

## Psikiyatrik Öykü Alma Klavuzu

Yrd. Doç. Dr. Emrah SONGUR

### Psikiyatrik öykü almak

- Psikiyatrik hastalık öyküsü hastanın yaşamının kayıdır.
- Hastanın;
  - Kim olduğunu?
  - Nereden geldiğini?
  - Gelecekte nereye gideceğini?
- anlamamızı sağlar.
- Psikiyatrik öykünün iyi alınması hastaya doğru tanı koymak ve doğru/etkili tedavi planı oluşturmak için önemli ve gereklidir.

### Psikiyatrik öykünün amacı

- Uyuma yönelik olan ve olmayan davranışları tanımlamak
- Öncelikleri belirlemek
- Problemleri tanımlamak
- Potansiyel müdahalelere hastanın olası yanıtını öngörmek
- Hastanın algısını analiz etmek
- Bakım planını oluşturmaya yardım etmek

### Öykü almanın temel prensipleri

- Kendinizi tanıtır
- Amacınızı ve görüşmenin ne kadar süreceğini açıklayın
- Açık uçlu sorular sorun
- Hastanın kendi kelimeleriyle kendisini ifade etmesine izin verin
- Hastayı anlatması ve öyküyü ayrıntılandırması için teşvik edin
- Hastanın sözünü kesmekten kaçının
- Gerektiğinde görüşmeyi yönlendirin
- "Neden?" ile başlayan sorulardan kaçının
- İpuçları için hastayı dinleyin ve gözlemleyin
- Bilgi vermesi için başka bir kaynağa ihtiyacınız olabilir

### Açık uçlu soru örnekleri

Kapalı uçlu soru	Açık uçlu alternatifi
Son zamanlarda kendinizi mutsuz hissediyor musunuz?	Son zamanlarda kendinizi nasıl hissediyorsunuz?
Uykusuzluğunuz oluyor mu?	Uyku düzeniniz nasıl?
Başınız ağrıyor mu?	Bana ağrınızdan bahsedebilir misiniz?

### Psikiyatrik Öykünün Başlıkları

1. Kimlik bilgileri
2. Anamnezin alındığı kişiler/kaynaklar
3. Aktif başvuru esnasındaki şikayetler
4. Şimdiki psikiyatrik hastalığın öyküsü
5. Önceki psikiyatrik hastalığın öyküsü
6. Kişilik yapısı
7. Psikososyal gelişim ve geçmişi
8. Soygeçmiş
9. Tıbbi ve cerrahi hastalıkların öyküsü
10. Fizik Muayene bulguları
11. Ruhsal durum muayenesi
12. Psikolojik değerlendirme
13. Başka gözlemler
14. Tanı ve Tedavi Planı

### Kimlik bilgileri (Tanıtıcı bilgiler)

- Ad Soyad
- Doğum tarihi/Yaş/Doğum yeri/Yaşadığı yer
- Cinsiyet
- Medeni durum
  - (Varsa) Çocuk sayısı
- Din
- Eğitim durumu (son mezun olduğu okul)
- Meslek
- Gelir
- Adres
- Başvuru tarihi
- Dosya No./ T.C. No.
- Muayeneye geliş biçimi
  - Kendi rızasıyla/ayaktan/aile vb. zoruyla/mahkeme kararıyla/kolluk kuvvetleriyle vb.

### Anamnezin alındığı kişiler/kaynaklar

- Hastanın kendisinden
- Akrabaları/yakınları/arkadaşları
- İş yerinden/amirinden
- Hastane kayıtlarından
- Mahkeme kayıtlarından

### Şikayetler

- Hastanın kendi kelimeleri not edilmeli
- Sorulabilecek sorular;
  - Bugün sizi buraya getiren şey/sebeptir?
  - Size nasıl yardımcı olabilirim?

