Kürşat ALTINBAŞ

Gazi Üniversitesi Tıp Fakültesi'nden 2003 yılında mezun olduktan sonra, 2004-2009 yılları arasında Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Hastanesi'nde psikiyatri uzmanlık eğitimini tamamladı. 2012 yılına kadar aynı hastanede Raşit Tahsin Duygudurum Merkezi'nde psikiyatri uzmanı olarak görev yaptı. Mart 2012'de Çanakkale Onsekiz Mart Üniversitesi'nde Yrd.Doç.Dr. olarak göreve başladı, 2014 yılında Doçent Dr. ünvanı aldı ve Mart 2017'ye kadar aynı kurumda öğretim üyesi olarak çalıştı. 2017 yılında Selçuk Üniversitesi'nde göreve başlayan Dr.Altınbaş Ocak 2020'de profesör kadrosuna atanmıştır. Prof.Dr. Kürşat Altınbaş halen Selçuk Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı'nda Mazhar Osman Duygudurum Merkezi'nde klinik ve araştırma uygulamalarını sürdürmektedir.

Dr. Altınbaş, 2009 yılında Cardiff Üniversitesi'nde Short Term Fellow, 2010 yılında Mayo Mood Clinic, Rochester'da Academic Visitor ve 2014 yılında Harvard Üniversitesi Mclean Hastanesi'nde Research Fellow olarak çalıştı. Mart 2018'de Maastricht Üniversitesi'nde "Reconstructing The Diagnostic Framework of Bipolarity" başlıklı tezi ile doktorasını tamamlayarak PhD ünvanı aldı.

Dr. Altınbaş, Türkiye Psikiyatri Derneği, Bipolar Bozukluklar Derneği, GAGE-BD(Global Aging & Geriatric Experiments in Bipolar Disorders) ve ConLiGen (The International Consortium on Lithium Genetics) uluslararası konsorsiyumları üyesidir. Düşünen Adam: Psikiyatri ve Nörolojik Bilimler Dergisi'nde editör yardımcısı, TÜBİTAK Türk Tıp Bilimleri Dergisi ve Frontiers in Child and Adolescent Psychiatry, Frontiers Mood and Anxiety Disorders dergilerinde bölüm editörüdür. Hakemli dergilerde yayınlanan 80'den fazla makalesi, ulusal ve uluslararası kongrelerde sunulmuş 100'den fazla bildirisi, iki kitap editörlüğü, ulusal ve uluslararası yazılmış 10'dan fazla kitap bölümü yazarlığı bulunmaktadır.

Fisun AKDENİZ

1990 Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi mezunu, 1991 ile 2015 yılları arasında Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri anabilim dalında sırasıyla psikiyatri asistanlığı, uzmanlığı ve öğretim üyeliği görevlerinde çalışmıştır. 1999'da ABD'de Ulusal Ruh Sağlığı Enstitüsünde (NIMH) misafir araştırmacı olarak çalışmıştır. 2004'de Hollanda Maastricht Üniversitesi'inde Affective Neuroscience (duygulanım nörobilim) tezli bilim masterini tamamlamıştır. 2005'de psikiyatri doçenti, 2011 yılında ise psikiyatri profesörü ünvanını almıştır.

Psikodrama, Analitik yönelimli grup psikoterapisi, Kognitif-bilişsel terapi ve Mindfulness, Öz-şefkat ve Kabullenme kararlılık terapisi (ACT) eğitimlerini yurt içi ve yurtdışında tamamlamıştır.

Bireysel terapi uygulaması dışında özellikle ilaç endüstrisi ile birlikte pek çok ortak çalışma ve proje yapmıştır. Tamamladığı projeler arasında psikiyatri ile ilgili pek çok eğitim grubu ve kurs düzenlemek, etkin konuşma teknikleri eğitimi düzenlemek, dokümenter film projesi (Sylvia Plath ve Vivien Leigh isimli filmlerin senaryosunun hazırlanması ve sunumu), Lundeck ilaç firması ise www.psikiyatri.tv bilimsel danışmanlığı ve aynı firma ile Psikiyatri Günlüğü isimli web sitesi blogu, pek çok ilaç firmasının yıllık eğitimlerine katkı yer almaktadır. Psikeart dergisinde konuk yazarlık yapmaktadır.

İki kitabı vardır: Hızlı döngülülük: Bipolar Bozukluk ve İş Bankası Yayınlar'ından 100 sayfada Depresyon. Pek çok kitap editörlüğü, kitap bölümü yazarlığı ve çok sayıda bilimsel makalesi vardır.

