

www.moodisthastanesi.com



in ter net

ve oyun bağımlılığı
Moodist'te
çözüm var!

MOODİST
PSİKİYATRİ & NÖROLOJİ HASTANESİ



Bilimsel Yenilikçi Yaklaşımlar





“Moodist Psikiyatri ve
Nöroloji Hastanesi
Bilgilendiriyor”

Çocuğunuz internete ve oyuna bağımlıysa Moodist'te çözüm var!

Özellikle gençlerde görülen internet ve oyun bağımlılığı; okul, iş, sosyal ve aile yaşamını bozabilecek düzeye gelmişse mutlaka profesyonel yardım almak gerekiyor. Türkiye'de ilk kez Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesinin başlattığı İnternet Bağımlılığı Tedavi Programı'nda bu soruna bilimsel bir program ve uzman bir kadroyla çözüm üretiliyor...

İnternet ve bilgisayar oyunları gençlerin gündelik yaşamının ayrılmaz bir parçası. Ancak günümüzde internete bağlanmanın bağımlılığa dönüştüğü örnekler de artış gösteriyor. Bu bağımlılık da bize tıpkı alkol ve madde bağımlılığındakine benzer bir fotoğraf sunuyor. Bu fotoğrafta bağımlılığın tolerans, yoksunluk ve relaps gibi ana fiziksel ve psikolojik bileşenleri net bir şekilde görülüyor. Örneğin; internetin aşırı kullanılması isteğinin önüne geçilemiyor, internete bağlı olmadan geçirilen zamanın önemi yitiriliyor, internetten yoksun kalındığında sinirlilik hali veya saldırganlık gündeme geliyor, bireyin okul, iş, sosyal ve ailevi yaşamı giderek bozuluyor. İnternette oyun oynama, alışveriş, sohbet, sosyal medya, cinsellik, gezinti, kumar oynama gibi birçok durum internet bağımlılığına neden olabiliyor. Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi bu bağımlılığın yarattığı olumsuz sonuçları çözmek için Türkiye'de ilk kez İnternet Bağımlılığı Tedavi Programını geliştirdi.

İnternet bağımlılığı nasıl anlaşılır?

Bireyler son bir yıl içinde internette dolaşma ve oyun oynama alışkanlıklarını göz önünde bulundurup, aşağıdaki kriterleri kendileri açısından değerlendirebilir. Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi hekimleri bu kriterlerden beş veya fazlasının bireyin gerçekliğiyle örtüşmesi halinde psikolojik destek alınmasını öneriyor:

- İnternet oyunları ile aşırı meşgul olma.



Bu durumda kişi ya daha önce oynadığı oyun hakkında düşünür veya daha sonraki oyunu oynamayı bekler. İnternet oyunu günlük yaşamda hakim aktivite olur.

- İnternette oyun oynarken, internetin elinden alınmasıyla yoksunluk belirtileri ortaya çıkar. Bu belirtiler genellikle sinirlilik, kaygı ya da üzüntü olarak tanımlanır, ama bunlar farmakolojik geri çekilmenin fiziksel belirtileri değildir.
- İnternet oyunlarına harcanan zaman giderek artış gösterir.
- Birey internet oyunlarını bırakma konusunda zorlanır, başarısız denemeler yapar.
- İnternet oyunları oynamanın bir sonucu olarak ve internet oyunları haricinde önceki hobi ve eğlenceleri ilgi azalır.
- Psikolojik problemlere yol açtığı bilinmesine rağmen, internet oyunlarının aşırı kullanımı sürer.
- İnternet oyunlarını oynama süresi ile ilgili aile üyelerine, terapisteye ya da diğerlerine yalan söyleme başlar.
- Çaresizlik, sulluk, kaygı duyguları gibi olumsuz ruh hallerinden kurtulmak veya kaçınmak için internet oyunları kullanılır.
- İnternet oyunları oynama nedeniyle önemli bir ilişki, iş, eğitim veya kariyer fırsatı tehlikeye atılır ya da yitirilir.

Bağımlılıktaki yaygın düşünce hataları nelerdir?