### Şimdiki psikiyatrik hastalık öyküsü

- Son yakınmaların başlangıç zamanı, yakınmaların ayrıntıları
- Halen kullandığı ilaçlar
- Yakın zamanlardaki stres yüklü yaşam olayları
- Hastalık öyküsüne katkı sağlayabilecek diğer bilgiler

### Şimdiki psikiyatrik hastalığın öyküsü (2)

- Süre
  - Haftalar/aylar/yıllar
- Başlangıç biçimi
  - Ani/akut/subakut/sinsi
- Gidiş
  - Sürekli/epizodik/dalgalı/yıkımla giden/düzelerek giden/belirsiz
- Tetikleyici faktörler
  - Ölüm/ayrılık/kayıp/korkutucu tecrübeler/iddi hastalıklar/başarısızlıklar/işkide problemler
- Alevlendirici ve yatıştırıcı faktörler (varsa)

### Önceki psikiyatrik hastalığın öyküsü

- Kronolojik olarak ilk psikiyatrik şikayetlerinin başladığı zamandan günümüze kadar olan psikiyatrik öyküsü not edilir
  - Stresli yaşantılar
  - Hastaneye yatışlar
  - İlaç tedavileri (yanıt, yan etkiler vb.)
  - İlaç tedavisi dışındaki terapötik müdahaleler (Terapiler, EKT, TMS, psikososyal müdahaleler vb.)
  - Atakların öyküsü ve ataklar arasındaki durum
- İntihar öyküsü (Şimdiki ve önceki)
  - Niyet
  - Plan
  - Girişim
    - Öykü
    - Yöntem
    - Hastanın algısı

### Kişilik yapısı

- Özgörüş
- Kişiler arası ilişkiler
- Günlük aktiviteler, hobiler, alışkanlıklar
- Dilek, umut ve planlar
- Sosyal durum
- Rüyalara, hayaller ve fanteziler
- Alkol, madde ve tütün kullanımı
- Hastalık öncesi yaşam

### Kişilik yapısı (2)

- Özgörüş
  - Kendinizi nasıl tanımlarsınız?
- Kişiler arası ilişkiler
  - Sizi tanıyanlar hakkınızda ne düşünüyorlar?
  - Onlara göre siz nasıl birisiniz?
  - Onlarla olan ilişkiniz nasıldır?
- Günlük aktiviteler, hobiler, alışkanlıklar

### Kişilik yapısı (3)

- Dilek, umut ve planlar
  - Hastanın geleceğe yönelik beklentileri
- Sosyal durum
  - Yaşam koşulları, ev ortamı, ailenin sosyoekonomik durumu vb...
- Rüyalara, hayaller ve fanteziler

### Kişilik yapısı (4)

- Alkol, madde ve tütün kullanımı
  - Sigara: günde kaç paket toplam kaç yıldır içiyor
- Hastalık öncesi yaşam
  - Şimdiki durumunuzla önceki arasında karşılaştırma yapacak olursanız size göre nasıl bir farklılık var?
  - Varsa bunu neye bağlıyorsunuz?

### Alkol Kullanımıyla İlgili Kavramlar

- Standart içki
  - İçinde aşağı yukarı **10 gr etil alkol** bulunan içki miktarıdır
- Riskli içme
- Ağır içicilik
  - Son 30 gün içinde en az 5 gün  $\geq$  5 standart içki/gün

### Bir Standart İçki



## Riskli içicilik

RİSK	ERKEK	KADIN
Düşük	Günde 4 standart içkiye kadar	Günde 2 standart içkiye kadar
Orta (zararlı)	Günde 4 standart içkiden fazla	Günde 2 standart içkiden fazla
Yüksek (tehlikeli)	Günde 6 standart içkiden fazla	Günde 4 standart içkiden fazla

## CAGE (KESİ)

- **Kesmek:** Alkolü kesmeniz ya da azaltmanız gerektiğini düşündünüz mü?
- **Eleştiri:** Alkol kullanımınızdan dolayı sizi eleştirdiklerinde öfkelenir misiniz?
- **Suçluluk:** İçmekten dolayı kendinizi kötü ya da suçlu hissettiniz mi?
- **İlk iş:** Sabah uyanıldığınızda kendinize gelmek ya da akşamdan kalma belirtilerini yok etmek için ilk iş olarak alkol aldınız mı?