2015 yılında Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri Anabilim Dalı'ndaki öğretim üyeliği görevinden ayrılmıştır. Halen İzmir'de serbest hekim olarak çalışmaktadır.

Ali BOZKURT

1983-1989 yılları arasında tıp eğitimimi GATA Tıp fakültesinde tamamladı. 3 yıllık zorunlu pratisyenlik döneminden sonra 1992-1996 yılları arasında psikiyatri uzmanlık eğitimi aldı. Psikiyatri uzmanı olarak 1996-2001 yılları arasında Çanakkale Deniz hastanesinde çalıştı. Uzmanlık görevi devam ederken 1999 yılında ABD, Texas, San Antonio'daki AMEDS (Army Medical Department & School)'de 6 aylık hastane yöneticiliği kursu aldı. 2000-2001 yılları arasında Yale Üniversitesinde 12 ay postdoc fellow olarak duygudurum bozukluklarında beyin görüntüleme (neuroimaging) alanında çalıştı. 2001 yılında yardımcı doçent ve 2007 yılında erişkin psikiyatri doçenti oldu. 2001-2012 yılları arasında Floransa ve Maastricht Üniversitelerinin ortak programında neuroscience master eğitimi aldı. 2001-2012 yılları arasında GATA Psikiyatri AD öğretim üyesi olarak çalıştı. 2003-2004 yılında Ankara Jandarma Hastanesi kurucu baştabip yardımcılığı, 2008-2009 yıllarında Ankara Mevkii Hastanesinde Dahili Hastalıklar Bölüm Şefliği yaptı. 2006-2012 yılları arasında NATO COMEDS Psikiyatri Çalışma Birimi Türkiye temsilciliğini yaptı.

2012 yılı Şubat ayında Yakın Doğu Üniversitesi Psikiyatri AD'da öğretim üyeliğine başlamış, profesör ünvanı almış ve Psikiyatri AD Başkanı olmuştur. 2014 Aralık ayında Ankara'da Liv Hospital'de çalışmaya başlamıştır. Halen Yüksek İhtisas Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri AD Başkanı, TOBB Üniversitesi Tıp Fakültesi Psikiyatri AD misafir öğretim üyesi ve Yakın Doğu Üniversitesinde kısmı zamanlı öğretim üyesidir.

SCI, SSCI ve SCI-E kapsamında 30 yayını, 2 uluslararası ve 5 ulusal kitap bölüm yazarlığı, 15 ulusal yayını, Kaplan ve Sadock Textbook of Psychiatry başta olmak üzere 7 kitap çeviri editörlüğü, 90 kitap bölümü çevirisi bulunmaktadır.

Türkiye Psikiyatri Derneği, Türk Biyolojik Psikiyatri Derneği, World Federation of Societies of Biological Psychiatry (WFSBP), Türk Alman Psikiyatri Derneği ,Türk Bipolar Derneği, International Society of Bipolar Disorders, American Psychiatric Association, Honorary Member of the United States Army Medical Department Regimen üyesi olan Ali Bozkurt, Türkiye Psikiyatri Derneği Duygudurum Çalışma Birimi koordinatörlüğü yapmıştır. Cinsel işlev ve bozuklukları konusunda çalışmaları olan Dr. Ali Bozkurt 2013 yılında kurulan Cinsellik Araştırmaları Derneği başkanlığını sürdürmektedir.

Halen Yüksek İhtisas Üniversitesi Psikiyatri AD Başkanı olan Bozkurt aynı zamanda TOBB Üniversitesi Psikiyatri AD misafir öğretim üyeliğini sürdürmektedir.

© 2021 Türkiye Psikiyatri Derneği *(Tanıtım için yapılacak alıntılar dışında Türkiye Psikiyatri Derneği'nin yazılı izni olmaksızın hiçbir yolla çoğaltılamaz.)*

ISBN: 978-605-74838-1-2

1. Baskı: Ocak 2021, Ankara
Baskı Adedi: 1000

Kitap Yayın Yönetmenleri
Kürşat ALTINBAŞ
Fisun AKDENİZ
Ali BOZKURT

TPD Yayıncılık Kurulu adına
Yayın Sorumlusu
Ömer AYDEMİR

bayt

Yayın Hizmetleri
BAYT Bilimsel Araştırmalar Basın Yayın ve Tanıtım Ltd. Şti.,
Ziya Gökalp Cad. 30/31, 06420 Kızılay, Ankara
Tel: (0312) 431 30 62
www.bayt.com.tr

Baskı:
Miki Matbaacılık San. Tic. Ltd. Şti.
Matbaacılar Sanayi Sitesi
1516/1 Cad., No: 27, Yenimahalle / Ankara
Tel (0312) 395 21 28

