

PANEL: HER YÖNÜYLE KAYIP VE YAS

Konuşmacı: Uzm. Dr.Özge Selin Özen Sekmek

Kayıp ve yasa beynin adaptasyonu ve klinik yansımaları: Nörogörüntüleme kanıtları

Yas: ölüm, iş kaybı, ilişki kopması, beklenmedik yaşam olayları ve değişiklikler gibi farklı kayıplara verilen bir tepki olarak ortaya çıkan bir süreçtir. Duygusal, bilişsel ve fizyolojik bileşenler içerir. Yas, kendine özgü bir deneyim olsa da, beyin ve vücut üzerindeki etkisi yasla ilgili mekanizmaları anlamamıza katkıda bulunabilir.

Son yıllarda, yasin duygu, biliş ve davranış üzerindeki etkisinin altında yatan nörobiyolojik ve fizyolojik mekanizmalara dair araştırmalar artmıştır. Yasta duygu düzenlemesi, ödül işleme ve bilişsel kontrol ağlarında tutarlı bozulmalar ortaya konmuştur.

Yapılan çalışmalarda yas şiddeti ve duygusal uyaranlara verilen nöral yanıtlar, fonksiyonel bağlantılarla ve beyin yapısıyla belirgin olarak ilişkili olduğu bulunmuştur. Fonksiyonel MRI çalışmalarında, özellikle posterior ve subgenual anterior singulat korteks, medial/superior frontal girus, serebellum ve amigdala'da, yasla ilgili uyaranlara karşı artmış nöral reaktivite göstermiştir. Yapısal MRI çalışmalarında, uzun süreli yasta, hipokampus, amigdala ve supramarjinal girus hacimlerinde azalma, beyaz madde anormallikleri ve bilişsel gerileme vurgulanmıştır. Bu bulgular, yas sürecinin sinirsel değişikliklere katkıda bulunabileceğini ve zihinsel ve bilişsel sağlık üzerinde kalıcı etkileri olabileceğini düşündürmektedir. Bu panelde kayıp ve yasta güncel nörogörüntüleme literatüründen ayrıntılı bahsettik.

Kaynakça:

- 1) Evstigneev SR, O'Connor MF, Wilhelm FH, Blum D, Slavich GM, Seiler A. Grief and bereavement: A pre-registered systematic review of neuroimaging studies. *Neurosci Biobehav Rev.* 2026 Mar;182:106535. doi: 10.1016/j.neubiorev.2025.106535.
- 2) Gündel H, O'Connor MF, Littrell L, Fort C, Lane RD. Functional neuroanatomy of grief: an fMRI study. *Am J Psychiatry.* 2003 Nov;160(11):1946-53. doi: 10.1176/appi.ajp.160.11.1946.
- 3) Michel CA, Mann JJ, Schneck N. Neural correlates of deceased-related attention during acute grief in suicide-related bereavement. *J Affect Disord.* 2024 Feb 15;347:285-292. doi: 10.1016/j.jad.2023.11.085.

4) O'Connor MF, Gündel H, McRae K, Lane RD. Baseline vagal tone predicts BOLD response during elicitation of grief. *Neuropsychopharmacology*. 2007 Oct;32(10):2184-9. doi: 10.1038/sj.npp.1301342.

5) O'Connor MF. Grief: A Brief History of Research on How Body, Mind, and Brain Adapt. *Psychosom Med*. 2019 Oct;81(8):731-738. doi: 10.1097/PSY.0000000000000717.