



AZ BİLİLEN BİR ÖZGÜL FOBİ 'OFIDIYOFOBİ': BİR OLGU SUNUMU
A LITTLE KNOWN SPECIFIC PHOBIA 'OPHIDIOPHOBIA': A CASE REPORT

Aslı Enzel KOÇ¹, Çiçek HOCAOĞLU¹

¹Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Anabilim Bilim Dalı, Rize

ÖZ

Özgül fobi, belirli bir nesne veya durumdan belirgin korku duyma ve kaçınma olarak tanımlanır. Genel yetişkin popülasyonunda özgül fobilerin prevalansı yüksektir. Özgül fobilerin çoğunda tipik olarak başlangıç çocukluk döneminde olur. Özgül fobiler, bazı durumlarda yüksek düzeyde psikososyal bozulma ile ilişkili olabilir. Hayvan tipi fobinin, özgül fobinin alt tipleri arasında en yüksek prevalansa sahip olduğu bildirilmiştir. Yılan korkusu, insanlar arasında en yaygın görülen korkulardandır. Korku yıpratıcı, sürekli ve kişinin işlevselliğini bozuyor olduğunda fobi olarak kabul edilir. Özgül fobiler diğer ruhsal bozuklukların öngörücüsü olabilirler. Bu nedenle özgül fobilerin tedavisi diğer ruhsal bozuklukların insidansını azaltabilir. Bu olgu sunumunda, yaygın anksiyete bozukluğu ve yılan fobisi şikayeti olan 38 yaşında bir kadın olgu sunulmuştur.

ABSTRACT

Specific phobia is defined as marked fear and avoidance related to a specific object or situation. The prevalence of specific phobias is high in the general adult population. The majority of specific phobias typically have an onset in childhood. Specific phobias can be associated with high levels of psychosocial impairment in some cases. Subtype-specific analyses showed that animal phobia had the highest prevalence in the general population. Fear of snakes is one of the most common fears among humans. When the fear becomes devastating, persistent, and defeat an individual from normal functioning, it is considered a phobia. Specific phobias could be strong predictors of other mental disorders. Therefore, the incidence of other mental disorders could be reduced by treatment of specific phobias. A 38-year-old woman who had complaints of generalized anxiety disorder and snake phobia was presented in this case report.

Anahtar kelimeler: Korku, ofidiyofobi, özgül fobi

Keywords: Fear, ophidiophobia, specific phobia

Makale Geliş Tarihi : 21.03.2022
Makale Kabul Tarihi: 30.09.2022

Corresponding Author: Prof. Dr. Çiçek HOCAOĞLU, Recep Tayyip Erdoğan Üniversitesi, Tıp Fakültesi, Ruh Sağlığı ve Hastalıkları Ana Bilim Dalı, Rize, cicekh@gmail.com, ORCID: 0000-0001-6613-4317
Telefon: (0464) 213 04 91 /1506
Arş. Gör. Dr. Aslı Enzel KOÇ, sovera972@yahoo.com, 0000-0002-9853-745X