Baskı Tarihi: 28 Ocak 2021

TÜRKİYE PSİKİYATRİ DERNEĞİ
DUYGUDURUM BOZUKLUKLARI BİLİMSEL ÇALIŞMA BİRİMİ

Depresyon Sağaltım Kitabı

Kitap Yayın Yönetmenleri
Kürşat ALTINBAŞ
Fisun AKDENİZ
Ali BOZKURT

Çalışma Birimleri Dizisi – No: 32

İçindekiler

Yazarlar viii

Sunuş ix

Önyazı x

Bölüm 1: DEPRESYON SAĞALTIMINDA TEMEL KAVRAMLAR ve İLKELER

1a: Depresyon Sağaltımında Temel Kavramlar ve İlkeler 3
Ömer AYDEMİR

1b: Depresyon Alt Tiplerinin Önemi 9
Ömer AYDEMİR

Bölüm 2: KOMPLİKE OLMAMIŞ DEPRESYON SAĞALTIMI

2a: Hafif Şiddette Depresyon Sağaltımı 15
Çağdaş Öykü MEMİŞ

2b: Orta Şiddette Depresyon Sağaltımı 33
Aytül HARİRİ

2c: Ağır Şiddette Depresyon Sağaltımı 71
Faruk KILIÇ, İnci Meltem ATAY, Duru KUZUGÜDENLİOĞLU

Bölüm 3: KOMPLİKE DURUMLARDA DEPRESYON SAĞALTIMI

3a: Atipik Belirtili ve Mevsimsel Depresyon Sağaltımı 87
Mustafa GÜLEÇ

3b: Karma Belirtili Depresyon Sağaltımı 111
Sibel ÇAKIR

3c: Katatonik Belirtili Depresyon Sağaltımı 125
Çağdaş EKER

3d: Eş Tanılı Depresyon Sağaltımı 145
Devran TAN

Bölüm 4: SAĞALTIMA YANITSIZ - DİRENÇLİ DEPRESYON SAĞALTIMI

4a: Sağaltıma Yanıtsız/Dirençli Depresyonda İlaç Sağaltımı 163
Evrim ERTEN

4b: Dirençli Depresyonda Somatik Sağaltımlar 179
Figen ÇULHA ATEŞCİ, Osman Zülkif TOPAK

4c: Sağaltıma Dirençli Depresyonda Diğer Yöntemler 203
Burçin ÇOLAK, Vesile ŞENTÜRK CANKORUR

Bölüm 5: ÖZEL GRUPLARDA DEPRESYON SAĞALTIMI

5a: Çocuk ve Ergenlerde Major Depresif Bozukluk Sağaltımı 219
Burcu ÖZBARAN, Tuğba KALYONCU

5b: Gebelik ve Doğum Sonrası Dönemde Depresyon Sağaltımı 235
Esra YAZICI, Nazan AYDIN

5c: Yaşlılarda Depresyon Sağaltımı 265
Özlem KUMAN TUNÇEL

Konu Dizini 281

Yazarlar

Ömer AYDEMİR, Prof. Dr.
Manisa Celal Bayar Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı

Çağdaş Öykü MEMİŞ, Dr. Öğr. Üyesi
Adnan Menderes Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı

Aytül HARİRİ, Prof. Dr.
Serbest Hekim

Faruk KILIÇ, Doç. Dr.
Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı

İnci Meltem ATAY, Prof. Dr.
Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı

Duru KUZUGÜDENLİOĞLU, Prof. Dr.
Süleyman Demirel Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı

Mustafa GÜLEÇ, Prof. Dr.
İzmir Katip Çelebi Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı

Sibel ÇAKIR, Prof. Dr.
Bahçeşehir Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı

Çağdaş EKER, Prof. Dr.
Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı

Devran TAN, Doç. Dr.
Nişantaşı Üniversitesi Psikoloji Anabilim Dalı

Evrim ERTEN, Doç. Dr.
Serbest Hekim

Figen ÇULHA ATEŞCİ, Prof. Dr.
Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı

Osman Zülkif TOPAK, Dr. Öğr. Üyesi
Pamukkale Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı

Burçin ÇOLAK, Dr. Öğr. Üyesi
Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı

Vesile ŞENTÜRK CANKORUR, Prof. Dr.
Ankara Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı

Burcu ÖZBARAN, Prof. Dr.
Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi, Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı

Tuğba KALYONCU, Uzm. Dr.
Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi, Çocuk ve Ergen Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Dalı

