

# Nutriční problematika toxikomanů

# Definice závislosti (WHO)

- Závislost je stav psychický nebo fyzický, vyplývající z působení účinné látky na organismus.
- Tento stav je charakteristický změnami chování a dalšími reakcemi, zejména neodolatelnou touhou, chorobným bažením po opakovaném podávání psychotropně působící látky (craving)

# Drogová závislost

(podle Americké psychiatrické společnosti, 1987)

- a) užívání látky ve větších množstvích nebo déle, než konzument původně zamýšlel
- b) stálá snaha nebo jeden či více neúspěšných pokusů o snížení nebo ovládnutí používání látky
- c) větší část dne je věnována aktivitě spojené se získáváním látky (vč. krádeže), s přijímáním látky (např. řetěz kouření) nebo s dosahováním očekávaných účinků látky

# Drogová závislost

(podle Americké psychiatrické společnosti, 1987)

- d) jsou pozorovány časté intoxikace nebo abstinenční příznaky v době, kdy jsou plněny zodpovědné a náročné pracovní úkoly v zaměstnání, ve škole, doma; nebo když látka svým akutním účinkem představuje riziko pro současný výkon pracovní činnosti (např. řízení motorového vozidla), a přesto se užívá
- e) konzument redukuje či zcela vypouští důležité sociální pracovní nebo rekreační aktivity v souvislosti s užíváním látky

# Drogová závislost

(podle Americké psychiatrické společnosti, 1987)

- f) konzument nepřetržitě užívá látku navzdory znalostem o tom, že stále nebo opakující se sociální, psychické či fyzické problémy jsou vyvolávány nebo provokovány jejím vlivem
- g) zřetelná tolerance - potřeba výrazně se zvětšující dávky substance k dosažení žádoucího účinku či významně slabší účinek při užívání stejného množství substance
- h) charakteristické abstinенční příznaky
- i) látka je často použita ke zmírnění nebo k zábraně výskytu abstinенčních příznaků.

# Drogová závislost

- **Závislost psychická** – zvláštní ladění psychiky, které nutí jedince k periodickému nebo soustavnému požívání látky
- **Závislost fyzická (somatická)** – adaptace organismu na užívanou látku (látka se stane nutnou součástí metabolismu a její vynechání pak vede ke vzniku abstinenčních příznaků)
- **Závislost psychologická** – závislost na formě drogy, nikoliv na obsahu (při dlouhodobém zneužívání některých látek)

# Stručný přehled drog v ČR

Droga	Způsob užívání	Účinky	Rizika
<i>Marihuana</i>	Kouření konzumace v jídle	Euforie, zkreslené vnímání, zhoršená koordinace, následný pocit hladu	Zánět dýchacích cest, zhoršená paměť, pozornost, úzkost
<i>Hašiš</i>	Kouření, konzumace v jídle	Obdobné jako u marihuany	Obdobné jako u marihuany
<i>Heroin</i>	Nitrožilně, kouření	Euforie, spavost, analgetikum	Zvracení, mdloby, zácpa, koma, kožní problémy
<i>Pervitin</i>	Nitrožilně, šňupání	Euforie, hyperaktivita, nespavost, nechutenství, zrychlené myšlení a řeč	Agresivita, následná spavost, deprese, srdeční obtíže
<i>Extáze</i>	tablety	Halucinace, zvýšená citlivost, empatie, přehřívání organismu	Zhoršení paměti, emoční otupení, riziko kolapsu

# Stručný přehled drog v ČR

Droga	Způsob užívání	Účinky	Rizika
<i>LSD</i>	Polykání na papírcích, tablety	Změněné vnímání, halucinace, zvýšení krevního tlaku a tepu	Možný rozvoj psych. poruch, nespavost, slabost, neklid
<i>Těkavé látky</i>	vdechování	Změněné vnímání, halucinace, euforie	Porušení sliznic a dechového aparátu, změny nervového systému a KVS
<i>Kokain</i>	šňupání	Euforie, zrychlené myšlení, chování i řeč	Porušení sliznic, rozvoj psych. Obtíží, srdeční kolaps
<i>Anabolika</i>	Tablety, kapsle	Růst svalové hmoty	Snížená produkce spermatu, zmenšení varlat, zvětšení prsních svalů