GİRİŞ

Özgül fobi, maruz kalınması üzerine kaygı belirtileri ortaya çıkaran, kişinin işlevselliğini bozan belirli bir nesneden, durumdan irrasyonel, abartılı bir korku duyma olarak tanımlanır. Köpekler, örümcekler, gök gürültüsü, yükseklik, tünel, karanlık, su, uçmak ve kan sık görülen özgül fobilerdir (1,2). Yaşam boyu prevalansı % 7-12 olarak bildirilmiştir (3-5). Ruhsal Bozuklukların Tanısal ve Sayımsal Elkitabı, Beşinci versiyon (DSM-5) te özgül fobi hayvan, doğal çevre, durumsal, kanenjeksiyon-yaralanma ve diğerleri olmak üzere beş alt tipe ayrılmıştır (3). Toplum içindeki prevalansının yüksek oluşu, erken başlangıçlı doğası, kronik ve tekrarlayan seyri nedeniyle ciddi bir hastalık yükü oluşturmaktadır. Korku ve kaçınma reaksiyonlarının varlığı ile kişinin yaşam alanını daraltıcı olabilmektedir. Bu verilerin aksine özgül fobisi olan kişilerde tedavi arayışı nadirdir ve çoğu zamanda tedaviler de yetersiz kalmaktadır (3,5,6). Bazı epidemiyolojik çalışmalarda hayvan, çevre ve diğer özgül fobiler arasında önemli farklılıklar olabileceği bildirilmiştir (4,6). En yaygın hayvan fobileri köpek, kedi, yılan, örümcek, fare, kuş ya da sıçrayabilen hayvan türleri ile ilgilidir. Yılan fobisi, sürünge korkusu olarak bilinen herpetofobinin alt tipi olan ofidiyofobi olarak bilinir (2). Yılan korkusu evrensel bir korkudur. Yılanın sümüksü kıvamı ve kıvrılarak ilerlemesi iğrenme duygusunu da beraberinde getirir (2). Binlerce yıl boyunca insanlar yılanlara karşı tikslenme duygularının yanı sıra onlara karşı büyük bir hayranlığın iç içe olduğu hisler beslemişlerdir (7). Yılanlar birçok antik kültür sanatında da ortaya çıkar. Yılan baştan çıkarıcı, şeytani vasıflara sahip ya da bereket getiren, şifa verici özellikle bir unsur olarak yaşam ve ölüm gibi zıtlıklarla ele alınmıştır. Bir asanın etrafına dolanan tek bir Aesculapian yılanını içeren Yunan şifa tanrısı Asclepius'un asası tıp için bir sembol olarak yaygın şekilde kullanılmaktadır. Yılandan saçları olan Medusa yaşam ve ölüm gibi iki zıt unsuru taşımaktadır. Yılan ayrıca görünüş itibari ile antik dönemlerden günümüze fallusa benzetilmiş, top-rağın doğurganlığı ve bu sayede kadının doğurganlığı ile de ilişkilendirilmiştir (8). Birçok insan yılandan korkar. Bununla birlikte, bazı insanlar aşırı korkulara sahiptir. Bir yılanın görseline ya da düşüncesine bile belirgin bir tepki gösterebilirler. Korku bunaltıcı ve devamlı olduğunda, kişinin işlevselliğini bozduğunda fobi olarak kabul edilir (2). Yılan fobisi çok eski yıllardan bu yana tanımlanmasına rağmen, bu konuda yeterli çalışma yoktur. Herpetofobinin en yaygın görülen alt tipi olan 'Ofidiyofobi' nin etiyolojisi, klinik görünümü ve tedavisi ile ilgili bilgiler sınırlıdır. Biz bu çalışmada psikiyatri kliniğimize kaygıları nedeniyle başvuran bir olguyu ve görüşmenin ilerleyen dönemlerinde değiştiği yılan fobisini alan yazına katkı sağlaması amacıyla sunduk.

OLGU SUNUMU

Bayan S, 38 yaşında, ilkökul mezunu, ev hanımı, eşi, iki çocuğu ve kayınpederi ile yaşıyor. Kliniğimize özellikle akşam saatlerinde kendisine ve çocuklarına kötü bir şey olacağına ilişkin endişesi nedeni ile başvurdu. Yanında bir yakını olmadığı evde yalnız kalamadığını, başka birinin eve gireceğinden korktuğunu belirten olgunun, yakınmalarının ergenlik döneminde başladığı ve son yıllarda özellikle kayınpederinin kendileri ile yaşamaya başlaması ile arttığı öğrenildi. Evde kayınpederinin do-

kunduğu her şeyden iğrendiğini, onun dokunduğu şeylere dokunmadığını ifade eden hasta, görüşme sırasında başka korkuları olup olmadığını sorulduğunda "Kendimi bildim bileli yılan korkum var" dedi. Daha önce hiç yılan görmediğini belirten hasta, çocukken yılanlar ile ilgili bir film izlediğini ve çok korktuğunu söyledi. Ayrıca birçok hayvandan da tiksindiğini ifade etti. "Yılan kelimesini duysam ya da televizyonda yılan göreceğim olsam bayılacak gibi oluyorum, kalbim çarpıyor, nefesim duruyor" dedi. Yılan göreceği endişesi ile açık alanda dolaşmaktan kaygı duyduğunu, özellikle çay kesim zamanı çok zorlandığı ve bu korkusu nedeni ile çay toplayamadığını belirtti. Aile içi çatışmaların sık yaşandığı bir evde çocukluğunun geçtiğini ifade eden hastanın üç yıl önce halsizlik, iş yapamama, çok uyuma yakınmaları nedeni ile psikiyatri kliniğine başvurduğu, ilaç tedavisi başlandı ancak gebelik nedeni ile tedavisini yarıda bıraktığı öğrenildi. Bir ablasının konversiyon bozukluğu tanısı ile tedavi gördüğü ifade edildi. Fizik muayene ve laboratuvar tahlillerinde patolojik bir bulgu saptanmadı. Ruhsal durum muayenesinde ise, kendine bakımının iyi olduğu, saygılı tutumda olduğu, sorulan sorulara verdiği cevapların probleme dönük ve amaca yönelik olduğu gözlemlendi. Duygu durum ötimik, bilinç, yönelim ve bellek normal olarak değerlendirildi. Algılamada, zeka düzeyinde, gerçeği değerlendirme yetisinde, yargılamada patolojik bulgu gözlenmedi. Düşünce içeriğine ailevi sorunlar ve yılan ile ilgili korkular hakimdi. DSM-5'e göre özgül fobi ve yaygın anksiyete bozukluğu tanıları ile paroksetin 20 mg/gün tedavisi başlandı ve ilaç dozu kademe olarak 40 mg/gün olarak artırıldı. Eş zamanlı olarak bilişsel davranışçı terapi uygulanan hasta, tedavisi konusunda bilgilendirildi. Yılan korkusu ile ilgili ayrıntılı öykü alınarak, yılan korkusunun zamanlaması (seyri, atakların sıklığı ve süresi, daha çok günün hangi saatlerinde olduğu vb.), kaçınma davranışının şiddeti, yılan korkusunu kolaylaştıran durumlar, etkileyen etkenler ve korku sonrasında ortaya çıkan düşünceler, duygular üzerinde duruldu. Poliklinik kontrolünde değerlendirilen hastanın tedavisini düzenli şekilde kullandığı, yakınmalarının belirgin ölçüde azaldığı izlendi. Kaçınma davranışın azaldığı, rahatlıkla tek başına bahçede çay toplayabildiği öğrenildi. Çalışma öncesi hastadan klinik durumunun bilimsel bir dergide sunulması için bilgilendirilmiş yazılı onam alınmıştır.