Esra YAZICI, Doç. Dr.
Sakarya Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı

Nazan AYDIN, Prof. Dr.
Bakırköy Ruh ve Sinir Hastalıkları Eğitim Araştırma Hastanesi

Özlem KUMAN TUNÇEL, Uzm. Dr.
Ege Üniversitesi Tıp Fakültesi, Psikiyatri Anabilim Dalı

Sunuş

Depresyon, psikiyatristlerin üzerinde en çok araştırma yaptığı ve klinik pratiklerinde, danışanla baş başa kaldıklarında en sık rastladığı ruhsal bozukluktur. Bu nedenle, konuyla ilgili kanıta dayalı ve uygulamadan esinlenen çeşitli sağaltım kılavuzları, el kitapları yaygınlıkla hazırlanmakta ve önemli bir ihtiyaca hizmet etmektedir.

Türkiye Psikiyatri Derneği yayınları arasında yer alan, Duygudurum Bozuklukları Çalışma Birimi tarafından ilki 2008 yılında hazırlanan Depresyon Sağaltım Kılavuzu Kaynak Kitabı, gerek içeriği gerekse hazırlanış yöntemi nedeniyle çok ilgi gördü. Kitabın tükenmesi ve tanı sınıflandırma sistemlerinin değişmesiyle Duygudurum Bozuklukları Çalışma Birimi yeni baskının hazırlıklarına başladığında ortaya çıkacak ürünün önemli bir açığı dolduracağını biliyorduk. Şu anda elinizde bulunan Depresyon Sağaltım Kitabı, kitap yayın yönetmenlerinin titiz ve uzun soluklu çalışmalarıyla tamamlanabildi.

Bir kılavuz niteliği de taşıyan bu kitapta, farklı şiddet düzeylerindeki depresyonun sağaltımından özel durumlardaki depresyonun sağaltımına, dirençli durumlardan alt tiplere çeşitli klinik görünümler ele alınmıştır. Titizlikle kaleme alınan ilaç sağaltımlarının yanı sıra popülerliği giderek artan biyolojik sağaltımlar da ihmal edilmemiştir. Basit psikososyal yaklaşım ilkelerinden çeşitli psikoterapi yöntemlerinin uygulanmasına kadar, gerek düşük yoğunluklu gerekse yüksek yoğunluklu psikososyal yaklaşımlara da ayrıntılı biçimde yer verilmiştir.

Depresyon Sağaltım Kitabı'nın hazırlanmasında görev alan kitap yayın yönetmenleri ve tüm yazarlara, büyük emek ve özverileri için Türkiye Psikiyatri Derneği Yayıncılık Kurulu adına şükranlarımı sunuyorum. Kitabın okuyuculara yeni bilimsel fikirleri uyandıracağından, klinisyenler için ise iyi bir sağaltım kılavuzu olacağından hiç kuşku yok.

Bilim, Etik ve Dayanışma ile.

Ebru ALDEMİR
Türkiye Psikiyatri Derneği Yayıncılık Kurulu Başkanı

Önyazı

Türkiye Psikiyatri Derneği Duygudurum Bozuklukları Çalışma Birimi'nin 2008 yılında yayımladığı Depresyon Sağaltım Kılavuzu Kaynak Kitabı'nın güncellemesi için 2017 yılında başlayan zorlu yolculuğun ürününü siz kıymetli meslektaşlarla paylaşmanın keyfini yaşıyoruz. Bu kitap hazırlığı sırasında, psikiyatrinin belki de en heterojen hastalıklarından olan depresyonun farklı görüngülerinin tedavisine ilişkin, sahada çalışan klinisyenlere yol gösterecek bir kaynak kitap olması amaçlanmıştır. Bu zorlu yolculuğun gelişim süreçlerindeki bazı basamaklardan bahsetmekte yarar olduğunu düşünüyoruz.