# Incidence léčených uživatelů drog v roce 2008 (pro Středočeský kraj)

- celkem bylo nově evidováno **318** klientů
- (incidence 27,6/100 000 obyvatel) => **214** mužů a **104** žen
- průměrný věk: **23,6** let (24,6 let u mužů, 21,7 let u žen)
- nejpostiženější věková skupina: **20- 24 let**, ze které bylo evidováno **114** (149,6/100 000 obyvatel), tj. 35,9 % ze všech uživatelů.
- nejnižší věk: 12 let (dívka, kouření marihuany)
- nejvyšší věk: 51 let (muž, požití sedativ a hypnotik)

# Prevalence léčených uživatelů drog v roce 2008 (pro Středočeský kraj)

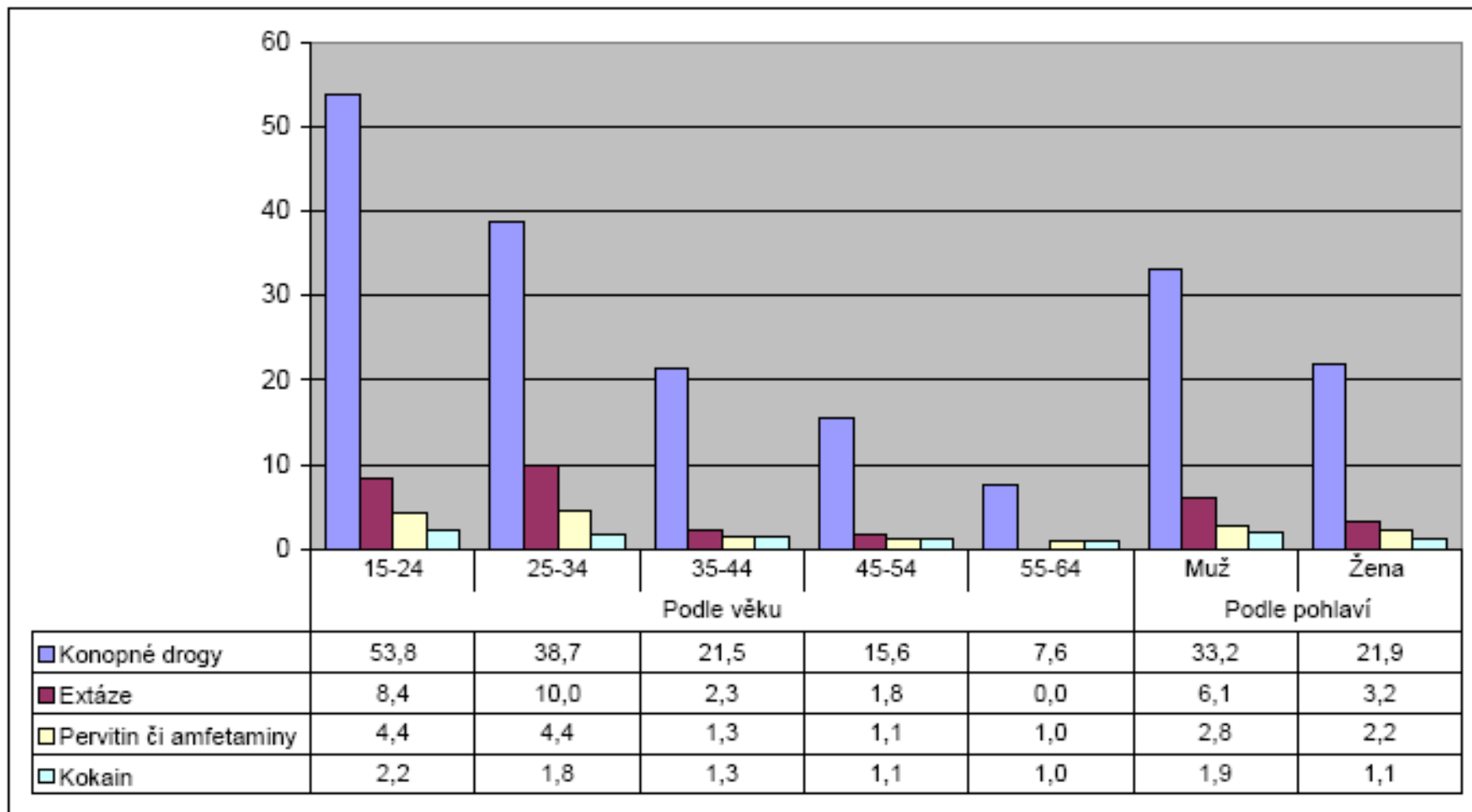
- **815 osob** (70,9/100 000 obyvatel), toho ve věkové skupině 15–39 let se jednalo o **781 osob** (88,8/ 100 000 obyvatel)
- Nejčastěji užívaná droga: **pervitin a ostatní stimulancia**
- Na druhém místě: **heroin a ostatní opiáty**
- Na třetím místě: **kanabinoidy**