## Psikososyal gelişim öyküsü

- Doğum öncesi ve doğum
- Erken çocukluk (0-3 yaş)
- Orta çocukluk (3-11 yaş)
- Ergenlik

## Psikososyal gelişim öyküsü

*Doğum öncesi ve doğum*

- Doğum tarihi ve yeri
- Doğum biçimi
  - Normal, sezaryen ya da komplikasyonlu
  - Hastanede, evde ya da başka yerde
  - Doktor, ebe ya da hemşire, tanıdık yardımıyla
- İstenen bir bebek olup olmadığı
- Anomaliler ve başka bozukluklar

## Psikososyal gelişim öyküsü

*Erken çocukluk (0-3 yaş)*

- Meme ya da biberonla mı beslenmiş?
- Diş çıkarma sorunları, beslenme bozuklukları
- Temizlik eğitimi
- Yürüme, konuşma kaç yaşında olmuş
- Öbür kardeşleriyle geçim durumu
- Uyku özellikleri

## Psikososyal gelişim öyküsü

*Orta çocukluk (3-11 yaş)*

- Cezalandırma şekilleri, okul ve okula uyum, davranış bozukluğu belirtileri, evden kaçmalar, yalanlıklar vb..

### Psikososyal gelişim öyküsü *Ergenlik dönemi*

- Sosyal ilişkileri, okul öyküsü, duygusal ve bedensel sorunlar, cinsel gelişim "heteroseksüel, homoseksüel, transseksüel, aseksüel", sosyal çevrenin dinsel yapısı vb...

### Psikososyal gelişim öyküsü *Yetişkinlik dönemi – İş öyküsü*

- Kronolojik olarak yaptığı işler,
- Amirleri ve çalışma arkadaşlarına karşı tutumu,
- Meslek hastalıkları

### Psikososyal gelişim öyküsü *Yetişkinlik dönemi – Karşı cinsle ilişki*

- Evlenme yaşı ve biçimi,
- Evlilik kurumu ile ilgili düşünceler ve duyguları,
- Evlilik ve cinsel yaşamı,
- Eşlerin herhangi birinin daha önce evlenip ayrılmasının olup olmadığı,
- Evlilik dışı ilişkilerin olup olmadığı,
- Birden çok eşin olup olmadığı, vb...

### Psikososyal gelişim öyküsü *Askerlik dönemi*

- Askerliği ne zaman, nerede ve nasıl bir hizmette yapmış?
- Askerlik süresince uyumu;
  - Üstleriyle olan ilişkileri
  - Asker arkadaşlarıyla olan ilişkileri
  - Askerliğe karşı duygu ve davranışları
  - Kaçma, raporlar, izinler, hastalık, ödüller, terfi
  - Terhis şekli: normal, atılma, rapor

### Soygeçmiş

- Anne ve baba
  - Yaşları, yaşadıkları yerler, eğitimleri, işleri, ölmüşlerse ölüm sebebi, zamanı, hastanın o zamanki yaşı
  - Kişilik özellikleri
  - Geçirdikleri bedensel ve ruhsal hastalıklar
  - Evlilik öyküleri: önceki evlilikler, çok eşlilik, boşanma, ayrı yaşama, evlenme yaşı, biçimi hastanın bu konuda duygu ve düşünceleri
  - Anne ve babanın nasıl geçindiği
- Kardeşler
  - Kardeşlerin yaş sırasına göre adları, meslekleri, kişilik özellikleri
  - Kardeşler arasında anne ve babanın ayrım yapıp yapmadığı
  - Kardeşleriyle olan ilişkisi ve geçimi

### Soygeçmiş (2)

- Çocuklar
  - Çocukların yaş sırasına göre adları, meslekleri, kişilik özellikleri
  - Önemli bir bedensel veya ruhsal hastalık öyküsü
  - Çocuklarıyla hastanın ilişkisinin durumu
- Diğer
  - Bilgi sağlanabiliyorsa büyükbaba, anneanne vb. kişilerin bilgileri
  - Ailede önemli bir bedensel veya ruhsal hastalık öyküsü
    - Soy ağacı (genetik hastalıklarda)

### Tıbbi ve cerrahi hastalık öyküsü

- Tıbbi hastalıklar (akut/kronik)
- Şimdiki ilaç tedavisi
- Geçirilmiş travma/kaza öyküsü
- Cerrahi operasyonlar
- Alerjiler
- Adet düzeni

### Kaynaklar

- Öztürk, M. O., & Uluşahin, A. (2015). Ruh Sağlığı ve Bozuklukları. Nobel Tıp Kitabevleri Ltd. Şti.
- Sadock, B. J., Alcott Sadock, V., & Ruiz, P. (2015). *Kaplan & Sadock's Synopsis of Psychiatry*. Wolters Kluwer.