

## Ölüme yaklaşma deneyimi (ÖYD) ve nörobiyolojisi

Prof. Dr. Ertuğrul Efler, Klinik Psikofarmakoloji Bülteni 2009;19:193-205 tarafından yazıldı tarafından yazıldı.  
Cumartesi, 29 Mayıs 2010 10:33 - Son Güncelleme Salı, 19 Şubat 2013 09:10

---

Ölümden dönenlerin bir kısmında travma sonrası stres bozukluğu gelişse de daha az bir kısmında “ölüme yaklaşma deneyimi” (ÖYD) denilen farklı bir deneyim yaşanır. Bu deneyim kişilerce “olağanüstü, ruhanî ya da dinî” bir deneyim olarak algılanır. ÖYD sırasında fiziksel bedenden ayrılma, kâinatla birleşme, uzay ve zamanın aşılması gibi sıra dışı hisler yaşanır, huzur ve öfori emosyonları eşlik eder, parlak bir ışıkla ya da ölen bir akraba veya bir din büyüğü ile karşılaşma gibi yaşantılar olur (96,97). Birçoğunda “tünel deneyimi” denilen ucunda aydınlık bir ışık görünen bir tünelde olduğunu görme, uçarak yükselme ve dünyayı yukardan görme gibi deneyimlerin de yaşandığı bildirilmektedir.

Bu kişilerin çoğunda bu deneyimden sonra korku ve anksiyetede azalma, ruhanîlikte artış, hayata daha pozitif bir bakış, ölüm korkusunun azalması, materyalistik ve yarışmacı tavırların azalması, altruistik özelliklerin artışı gibi olumlu kişilik değişikliklerinin geliştiği söylenir (96). Hatta intihar girişiminde bulunup da ÖYD yaşayanların, intihar girişimcilerinin çoğunda beklenenin aksine bir daha hiç intihar girişiminde bulunmadıkları ileri sürülmektedir (98).

ÖYD'nin insan toplumlarının ölümünden sonraki hayata inanmalarında temel etkenlerden biri olduğu ileri sürülmektedir. Ölüme yaklaşma deneyimleri birçok açıdan temporal lob epilepsilerine ve mistik deneyimlere benzemektedir (97). Örneğin her iki durumun da anlatılamaz oluşu, iki durumda da zaman ve uzayın aşılması gibi duygular, emosyonel yoğunluk, dinsel bir şahsiyetle karşılaşma, parlak bir ışık görme yaşantıları ve bu deneyimlerin kişiliği değiştirici gücünün oluşu birbirine çok benzer özelliklerdir. Nitekim bu deneyimi yaşayanlarda interiktal temporal lob epileptiform EEG aktivitesinin normallere göre çok daha sık olduğu ve daha çok temporal lob epilepsisi belirtisi tanımladıkları gözlenmiştir (96). Sonuç olarak ÖYD yaşamaya yatkın insanların daha kararsız ve anoksiye duyarlı temporal loblara sahip oldukları ve bunlarda anoksik durumlarda ortaya çıkan ÖYD'lerinin aslında yine bir tür temporal uyarılmanın sonucunda geliştiği ileri sürülmektedir (99).

ÖYD sırasında yaşananların beynin hipoksisine ve bu hipoksiye bağlı endojen opioidlerin ya da glutamatın salınımına bağlı olduğunu ileri sürenler de vardır (100). Ancak hipoksinin ÖYD'nin aksine çoğu zaman ajitasyon, ürkütücü hallüsinasyonlar gibi hoş olmayan yaşantılara neden olduğu bilinir (97). Ayrıca çalışmalarda ölümden dönenlerde ÖYD yaşayanlar ve yaşamayanlardaki kan oksijen saturasyon varsayımı şimdilik güçlü bir varsayım gibi görünmemektedir.

ÖYD sırasında yaşananların psikolojik savunma mekanizmaları olduğunu ileri sürenler de vardır. Bu yazarlara göre bu sırada yaşananlar depersonalizasyon, arzu dolu düşünce ve geriye dönük konfabulasyondan ibarettir ve kişi aslında “inandığını görmektedir” (37). Ancak öteki dünyayla ilişkili pek bir fikirleri olmayan çocukların da benzer bir deneyimi tanımlamaları (102),

## Ölüme yaklaşma deneyimi (ÖYD) ve nörobiyolojisi

Prof. Dr. Ertuğrul Efele, Klinik Psikofarmakoloji Bülteni 2009;19:193-205 tarafından yazıldı tarafından yazıldı.  
Cumartesi, 29 Mayıs 2010 10:33 - Son Güncelleme Salı, 19 Şubat 2013 09:10

---

farklı kültür ve inançtakilerin benzer deneyimlerinin olması ve yaşananların kişinin önceki dinî inancı ile bir ilişkisinin bulunmaması (103) bulguları bu görüşün pek geçerli olamayacağını göstermektedir.

**Alıntıdır: Prof. Dr. Ertuğrul Efele, Klinik Psikofarmakoloji Bülteni 2009;19:193-205 tarafından yazıldı □ □**