# Užívání drog

- Podle ÚZIS ČR vyzkoušelo alespoň jednou za život „tvrdou“ nebo „měkkou“ drogu 22,3 % populace

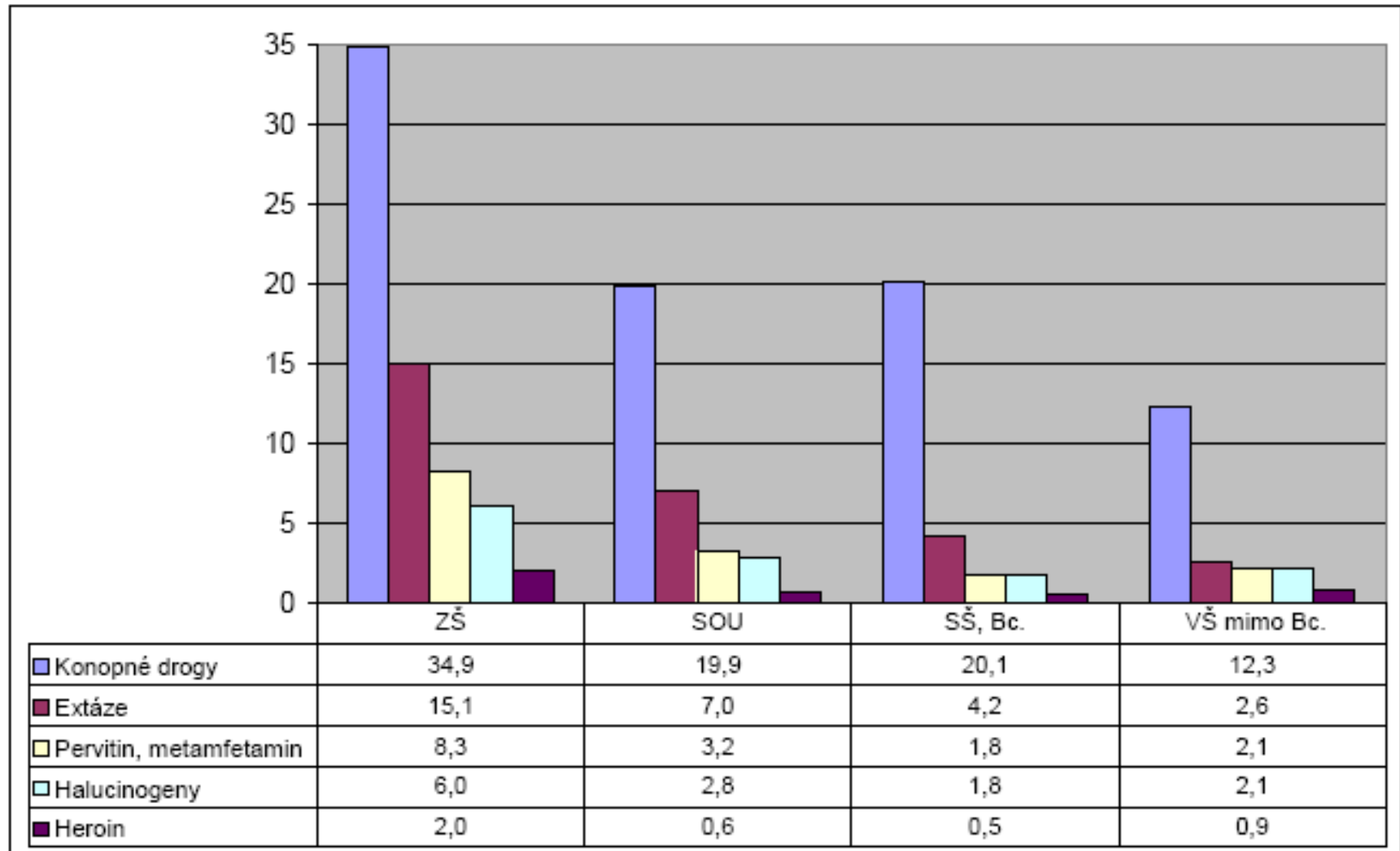
# Výroční zpráva o stavu ve věcech drog v České republice v roce 2009 (Úřad vlády České republiky, 2010)

