

OBEZİTEDE YÜRÜTÜCÜ İŞLEVLER; BAĞIMLILIKLAR VE TEDAVİ BAŞARISI PENCERESİNDEN BAKIŞ

İPEK 2026 Kıbrıs-10.04.2026 tarihli 08.30-10.30(C salonu)

“Psikiyatrik Bakış Açısıyla Obezite: Neden mi Sonuç mu?”

Dr Öğr Üyesi Serap Akdeniz

Balıkesir Üniversitesi

Ruh Sağlığı ve Hastalıkları ABD

Önemli bir sağlık sorunu olan obezitenin yaygınlığı dünya çapında artmaktadır. Obezite pek çok kronik hastalık riskini arttırmaktadır. Kilo kaybının sağlanması yanında, sürdürmek çoğunlukla zordur ve başarısızdır. Mevcut tedavi stratejilerini iyileştirmek için, obez bireylerde kilo kaybı ve kilo koruma başarısını engelleyen faktörleri belirlemek çok önemli görünmektedir. Yürütücü işlevler açısından bakmak bize farklı bir pencere açabilir.

Yeme bağımlılığı kavramı kapsamında gıda olarak kabul edilen ürünlerin bazı biyokimyasal özellikleri nedeniyle bağımlılık tablosu oluşturduğunu bildiren çalışmalar mevcuttur. Aynı zamanda substratın oluşturduğu nörokimyasal değişimlerden ziyade oluşan tablonun davranışsal yönünü dikkate alan varsayımlar da bulunmaktadır. Bu noktada aşırı yeme durumunun madde kötüye kullanımına benzer bağımlılık profili gösterdiğini söyleyebiliriz. Özellikle tıknırcasına yeme bozukluğunun madde bağımlılığı tanımıyla yakın eşleşme gösteren davranış özellikleri olduğu gözlenmektedir.

Benzer davranış kalıpları yanında madde bağımlılığı bulunan bireyler ile obez bireyler beyin yapıları ve nörokimyasal profil açısından da benzerlikler taşımaktadırlar. “ Yeme bağımlılığı ve obezite diğer bağımlılıklar gibi impulsif-kompulsif bozukluklar arasına alınabilir mi? ” sorusu akla gelmektedir. Bu durumda yukarıdan- aşağıya doğru impulsivite ve kompulsivitenin kontrolünde yürütücü işlevler önem kazanmaktadır.

Obezitenin yürütücü işlevlerde bozulma ile gittiğine dair kanıtlar bulunmaktadır. Yürütücü işlevlerdeki bu bozulma obez bireylerde kilo vermeyi engelleyebilir.

Iowa Kumar Testi kullanılarak karar verme yetenekleri ölçülen yeme bozukluğu olmayan obez bireyler hakkında yapılan sistematik bir inceleme ve meta-analiz çalışmasında şu veriler elde edilmiştir. Belirsizlik altında karar verme obez ve sağlıklı kontrol grubu arasında fark göstermemiş ancak risk altında karar verme obez grupta

kontrol grubuna göre etkilenmiş saptanmıştır. Risk altında karar vermedeki bu bozulma, obez bireylerin yüksek riskli ve uzun dönemde dezavantajlı seçenekleri düşük riskli ve uzun vadede avantajlı seçeneklere göre seçme eğiliminin daha fazla olduğunu göstermektedir.

Karar verme yeteneklerini ölçen diğer bir test olan Gecikme İndirimi Testinde de benzer sonuçlar bulunmuştur. Yeme bozukluğu olmayan obez bireylerde gecikme indirimi performansı, sağlıklı kontrollere göre yüksek bulunmuştur. Gecikme indirimi oranlarındaki artış şunu göstermektedir. Daha yakın zamanlı ve daha küçük ödüller, daha büyük ve geç ödüllere tercih edilmektedir. Bu seçim dürtüselliğinin bir özelliğidir.

Bu bulgular bir araya getirildiğinde, bozulmuş öz-düzenlemenin sonucu olarak obezite ile dürtüsellik arasında ilişki olduğu öne sürülmektedir. Bağımlılık alanında açıklandığı gibi, obez hastalar bu nedenle 'geleceğe yönelik miyopi'ye sahip olabilirler yani kararlarının uzun vadeli sonuçlarına daha az duyarlı olabilirler. Aynı zamanda obez bireyler en yüksek ödüllere yönelik davranışlara yönelmelerine yol açan ödüle karşı aşırı duyarlılığa da sahip olabilirler. Bu görüş, obezitedeki bazı yeme davranışlarının bağımlılık davranışlarına benzer özelliklere ve nöral korelasyonlara sahip olabileceğini destekleyen yeme bağımlılığı modeliyle uyumludur.

Obez hastalarda saptanan riskli karar vermedeki bozukluklar, en azından kısmen, bu tür davranışların bilinen uzun vadeli olumsuz sonuçlarına rağmen, yüksek derecede lezzetli yiyecek maddelerini arama ve tüketmeye yol açan yeme davranışlarını yönetmedeki zorluğu açıklamaya katkıda bulunabilir. Bu bağlamda yürütücü işlevlerde bozulmanın kilo verme başarısının önünde engel oluşturduğu düşünülmektedir ve obezitedeki spesifik yürütücü işlev bozukluklarını hedefleyen teröpatik stratejiler önerilmektedir.