

**YAŞILIĞIN PSİKOLOJİK BOYUTU**  
**YAŞLILARIN NÖROPSİKOLOJİK VE PSİKOLOJİK AÇIDAN**  
**DEĞERLENDİRİLMESİ**

**Doç. Dr. Banu CANGÖZ**

**Hacettepe Üniversitesi Edebiyat Fakültesi Psikoloji**

**Bölümü**

**Hacettepe Üniversitesi GEBAM**

Ülkemiz Avrupa ve ABD ile karşılaştırıldığında daha genç bir nüfusa sahip olmakla beraber yakın bir gelecekte Türkiye’de de, hızla yaşlanan nüfusun sosyal ve sağlık alanlarındaki hizmetlerden talepleri artacaktır. Bu demografik değişime bağlı olarak, yaşlılıkla ilgili bilim dallarından, yaşlı bireyler ve yaşlanma sürecinin evrensel örüntüsü ile ilgilenen ‘yaşlılık bilimi’ (*gerontoloji*) ve yaşlılıkta gözlenen tıbbi sorunlar ve tedavisi ile ilgilenen ‘yaşlılık hekimliği’ (*geriatri*) alanlarına psikoloğun katılımı ve katkısı kaçınılmazdır. Yaşlı bireylerin psikolojik değerlendirilmesi bilişsel süreçlerin değerlendirilmesi ve psikolojik süreçlerin değerlendirilmesi olmak üzere iki ana başlık altında toplanabilir.

**Yaşlılıkta Bilişsel Süreçler ve Değerlendirilmesi**

Dikkat, algı, bellek, yönetici işlevler (executive functions) gibi temel bilişsel işlevlerde gözlenen gerileme doğal yaşlanma sürecinin (fizyolojik yaşlanma) bir sonucu olarak değerlendirilmektedir. Sayılan bilişsel işlevlerden bellek yakınmaları yaşlılıkta sıklıkla karşılaşılan sorunlardandır. Kabaca bilgiyi kayıt etme ve depolamadan sorumlu işlev olarak tanımlanan belleğin farklı türleri yaşlanma sürecinden farklı biçimde etkilenmektedir. Örneğin; sağlıklı yaşlanmada yeri ve zamanı belli anıların hatırlanması (episodik bellek) gerilerken; dünya hakkındaki genel bilgilerin hatırlanması (semantik bellek) yaşlanmaya karşı daha dirençlidir. Yaşlanmayla beraber kelime bulma, isim bulma ve resim adlandırma alanlarındaki yakınmalarına rağmen, özellikle sözcük dağarcığı ve çağrışımsal hatırlama (semantik bellek) korunmaktadır.

## **Demanslarda Nöropsikolojik Değerlendirme**

Nöropsikolojik değerlendirme, psikolojinin nöropsikoloji alt alanının uzmanlık faaliyeti olup nöropsikologlar tarafından icra edilir. Ancak ülkemizde, nöropsikoloji uzmanlığı veren yükseköğretim programları olmaması nedeniyle pratik uygulamalarda, psikolojinin, bilişsel psikoloji uzmanlık alanından mezun olan psikologlar nöropsikolojik değerlendirme faaliyetlerine katkıda bulunmaktadır.

Nöropsikoloji terimi, kronolojik olarak ilk kez Hebb tarafından 1949 yılında nörolog ve psikologların beynin işlevleri konusundaki ortak ilgilerini tanımlamak üzere kullanılmıştır. Günümüzde ise nöropsikoloji, sinir sistemi ve beynin yapı ve süreçleri ile bilişsel süreçler arasındaki ilişkiyi inceleyen disiplinlerarası bir bilim dalı olarak tanımlanmaktadır. Amaç ve uygulama alanı açısından deneysel ve klinik nöropsikoloji olmak üzere ikiye ayrılmaktadır. Nöropsikoloji genel anlamda, doğrudan gözlenemeyen bilişsel süreçlerin (dikkat, algı, bellek, kavrama gibi) kullanılan standart ölçü araçları (nöropsikolojik testler) sayesinde, objektif olarak ölçülebilmesine ve sayısal olarak ifade edilebilmesine olanak vermektedir. Nöropsikolojik testlerin standart bir yönerge altında uygulanması, puanlanması, elde edilen puanların yorumlanması ve beyinde meydana gelen hasarla ilişkilendirilmesi faaliyetlerinin tamamı ise nöropsikolojik değerlendirme olarak tanımlanmaktadır (Lezak, 1995). Farklı bir ifadeyle, nöropsikoloji klinik uygulama ortamlarında, bedenin konjenital, travmatik, tümöral ve enfeksiyöz hasarı sonucu bilişsel süreç ve davranışlarda ortaya çıkan değişikliklerle ilgilenir.