Kitabın alt başlıkları ve yazarları belirlenmeden önce, yayımlanmış olan 10'dan fazla uluslararası kılavuz ve kaynak kitap yayın yönetmenleri tarafından gözden geçirildi. Yayın yönetmenlerinin üzerinde uzlaştığı alt başlıklar Türkiye Psikiyatri Derneği Yıllık Toplantısı ve Klinik Eğitim Sempozyumu'nda sunularak katılımcıların ve bilimsel çalışma birimi üyelerinin görüşleri alındı. Kitabın bölümleri ve alt başlıkları belirlendikten sonra, sağaltımın planının akut ve sürdürüm dönemini kapsayacak şekilde gerçek klinik uygulama ile uyumlu olarak sunulması hedeflendi. Ayrıca, kanıt düzeyi tabloları, sık sorulan sorular, hekimler için kullanım önerileri, sağaltım akış şeması ve alıntı pencerelerine yer verildi. Böylece, okuyucu dostu, kanıtlar ile deneyimlerin kıvamında harmanlandığı bir kaynak kitap olması hedeflendi. Alt başlıklar ve yazım kuralları belirlendikten sonra da, sahada hastalarla çalışan, ilgili alanda hem araştırma hem de klinik deneyimi olan yazarlar bölümlerini yazmak üzere davet edildiler. Sonuç olarak, Depresyon Sağaltım Kitabı'nda beş ana başlık altında 20 yazar tarafından hazırlanan 15 bölümde depresyonun farklı klinik görüngülerinin sağaltımı ele alındı. İlk metinler yazarlar tarafından hazırlandıktan sonra Türkiye Psikiyatri Derneği Ulusal Psikiyatri Kongresi'nde sunularak tartışmaya açıldı. Katılımcılardan gelen geri bildirimler ile metin bir kez daha gözden geçirmeleri yazarlara iletildi; daha sonra da yayın yönetmenleri tarafından üç kez daha okunarak gözden geçirildi ve bugünkü son haline erişildi.

Bir kaç yıl süren bu yolculukta bazı olumsuzluklar ve gecikmeler yaşanması hedefe ulaşmamızı geciktirdi. Örneğin halen yaşamakta olduğumuz, tüm dünyayı saran COVID-19 pandemisi ile tanıştık. Kitaba bu zorlu salgın günlerine karşın katkı sağlayan tüm yazarlara karşılıksız ve koşulsuz emekleri için teşekkür etmeyi bir borç biliriz.

Bugün Depresyon Sağaltım Kitabı'nı sizlerle paylaşmanın mutluluğu ve umudu, süreçte yaşanan tüm zorlukları bir çırpıda silecek güçte. Keyifle okunan ve klinik uygulamaya katkı sağlayan bir başucu kitabı olması umuduyla. Sağlıklı ve huzurlu günlerde buluşmak dileğiyle,

Fisun AKDENİZ, Kürşat ALTINBAŞ, Ali BOZKURT
Kitap Yayın Yönetmenleri

Bölüm - 1

DEPRESYON SAĞALTIMINDA TEMEL KAVRAMLAR ve İLKELER

1a Depresyon Sağaltımında Temel Kavramlar ve İlkeler

Ömer AYDEMİR

Giriş

Major depresif bozukluk gerek bireyde yol açtığı yeti yitimi gerekse toplumda çok yüksek mali yitimlere neden olmasıyla öne çıkmaktadır. Dünya Sağlık Örgütü'nün 2000 yılında yetiyitimiyle ayarlanmış yaşam yıllarının (disability-adjusted life years; DALY) hesaplandığı çalışmasında depresyon %4.4 ile dördüncü sırada yer almaktadır ve ölümcül olmayan yetiyitimi nedenleri arasında %12 ile ilk sırayı almaktadır (Üstün ve ark. 2000). Ülkemizde Refik Saydam Hıfzıssıhha Merkezi Müdürlüğü (2004) tarafından Başkent Üniversitesi'ne yaptırılan Ulusal Hastalık Yükü ve Maliyet-Etkililik Projesi kapsamında ise en fazla yeti yitimi yaratan hastalık olarak tek uçlu depresif hastalık saptanırken, yine üretken çağ olan 15-59 yaş aralığında tek uçlu depresif hastalık ilk sıradadır.

Major Depresif Bozuklukta Sağaltım Hedefleri

Depresyon tedavisini planlarken hedeflerin belirlenmesi gereklidir. Hedefler ne kadar iyi tanımlanırsa, tedavinin izlenmesi ve denetlenmesi de o düzeyde olanaklı olur. Bu amaçla depresyonun ve tedavisinin seyri ile ilgili bazı tanımlar getirilmiştir. David J. Kupfer tarafından tanınır hale getirilen tanımlar arasında yanıt *(response)*, düzelme *(remission)*, iyileşme *(recovery*), depreşme *(relapse)*, yineleme *(recurrence)* bulunmaktadır (Prien ve ark. 1991, Frank ve ark. 1991). Bunların kelime anlamıyla tanımı kolaydır ancak günlük uygulamada bu terimlerin işe vuruk biçimde tanımlanması gereklidir. Psikiyatride değerlendirme ölçekleri ve tanı ölçütleri depresyonun ve tedavisinin seyrini en kullanışlı ve işe vuruk biçimde değerlendirmesine olanak sağlayan araçlardır.