graf 2-2: Celoživotní prevalence zkušeností s nelegálními drogami podle pohlaví a věku, v % (Národní monitorovací středisko pro drogy a drogové závislosti and Agentura INRES-SONES, 2009)



# Výroční zpráva o stavu ve věcech drog v České republice v roce 2009 (Úřad vlády České republiky, 2010)

graf 2-1: Prevalence užití nelegální drogy v posledním roce podle vzdělání, v % (Sovinová and Csémy, 2010)



# Výroční zpráva o stavu ve věcech drog v České republice v roce 2009 (Úřad vlády České republiky, 2010)

- V r. 2009 byly publikovány výsledky terénní socioetnografické studie provedené v pěti romských rodinách. která byla zaměřena na hodnocení vlivu užívání návykových látek na zdraví (Kajanová and Mrhálek, 2009)
- Mezi účastníky studie převládala závislost na nikotinu, a to i u mládeže ve věku 12 let, která také často přetrvává i u žen v těhotenství
- Zatímco pravidelná konzumace alkoholu se mezi respondenty vyskytovala spíše ojediněle, mezi mladými Romy bylo pozorováno nadužívání nelegálních drog; podle autorů nebyla marihuana komunitou za drogu ani považována
- Důležitou roli hraje spíše tolerantní postoj rodiny a komunity k užívání návykových látek, což je patrné při tolerování kuřáctví i u malých dětí

# Náklady na léčbu drogové závislosti

Léčba drogových závislostí je v ČR financována

- ze zdravotního pojištění
- z veřejných zdrojů (ministerstva, *RVKPP*, kraje, obce)
- z vlastních zdrojů a soukromých zdrojů (poplatky klientů a pacientů, příspěvky, sponzoring).

Náklady na prevenci, minimalizaci poškození drogami (harm reduction), léčbu užívání drog a následnou péči dosáhly v r. 2007 v ČR 741,1 mil. Kč (z toho na prevenci 53,5 mil. Kč, na harm reduction 148,9 mil. Kč a na léčbu a následnou péči 505,9 (ústavní léčba, léčba v terapeutických komunitách)).

