belirtileriyle etkileşime girebileceğini düşündürmektedir. Bulgular, tıp öğrencilerine yönelik koruyucu ruh sağlığı müdahalelerinde DEHB ve kafein tüketiminin birlikte değerlendirilmesinin önemini vurgulamaktadır.

Anahtar Kelimeler: DEHB, kafein bağımlılığı, tıp öğrencileri, ASRS-5, DSM-5

Referanslar

- Ágoston, C., Urbán, R., Horváth, Z., van den Brink, W., & Demetrovics, Z. (2022). Self-medication of ADHD symptoms: Does caffeine have a role? *Frontiers in Psychiatry*, 13, 813545.
- Akova, İ., Duman, E. N., Sahar, A. E., & Sümer, E. H. (2023). Tıp Fakültesi Öğrencilerinde Kafein Kullanımıyla Depresyon, Anksiyete, Stres Düzeyi ve Uyku Kalitesi Arasındaki İlişki. *Turkish Journal of Sleep Medicine*
- Choi, S. W., Kim, Y. W., Lee, C. Y., Jang, H. S., Chae, H. S., Choi, J. H., & Ko, Y. H. (2024). Caffeine consumption of medical students in Korea: amount and symptoms based on a 2023 survey. *Korean Journal of Medical Education*, 36(3), 267.