- Ben sadece internette iyiyim.
- İnternette olmadığımda değerimsizim, ama internette önemli bir bireyim.
- İnternette olmadığımda başarısızım.
- Saygı duyulduğum tek yer internet.
- İnternette olmadığım zaman kimse beni sevmiyor.
- İnternet benim tek arkadaşım.
- İnsanlar bana internet ortamı dışında kötü davranıyor.
- Sadece bir kez daha oynamam bana zarar vermez.
- Ben internete bağımlı olmam.
- Alkol ve madde bağımlısı olacağıma, internet bağımlısı olurum.
- İnternetle sorun yaşayan benden daha kötü kişiler var.

Bağımlılık hangi riskleri yaratır?

- Hobilerden uzak ve hareketsiz yaşam.
- Olumsuz ve bağımlı arkadaş evresi.
- Ders başarisının sürekli düşük olması.
- Arkadaş edinme, iletişim kurma becerilerinin az olması.
- Aile içi çatışmalar yaşama.
- Sosyal ilişkilerde kendini ifade etmekte güçlük.
- Teknolojiyi olumsuz ve bilinçsiz kullanan ailelerde yetişen bireyler internet / oyun bağımlılığı için risk altındadır.

Moodist'te bağımlılığa nasıl çözüm bulunur?

İnternet bağımlılığı tedavisinde Moodist Bağımlılık Ekibi, altta yatan ve internet bağımlılığına sebep olabilen temel psikopatoloji semptomlarına dikkat ederek eş tanıli durumlarda, psikopatolojiyi tedavi edip, sonra internet bağımlılığına odaklanır. Ayrıca bireysel terapinin dışında aile içi davranış örüntüleri çalışarak, hastalığın tekrar etmemesi için önleme çalışmaları yürütür.

İnternet bağımlılarında, internetin aşırı kullanımı ya da depresyon, yalnızlık, sosyal beceri eksikliği gibi psikososyal problemlere bağlı olarak kişinin kendisi ve dış dünyayla ilgili 'aşırı genelleştirme', 'ya hep ya hiç', 'felaketleştirme' tarzında işlevsel olmayan düşünce örüntüleri gelişmeye başlar.

İnternet bağımlılığı tedavisinde temel amaç internet kullanımını tamamen kısıtlamak değil, kontrollü bir hale getirmektir. Tedavi süreci; davranış değiştirme, bilişsel yeniden yapılandırma ve zarar azaltma olmak üzere üç aşamada ilerler.

Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi Bağımlılık Merkezi, internet bağımlılığı konusunda uluslararası uygulamaları ve uzmanlarının deneyimleriyle oluşturduğu İnternet Oyun Bağımlısı Bireylerin Ebeveynlerine Yönelik Eğitim Programı'yla internet bağımlılığını ailelerle grup terapisi ortamında çalışıyor.

Moodist Medikal Ekibinin geliştirdiği bu program; ebeveynlere yaşa göre sağlıklı internet sınırları öğretmeyi, çocuklarının internet bağımlılığını ve risk düzeyini saptamalarını, internet bağımlılığına eşlik edebilecek problemlere yönelik çözümler bulmalarını, ebeveynlerin kendi tutumlarını ve etkisiz baş etme yöntemlerini görmelerini sağlamayı amaçlıyor.

Bu program kapsamında şu sorulara da yanıt bulunuyor:

- Kime internet bağımlısı diyoruz?
- Çocuğunuz gerçekten bağımlı mı?
- Çocuğunuz çok kullanıyorsa ne yapmak gerekir?



- Doğruları yanlışları öğrenmek için ne yapılmalı?
- Kardeşlerine nasıl davranmalısınız?
- Küçüklerin de internete çok düşmemesi için neler yapabilirsiniz?

Çocukları internet bağımlısı olan ya da risk altında olan ebeveynlerle grup terapisi formatında yapmayı planladığımız tedavi programında aileler, etkileşimsel yöntemlerle diğer ailelerin etkili ve etkisiz yöntemlerini görme ve kendi tutumlarını değerlendirme fırsatı da buluyor.

Moodist Bağımlılık Merkezi, Türkiye’de bir ilk olan bu tedavi programıyla, aileleri teknolojiyle savaşmak yerine, çocuklarını anlamalarını ve asıl soruna odaklanarak çözüm bulmalarını hedefliyor. Programın diğer hedefleri de şöyle sıralanıyor:

- Aile içinde oluşmuş eski ve güncel sorunlar üzerine çalışmak.
- Aileye iletişim becerileri kazandırmak.
- Çocuklarına kural ve sınır koyma, sorumluluk verme ve sorumluluklarını sürdürme becerisi kazandırmak.
- Ailenin çocuklarını yeni hobiler, aktiviteler bulmaları için teşvik etmelerini sağlamak.