TARTIŞMA VE SONUÇ

Özgül fobi etiyolojisi ve klinik görünümünü açıklamaya yönelik klasik koşullanma, travmatik deneyim varlığı, strese yatkınlık, genetik geçiş, gen-çevre etkileşimi gibi birçok model ve hipotez öne sürülmüştür (9,10). Ancak, bu görüşler tüm özgül fobi alt türleri için geçerli değildir. Hayvan tipi fobiler, çocuklar tarafından doğrudan temastan ziyade çoğu zaman duyma veya gözlem gibi dolaylı kaynaklardan bir öğrenme modeli yoluyla edinilir. Olgumuz, yılanı korkutucu bir durum bağlamında bir filmde gördüğünü belirtmiştir. Yılanlar ile doğrudan travmatik bir deneyimi olmamıştır. Bazı epidemiyolojik çalışma verileri yılan fobisi olan kişilerin %95'inin daha önce bir yılanla doğrudan karşılaşmadığını göstermektedir (2). Olgumuzun bu fobisinin çocukluğundan itibaren var olduğu, hayvan türünden fobilerin de genellikle yaşamın erken döneminde, özellikle dört yaş civarında ortaya çıktığı bilinmektedir (2). Olgumuzda da olduğu

gibi hayvan fobisinin daha sıklıkla kadınlarda gözlemlendiği bildirilmiştir (2,5). Fobiler öğrenme ve korku olmak üzere iki ana unsur açısından tartışılabilir. Kişilerin, korkulan nesne ile temas edeceği, böylece kirleneceği korkusu, duygu ve düşüncelerinde yer alabilir. Özellikle bu kişilerde öğrenme durumu daha belirgin olmaktadır. Korku hissini azaltmak amacıyla kişi kaçma ve kaçınma davranışları sergileyebilir. Kaçınma veya kaçma davranışının mümkün olmadığı yerlerde, kişide ellerde belirgin olmak üzere tüm vücutta titreme, huzursuzluk veya başka fizyolojik belirtiler, endişe veya korku gibi emosyonlar ortaya çıkabilir. Olgumuzun da 'yılan' kelimesiyle dahi tetiklenen bir takım psikofizyolojik tepkilerin olduğu izlenmiştir. Bu rahatsız edici durumu azaltma amaçlı kaçınma davranışı da tanımlanmıştır (2). Olgunun, süregelen kaçınma davranışına bağlı yaşamı kısıtlanmıştır. Bununla birlikte, kayınpederi ile ortak yaşamın getirmiş olduğu sorunlar, kişide daha fazla yeti yitimine neden olduğu söylenebilir. Özgül fobiler anksiyete, duygu durum ve alkol madde kullanım bozukluklarının güçlü bir öngörücüsü olup anksiyete bozuklukları bu bağlamda daha çok ön plana çıkmaktadır. Olgunun, çocukluk döneminde başlayan ve tedavi edilmemiş özgül fobisi ileriki dönemde yaygın anksiyete bozukluğuna yatkınlık oluşturmuş olabilir (5). Bir çalışmada özgül fobiye en sık eşlik eden ruhsal bozukluğun %29.6 oranla anksiyete bozuklukları olduğu ve sonrasında bunu %21 oranla duygu durum bozukluklarının takip ettiği bildirilmiştir (3). Özgül fobilerin etkin tedavisi ile diğer ruhsal bozuklukların görülme sıklığının azalabileceği öngörülmektedir (5). Ayrıca birçok fobik birey, birden fazla fobiden muzdariptir (2). Hayvan fobisi, farklı olarak diğer fobilerle düşük oranda birliktelik gösterir (10). Özgül fobinin tedavisi diğer anksiyete bozukluklarının tedavisinden daha uzun zaman alabilmektedir (3). Tedavisinde bilişsel terapiler, davranışçı terapiler, destekleyici terapiler, hipnoterapi, farmakoterapi gibi farklı tedavi modaliteleri kullanılmaktadır. Özgül fobi tiplerinin çoğunda, in vivo maruz bırakma terapisinin etkinliği yüksek bulunmuştur (11). In vivo maruz bırakma terapisi sistematik duyarsızlaştırma, sanal gerçeklik terapisi, interoseptif maruz bırakmanın da yer aldığı davranışçı terapilerin içinde yer alıp korkulan nesnenin kendisiyle karşılaşmayı içerir. Bilişsel terapinin odağı, korkulan uyarıcı ya da durumla ilişkili çarpık düşüncelerin değiştirildiği bilişsel yeniden yapılanmadır. Hastamızın tedavisi içinde farmakoterapinin yanında yer alan bilişsel terapinin etkinliğinin, in vivo maruz bırakma tedavisi kadar etkili olduğu düşünülmektedir. Özgül fobinin tedavisinde farmakoterapi çok ön plana çıkamamış olsa da bilişsel ya da davranışçı terapilerle beraber kullanıldığında tedavi süresini kısaltmakta, tedaviyi güçlendirmektedir (11). Bir diğer önemli faktörde tedavi motivasyonunun, tedavi uyumunun sağlanması ve devam ettirilmesi.