# Nejčastěji užívané drogy

- Konopné
- Marihuana (květenství a lístky z konopí)
- Hašiš (pryskyřice z konopí)
- Hlavní účinná látka: THC (delta -9- tetrahydrocannabinol)
- Halucinogeny
- Rostlinného původu a z hub (např. mezkalin, durman, psilocybin atd.)
- Živočijného původu (např. bufotenin)
- Semisyntetické a syntetické (např. LSD)



# Nejčastěji užívané drogy

- Stimulancia

- Amfetamin
- Pervitin – tradiční „česká“ droga
- Kokain

- Extáze (taneční drogy)

- Látka odvozená od amfetaminu – zkratka MDMA (*3,4-metylendioxy-N-metylmefetamin*)

- Opiáty

- Morfium
- Heroin – jedna z nejnebezpečnějších masově užívaných drog s vys. závislostí
- Braun
- Kodein

# nutriční stav a stravovací návyky toxikomanů

- Různorodé, dle druhu drogy a míry závislosti
- Časté výkyvy (anorexie vs hyperfagie)
- Priorita stravování odsunuta do pozadí – hlavní je droga a peníze
- Při dostatku peněz snaha o správné stravování (teplé jídlo, pravidelná strava)
- Při nedostatku peněz – jídlo je na posledním místě

# nutriční stav a stravovací návyky toxikomanů

- Obecně se mezi uživateli nelegálních drog vyskytuje řada jedinců s nízkým BMI, PE malnutricí a s deficitem základních živin a dalších nutrientů
- Což nemusí být ale důsledek pouze nedostatečné výživy
- Může se jednat také o účinek drogy, přítomné infekce, malabsorpce, zvýšený bazální energetický výdej či zvýšenou fyzickou aktivitu

# Vliv drogy na stravování

- Marihuana, těkavé látky – záchvaty žravosti
- Heroin - v době užívání vede k hladovění, hubnutí a zvýšené chuti na mléčné výrobky  
- při odvykání: zvýšená chuť k jídlu, přibývání na váze
- Stimulancia (amfetamin, pervitin a kokain) – potlačují únavu (hyperaktivita) i chuť k jídlu,  
Pervitin - anorektické účinky X abstinence drogy vede k únavě, hyperfagii a depresím

# 1. Uživatelé marihuany



- Uživatelé se považují za labužníky
- Zvýšená chuť k jídlu
- Zvýšený přívod energeticky vydatných jídel (fast food)
- Chuť na sladké
- Nadměrný příjem sladidel, tuků a olejů
- Zvýšený příjem kyseliny linolové
- Téměř denní konzumace alkoholu



# 1. Uživatelé marihuany



- Nižší příjem bílkovin živočišného původu
- Nižší příjem vitamínu A, vitamínu B1
- Nedostatečný příjem vitamínu C
- Neužívají vitaminová suplementa
- Nedostatečný příjem obilovin, zeleniny, ovoce, mléčných výrobků

## 2. Stravovací zvyklosti u uživatelů heroinu - opiát



!! mezi dávkou účinnou a smrtelnou je jen malý rozdíl - útlum CNS

- V průběhu aktivního užívání heroinu konzumace rychlých, snadno dostupných, levných a sladkých jídel; nepravidelná konzumace, **nulový zájem o stravu, hubnutí**
- Stravování se často výrazně z kvalitní při pobytu v ústavních zařízeních
- Ex-uživatelé – zájem v přípravě, vaření a konzumaci jídla (až terapeutický účinek) X následná úzkost (častěji u Ž) z přibývání na hmotnosti

## 2. Stravovací zvyklosti u uživatelů heroinu



- Uživatelé heroinu vykazují dysfunkční stravovací zvyklosti, úsilí o jejich změnu může být předmětem komunitní/ústavní léčby jako prostředek k dosažení zdravotních, psychologických a sociálních prospěchů
- Nutriční intervence musí být „ušita na míru“ individuálním potřebám a okolnostem

Neale J. - Nettleton S. - Pickering L. – Fischer J. Eating patterns amongst heroin users: a qualitative study with implications for nutritional interventions. *Addiction*, 2011: Sept.