Uzman Kadro, Yenilikçi Yaklaşımlar,
Güvenli ve Konforlu Bir Hastane

Uzman Kadro, Yenilikçi Yaklaşımlar, Güvenli ve Konforlu Bir Hastane:

MOODİST

Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi, yenilikçi sağlık hizmetlerinin simge kurumlarından biri olarak; Erişkin Psikiyatrisi, Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi, Bağımlılık, Nöroloji ve Acil Psikiyatri alanlarında uzman kadrosuyla 2016'dan beri İstanbul Acıbadem'de hizmet veriyor.

MOODİST'i farklı kılan değerler

Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi, Türkiye'de ruh ve sinir hastalıkları alanında yenilikçi ve öncü yaklaşımlarıyla öne çıkıyor. Dünyada kabul görmüş tanı ve tedavi yöntemlerini uygulayan Moodist, kendi geliştirdiği ve Türkiye'de ilk kez uygulanan tedavi programlarıyla da alanında öncülük üstleniyor. Moodist'in imza attığı bu yenilikçi programlar arasında; Bağımsız Kuşak Programı, İnternet Bağımlılığı Tedavi Programı, Kumar Bağımlılığı Tedavi Programı yer alıyor.

İnsan odaklı, bilime ve etik değerlere bağlı, özgün bir hastane kültürüne sahip olan Moodist, Türkiye'nin psikiyatri alanında en uzman kadrolarından biriyle çalışıyor.

Kurduğu Moodist Akademisi'nde uzmanlarının mesleki bilgi ve birikimlerini birbirleriyle paylaşmasını sağlayan Moodist, bu akademide üst uzmanlık eğitimleri, ulusal ve uluslararası konferanslar ile sempozyumlar da düzenliyor.

Toplum ruh sağlığına değer katacak yenilikçi, bütüncül sağlık çözümleri üreten, tanı ve tedaviler uygulayan Moodist, hastalar ve yakınlarına Türkçe, İngilizce ve Arapça hizmet sunuyor.

Türkiye'nin en fazla yatak kapasitesine sahip psikiyatri hastanesi olan Moodist'te, bebekler ve çocuklardan başlayarak, her yaş grubu için tıbbi hizmetler mevcut.

Hasta ve hasta yakınlarının mahremiyeti, güvenliği ve rahatlığı, çalışanların ve yönetimin hassas olduğu ve özenle yaklaştığı konular arasında...

İstanbul Anadolu Yakası'nın seçkin semti Acıbadem'in kalbinde yer alan Moodist, konumu itibarıyla İstanbul'un en merkezi noktalarından birinde yer alıyor. Hem ana yollara hem metro hatlarına hem de köprüye yakınlığıyla ulaşımı son derece kolay bir ulaşım imkanı sağlıyor.

Ruh ve sinir hastalıklarında uzmanlık ve deneyim

Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi
ruh ve sinir hastalıkları alanında uzman ve deneyimli kadrosuyla, şu alanlarda tedavi çözümleri sunuyor:

Erişkin Psikiyatrisi

Bu alan, 18 yaşını geçmiş erişkin bireylerdeki ruh sağlığı ve hastalıklarının teşhis, tedavi ve önlenmesiyle ilgilenir. Bireylerin 'iyi olma' haline odaklanan 'Erişkin Psikiyatrisi', biyolojik, psikolojik, sosyolojik etmenlerin birleşimiyle yani 'biyopsikososyal' olarak çalışan tıp bilimi ve ruh hekimliği alanıdır. Erişkin Psikiyatrisi'nin tanı ve tedavisini gerçekleştirdiği başlıca hastalık grupları şöyledir:

- Akut ve Posttravmatik Stres Bozukluğu • Alkol ve Madde Bağımlılığı
- Anksiyete Bozuklukları • Bipolar Bozukluk • Cinsel İşlev Bozuklukları (Vajinismus, Premature Ejekülasyon, Psikojenik Eretil Disfonksiyon, Kadınlarda ve Erkeklerde Cinsel İsteksizlik vb.) • Depresyon • Dikkat Eksikliği ve Hiperaktivite • Disosiyatif Bozukluklar • Kişilik Bozuklukları • Obsesif Kompulsif Bozukluk • Somatoform Bozukluklar • Şizofreni ve Diğer Psikotik Bozukluklar • Uyku Bozuklukları