Sonuç olarak, özgül fobi prevalansının yüksek olduğu, yeti yitiminin görüldüğü, tedavi arayışının düşük olduğu ve diğer ruhsal bozuklukların öngörücüsü olan bir bozukluk olup, klinisyenlerin dikkatini hak etmektedir. Özgül fobilerin alt tiplerinin tanınması, etiyoloji ve tedavi yaklaşımlarının belirlenmesi konusunda geniş örneklemli çalışmalara gereksinim vardır.

Etik Beyan

Çalışma öncesi hasta bilgilendirilerek yazılı onamı alınmış, çalışmada etik ilkelere uyulmuştur.

Çıkar Çatışması

Yazarlar arasında çıkar çatışması yoktur.

KAYNAKLAR

1. Lindner P, Miloff A, Reuterskiöld L, Andersson G, Carlbring P. What is so frightening about spiders? Self-rated and self-disclosed impact of different characteristics and associations with phobia symptoms. *Scand J Psychol* 2019; 60(1):1-6.
2. Hamm AO. Specific phobias. *Psychiatr Clin North Am* 2009; 32(3):577-91.
3. Wardenaar KJ, Lim CCW, Al-Hamzawi AO, et al. The cross-national epidemiology of specific phobia in the World Mental Health Surveys. *Psychol Med* 2017;47(10):1744-760.
4. Ajdacic-Gross V, Rodgers S, Müller M, et al. Pure animal phobia is more specific than other specific phobias: epidemiological evidence from the Zurich Study, the ZInEP and the PsyCoLaus. *Eur Arch Psychiatry Clin Neurosci* 2016;266(6):567-77.
5. Eaton WW, Bienvenu OJ, Miloyan B. Specific phobias. *Lancet Psychiatry* 2018; 5(8):678-86.
6. de Vries YA, Al-Hamzawi A, Alonso J, et al. Childhood generalized specific phobia as an early marker of internalizing psychopathology across the lifespan: results from the World Mental Health Surveys. *BMC Med* 2019; 17(1):101.
7. Coelho CM, Polák J, Suttiwan P, Zsido AN. Fear inoculation among snake experts. *BMC Psychiatry* 2021; 21(1):539.
8. Klieger DM, Gallagher RW. The measurement and mismeasurement of ophidiophobia in analogue research: a procedural review. *J Clin Psychol* 1993; 49(2):140-53.
9. Van Houtem CM, Laine ML, Boomsma DI, et al. A review and meta-analysis of the heritability of specific phobia subtypes and corresponding fears. *J Anxiety Disord* 2013; 27(4):379-88.
10. Czajkowski N, Kendler KS, Tambs K, et al. The structure of genetic and environmental risk factors for phobias in women. *Psychol Med* 2011; 41(9):1987-995.
11. Choy Y, Fyer AJ, Lipsitz JD. Treatment of specific phobia in adults. *Clin Psychol Rev* 2007; 27(3):266-86.