Yaşlı nüfusun hızla arttığı toplumlarda demans önemli bir sağlık problemidir. Bu açıdan yaşlı bireylerin bilişsel süreçleri değerlendirilirken demans açısından genel bir taramadan geçirmeleri önemlidir. Temel bilişsel işlevlerde gözlenen tipik sorunlar, doğal yaşlanma sürecinin bir sonucu olarak değerlendirilse de, yaşlanmaya bağlı olarak, ortaya çıkan bazı bilişsel bozuklukların iyi huylu

olmayıp, demans (özellikle, Alzheimer Hastalığı) gibi yaşlıların risk grubunu oluşturduğu hastalıkların başlangıcı olduğu da iddia edilmektedir. Demans, önceden edinilmiş bilişsel ve duygusal kapasite ile sosyal davranışta, alışılmış günlük hayat aktivitelerinin bağımsız yürütülmesini engelleyecek şekilde ilerleyici bir bozulmanın olduğu klinik durum olarak tanımlanabilir. Bilişsel süreçlerde bozulma ile karakterize olduğundan demanslarda nöropsikolojik değerlendirme özel bir yere sahiptir. Demanslarda nöropsikolojik değerlendirmenin temel amacı: a. Yaşa bağlı bilişsel değişikliklerle hastalığın göstergesi olan 'habis' belirtileri ayırt etmek, b. Alzheimer hastalığı ve diğer demans türlerinin ayırıcı tanısını formüle etmek. Demans türlerinin ayırılmasında kritik rolü olan bilişsel süreçlerdeki gerilemeyi saptamak ve şiddetinin ortaya koymaktır. Demans tanısında nöropsikolojik değerlendirme son derece önemli ve tanıya yardımcı bir araçtır. Psikolog tarafından yapılacak bir nöropsikolojik değerlendirme; 1.Bellek, 2. Yönetici İşlevler, 3. Görsel-Mekansal İşlevler, 4.Dil, 5. Praksi ve 6. Günlük Hayat Aktiviteleri'nin ölçümünü içermelidir.

### **Nöropsikolojik Değerlendirme Kapsamında Taranması Gereken Bilişsel İşlevler ve Kullanılabilecek Bazı Nöropsikolojik Testler**

**Bellek işlevleri:** Bellek işlevlerinin değerlendirilmesinde kullanılabilecek nöropsikolojik testlerden bazıları İşitsel-Sözel Öğrenme Testi (AVLT), Sözel Bellek Süreçleri testi (SBST), Wechsler Bellek Ölçeği (WMS-R), Üç Kelime-Üç Şekil Testi (3W-3S Test), Rey-Osterreith Karmaşık Figür Testi'dir.

**Yönetici işlevler:** Yönetici işlevlerin değerlendirilmesinde kullanılabilecek nöropsikolojik testlerden bazıları: Görsel-İşitsel Sayı Uzamı Testleri, İz Sürme Testi (Trail-Making Test), Kelime/Kategori Akıcılığı Testleri (K-S), Stroop Testi, Wisconsin Kart Eşleme Testi (WCST), Yap-Yapma Testi (Go-no-Go Test), Saat Çizme Testi, WAIS-R Benzerlikler Alt Testi'dir.

**Görsel-Mekansal işlevler:** Görsel-mekansal işlevlerin değerlendirilmesi kapsamında; algısal bozukluklar değerlendirilirken Çizgilerin Yönünü Belirleme Testi ve Yüz Tanıma Testi , yapılandırma bozuklukları değerlendirilirken WAIS-R Küp-Desen Alt Testi ve Bender-Geşalt Testi kullanılabilir.

**Dile ilişkin işlevler:** Dil işlevlerinin değerlendirilmesinde kullanılabilecek nöropsikolojik testlerden bazıları: Boston Adlandırma Testi, Boston Afazi Testi, Gülhane Afazi Testi , Sözel Akıcılık Testleri'dir.

**Praksi:** Praksiyi değerlendirmede yapılandırılmış nöropsikolojik testler kullanılmamaktadır.

**Günlük yaşam aktiviteleri:** Günlük yaşam aktivitelerinin değerlendirilmesinde İşlevsel Faaliyetler Anketi, Günlük Hayat Aktivitelerinde Gerileme Görüşmesi ve Bristol Günlük Hayat Aktiviteleri Ölçeği kullanılabilir.

### **Yaşlılıkta Psikolojik Süreçler ve Değerlendirilmesi**

Yakın zamanlı çalışmalar yaşlılığın daha önceleri kavramsallaştırıldığı gibi bir yıkım dönemi değil, bir değişim süreci olduğunu göstermektedir. Yaşlanmanın en yaygın ve dramatik etkisi, bedenin çevredeki değişimlere tepki verme kapasitesindeki azalmadır. Daha genç bir birey tarafından çok fazla önemsenmeyecek bir çevresel değişim, yaşlı bir birey tarafından akut bir stres kaynağı olarak algılanabilir. Bilişsel süreçlerdeki gerilemeye paralel olarak, tepki verme kapasitesindeki azalma sonucu bireyin değişime karşı duyarlılığı ve çevreye bağımlılığı artar. Dolayısıyla, yaşlı bireylerin değerlendirme, tanı ve tedavisinde yaş dönemine bağlı bu özellikler göz önünde bulundurulmalıdır.