Erişkin Psikiyatrisinde doğru tanı ve tedavinin vazgeçilmezi olan; Minnesota Çok Yönlü Kişilik Envanteri (MMPI), Rorschach Testi (Mürekkep Lekesi Testi), Nöropsikolojik Değerlendirme, Sürekli Dikkat Testi (MOXO), Tematik Algı Testinin (TAT) yanı sıra Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi tarafından geliştirilen MoodCog: Moodist Kognitif Test ve MoodSoft: Moodist Test Programı testleri de kullanılmaktadır.

Ayrıca EKT (Elektrokonvülsif Tedavi) ve TMS (Transkranyal Manyetik Stimülasyon) tedavi yöntemleri de kullanılmaktadır.

Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi

Çocuk ve ergenler kendileri ve çevreleri için önemli sorunlara neden olabilecek duygu, düşünce ve davranışlar deneyimleyebilir. Çocuk ve Ergen Psikiyatrisi bu sorunları tanımlamayı, tedavi etmeyi ve/veya önlemeyi hedefler.

Çocuk Ergen Psikiyatrisi polikliniğimizde Çocuk ve Ergen Psikiyatrilarımız ve Gelişim Psikologlarımızla ile birlikte hizmet verilmektedir.



Tedavi süreci medikal tedavi, psikoterapi, psikoeğitim, aile desteği ve okul görüşmelerini kapsamaktadır. Çocukların işlevselliğini arttırmak ve tedaviden daha fazla yarar sağlamak için tedavi sürecinde, çocuk, aile, okul ve tedavi ekibi iş birliği içinde çalışmaktayız.

Wechsler Çocuklar için Zeka Ölçeği IV (WISC-IV), Beier Cümle Tamamlama Testi, CAT (Çocuklar İçin Tematik Algı Testi), AGTE (Ankara Gelişim Tarama Envanteri), DENVER, MOXO gibi geçerliliği ve güvenilirliği kanıtlanmış testlerin yanı sıra Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi tarafından geliştirilen MoodCog: Moodist Kognitif Test ve MoodSoft: Moodist Test Programı testleri de Çocuk ve Ergen Psikiyatrisinde kullanılmaktadır.

Bağımlılık

Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi Bağımlılık Merkezi, etik ve bilimsel yöntemler uygulayan, insan odaklı yaklaşıma inanan, T.C. Sağlık Bakanlığı'nın verdiği AMATEM (Madde Bağımlılığı Tedavi Merkezi) ruhsatına sahip olan bir merkezdir.

Bağımlılık tedavisi bir yolculuktur. Bu yolculukta mutlu sona psikolog ve psikiyatrlar, hasta ve ailenin ortaklaşa çalışmasıyla ulaşılabilir. Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi, tüm bağımlılık türleri için profesyonel ve deneyimli bir ekiple tedavi hizmeti sunar. Bağımlılıkta üç basamaklı bir tedavi modeli hayata geçirilir. Doğru tanı ve değerlendirme çok önemlidir. Tedavi hizmeti hem yatarak hem de ayakta verilebilir. Tedavi sürecinde aile bireyleri de unutulmaz ve onlar da desteklenir. İlaç tedavileri eksiksiz biçimde uygulanır. Süreçte yoğun bir psikososyal tedavi programı söz konusudur.

Nöroloji

Nöroloji genel olarak beyin, beyin sapı, omurilik ve çevresel sinir sistemiyle kasların hastalıklarını inceleyen, teşhis tedavi uygulamalarını

içeren tıp bilimi dalıdır. Epilepsi, hareket bozuklukları, beyin damar hastalıkları, bunamalar, uyku bozuklukları, baş ağrıları, baş dönmeleri, inmeler, şuur değişikliği, el ayak uyuşmaları, çeşitli kas güçsüzlükleri de nörolojinin alanına girer.

Modern nöroloji uygulamalarında gelişmiş laboratuvar çalışmaları önemli bir yere sahiptir. Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi son teknolojiye sahip laboratuvarları ile nöroloji hastalıklarının tanı ve tedavi uygulamalarında kesintisiz hizmet vermektedir.

Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi Nöroloji polikliniğimizde tanı amaçlı EEG, EMG, manyetik uyarmı tetkikleri de yapılmaktadır.

Uyku apnesi gibi uyku bozukluklarının tanısında kullanılan uyku testi ya da polisomnografi ile gece uykusu sırasında hastanın beyin dalgalarını, göz hareketlerini, solunum faaliyetlerini, kanındaki oksijen miktarını ve kas aktiviteleri ölçülmektedir.

Acil Psikiyatri

Acile başvuran hastaların yaklaşık yüzde 3 ila 12'sini psikiyatrik bozukluklar oluşturur. Hastalar acil psikiyatriye duygu, düşünce ve davranış alanındaki belirtilerle başvurmakla birlikte, fizyolojik belirtilerle de başvurabilir. Acil psikiyatri belirtileri, bazen müdahalelerle giderilebilecek şikayetler olabileceği gibi, hayati önem arz eden durumlarla da karşılaşılabilir. Örneğin; intihar düşüncesiyle veya madde kullanımına bağlı zehirlenmeyle başvuran hastalarda acil müdahale çok önemlidir.

Kadın Ruh Sağlığı

Toplumda oluşmuş ve kalıplaşmış yanlış yargılar, kabuller, kadınlarda ruh sağlığı sorunlarının oluşmasına zemin hazırlar. Dünya Sağlık Örgütü, sağlığı sadece hastalık veya sakat olmama hali olarak değil, kişinin beden, ruhen ve sosyal yönlerden tam iyilik hali olarak tanımlar. Kadınların önemli sağlık sorunlarından biri de ruh sağlığıdır.

İnsan odaklı bir hastane, Bilime adanmış uzmanlık

Moodist Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi, Şubat 2016'dan bu yana, 10 bin 200 metrekare kapalı alana sahip, 8 katlı modern binasında hizmet veriyor. Moodist, 75 yatak kapasitesi, suit ve konforlu hasta odaları, erişkin ve çocuk poliklinikleri, bağımlılık, kadın ruh sağlığı, acil psikiyatri bölümleri, EKT, TMS, EGG ve tüm psikolojik tanı testleriyle, ruh sağlığına yönelik bilim ve teknolojinin gerektirdiği koşulları sağlayan, tam teşekküllü özel bir psikiyatri hastanesidir.

Moodist'in akademik kimliğe sahip profesör, uzman hekim ve psikologlardan oluşan hekim kadrosunda ayrıca; anestezi, iç hastalıkları, nöroloji uzmanı, diyetisyen ve tecrübeli sağlık personeli de bulunuyor.

Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi, akademik ve uzman kadrosunun kanıta dayalı, bilimsel mesleki bilgi ve birikimlerini, meslektaşları ile paylaştığı bir platforma; Moodist Akademi'ye de sahip. Burada psikiyatri, psikoloji ve nöroloji alanlarında üst uzmanlık eğitimleri sunuluyor, klinik ve uygulamaya yönelik beceriler geliştiriliyor. Ayrıca ulusal ve uluslararası konferanslar ile sempozyumlar düzenleniyor, bilimsel gelişmeler, bilgi ve deneyimler tüm sağlık profesyonelleriyle paylaşıyor.

Moodist Akademi, Bağımlılık Sempozyumu ve Ruh Sağlığı Sempozyumu ile birlikte; Bağımlılık, Travma, Psikopatoloji, Psikofarmakoloji, Cinsellik, Test Eğitimleri gibi alanlarda da eğitimler düzenliyor.

Moodist Psikiyatri ve Nöroloji Hastanesi'ne www.moodisthastanesi.com adresi üzerinden ulaşabilirsiniz.

Ve sosyal medya hesaplarımızı takip ederek güncel gelişmeleri ve haberleri takip edebilir ve bilgilendirme videolarımızı izleyebilirsiniz:

📞📧📱/moodisthastanesi ☎️+90 551 694 17 00



TAKİP ET



KARAR VER



RANDEVU AL



MOODİST'E GEL



MUAYENENİ YAPTIR!



SAĞLIKLI VE MUTLU YAŞA



w w w . m o o d i s t h a s t a n e s i . c o m

in ter net

ve oyun bağımlılığı
Moodist'te
çözüm var!

0216 912 17 00

    /moodisthastanesi

MOODİST
PSİKİYATRİ & NÖROLOJİ HASTANESİ