Klinik ortamda, yaşlı bireylerde sıkça karşılaşılan psikolojik sorunlar dört genel başlık altında toplanabilir 1) İlk yetişkinlik öncesinde ya da sırasında gelişmiş ve süre giden sorunlar

(yeme bozuklukları, depresyon, kaygı bozuklukları, madde kötüye kullanımı, cinsel sorunlar).2) Kayıp ya da yaşla ilgili sorunlar, 3) Kronik rahatsızlıklarla uzun süre mücadele etmenin sonucu ortaya çıkabilecek psikolojik sorunlar, 4) Demanslar.

### **Psikolojik Sorunların Belirlenmesi Kapsamında Kullanılabilecek Bazı Ölçekler**

**Depresyon:** Klinik amaçla kullanılan çok sayıda depresyon ölçeği vardır. Bunlardan en yaygın kullanımı olanlar: Beck Depresyon Ölçeği (BDÖ), Geriatrik Depresyon Ölçeği'ni (GDÖ), Hamilton Depresyon Ölçeği'dir (HDÖ).

**Kaygı:** Epidemiolojik çalışmalar kaygı belirtilerinin yaşlılar arasında oldukça yaygın olduğuna işaret etmektedir (Bekaroğlu ve ark., 1991). Ne yazık ki, kaygı belirtilerinin değerlendirilmesinde yaşlılar için kullanılacak Geriatrik Depresyon Ölçeği benzeri bir ölçüm aracı yoktur. Beck Kaygı Envanteri (BKE) ve Durumluk-Sürekli Kaygı Envanteri (DSKE) kendini değerlendirme ölçekleri arasında en sık kullanılanlardır.

**Madde Kötüye Kullanımı ve Bağımlılığı:** ABD’de yapılan çalışmalar alkol kötüye kullanımı ve alkolizmin yaşlılar arasındaki yaygınlığının %2 ile %10 arasında değiştiğine işaret etmektedir. Yaşlılar arasında daha sık rastlanan örüntü tedavi amaçlı ilaçların kötüye kullanımı şeklindedir. Araştırmalar yaşlılar arasında görülen bu tür madde kötüye kullanımı ve bağımlılık sorunlarının sıklıkla gözden kaçırıldığına ve tanı almadığına işaret etmektedir (Dupree, 1989). Michigan Alkolizm Tarama Testi (The Michigan Alcoholism Screening Test) (MAST) yaşlılar için yeniden düzenlenmiştir.

Yaşlı bireyler için sıklıkla kullanılan psikoterapötik müdahalelerden bazıları: Yaşam değerlendirme terapisi (Life Review Therapy), grup terapileri, aile terapisi, davranışçı müdahaleler, bilişsel-davranışçı terapiler ve kişilerarası psikoterapidir.

## **Kaynaklar**

1-Bekaroğlu M, Uluutku N ve ark. Depression in elderly population in Turkey. Acta Psychiatrica Scandinavica 1991; 84: 174-178.

2-Cangöz, B. Hafif Bilişsel Bozuklukta Nöropsikolojik Değerlendirme. Nörolojide Yeni Ufuklar: Alzheimer Hastalığı ve Diğer Demanslar (Ed. K.Selekler) 2009, Ankara: Güneş Tıp Kitabevi, s. 97-108.

3-Cangöz B, Uluç S. Yaşlılık döneminde meydana gelen psikolojik değişiklikler. In: Gökçe-Kutsal Y, Aslan D (Eds.), Temel Geriatri, 2007, Ankara: Güneş Kitabevi, p.45-55.

4-Dupree LW. Comparison of three case finding strategies relative to elderly alcohol abusers. Journal of Applied Gerontology 1989;8: 502-511.

5-Light LL. Memory and aging: Four hypotheses in search of data. Annual Review of Psychology 1991; 42, 333-376.

6-Mesulam MM. Yaşlanma, Alzheimer hastalığı ve demans:Klinik ve nöropatolojik bakış açıları; Davranışsal ve Kognitif Nörolojinin İlkeleri. 2nd ed. (Gürvit İH Çev. Ed.) İstanbul, Yelkovan; 2004.

7-Öktem Ö. Nöropsikolojik testler ve nöropsikolojik değerlendirme. Türk Psikoloji Dergisi 1994; 9: 33-44.

8-Selekler, K.(Ed.). Alzheimer ve diğer demanslar. Modern Tıp Seminerleri:26, Ankara, Güneş Tıp Kitabevleri, 2003

9-Weintraub S. Mental durumun nöropsikolojik değerlendirmesi; Davranışsal ve Kognitif Nörolojinin İlkeleri 2.baskı (Gürvit İH Çev.Ed.) İstanbul, Yelkovan; 2004.