### 3. Stravovací zvyklosti u uživatelů **kokainu** a **pervitinu**



- Euforie, stimulace, pocit velkého množství energie
- Vedlejší účinky: nechutenství, někdy nevolnost a zvracení, snížená chuť k jídlu, nechutenství spojené s výrazným hubnutím

# „Tváře perníku“



# „Tváře perníku“



January 2008

August 2008

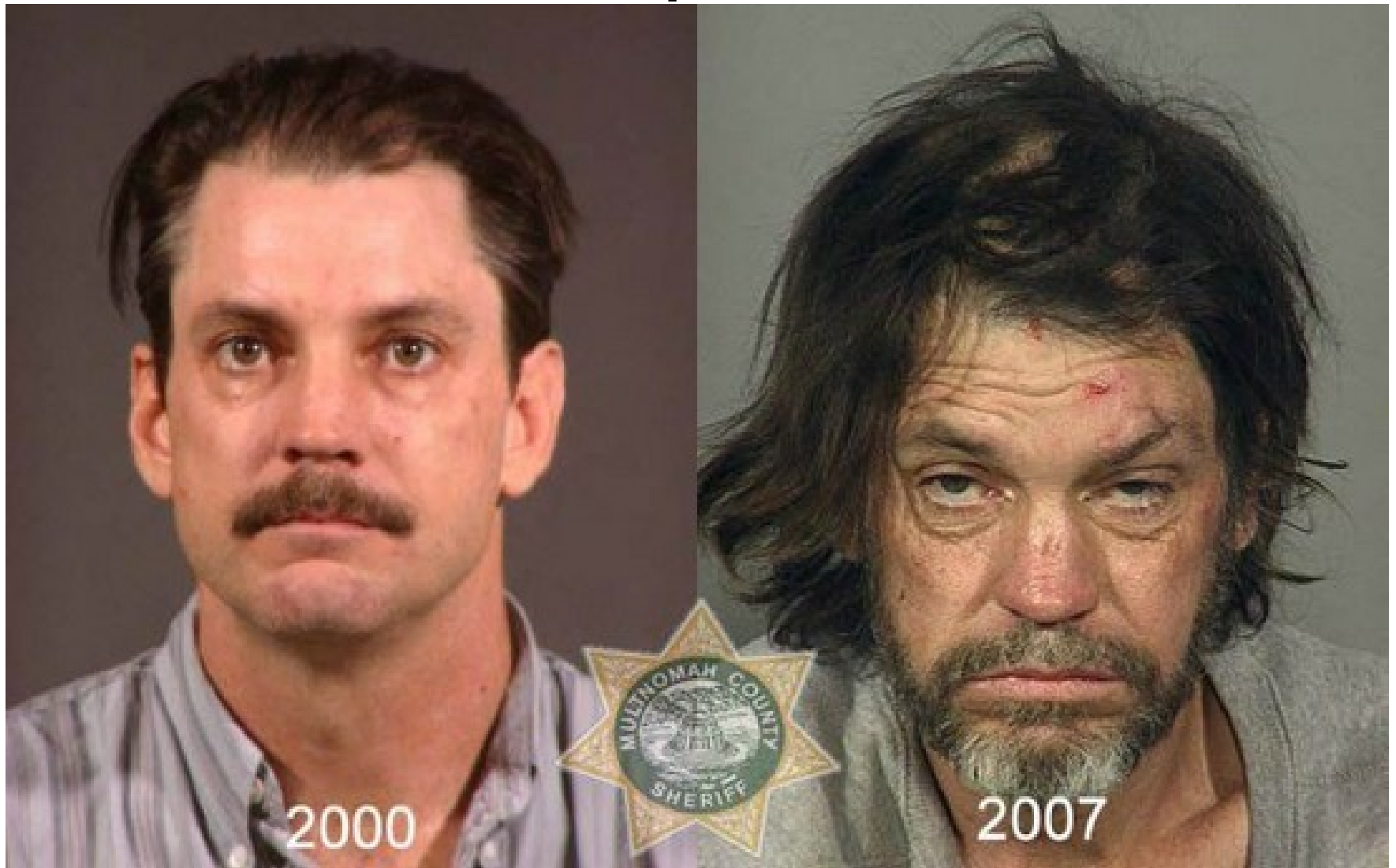
# „Tváře perníku“



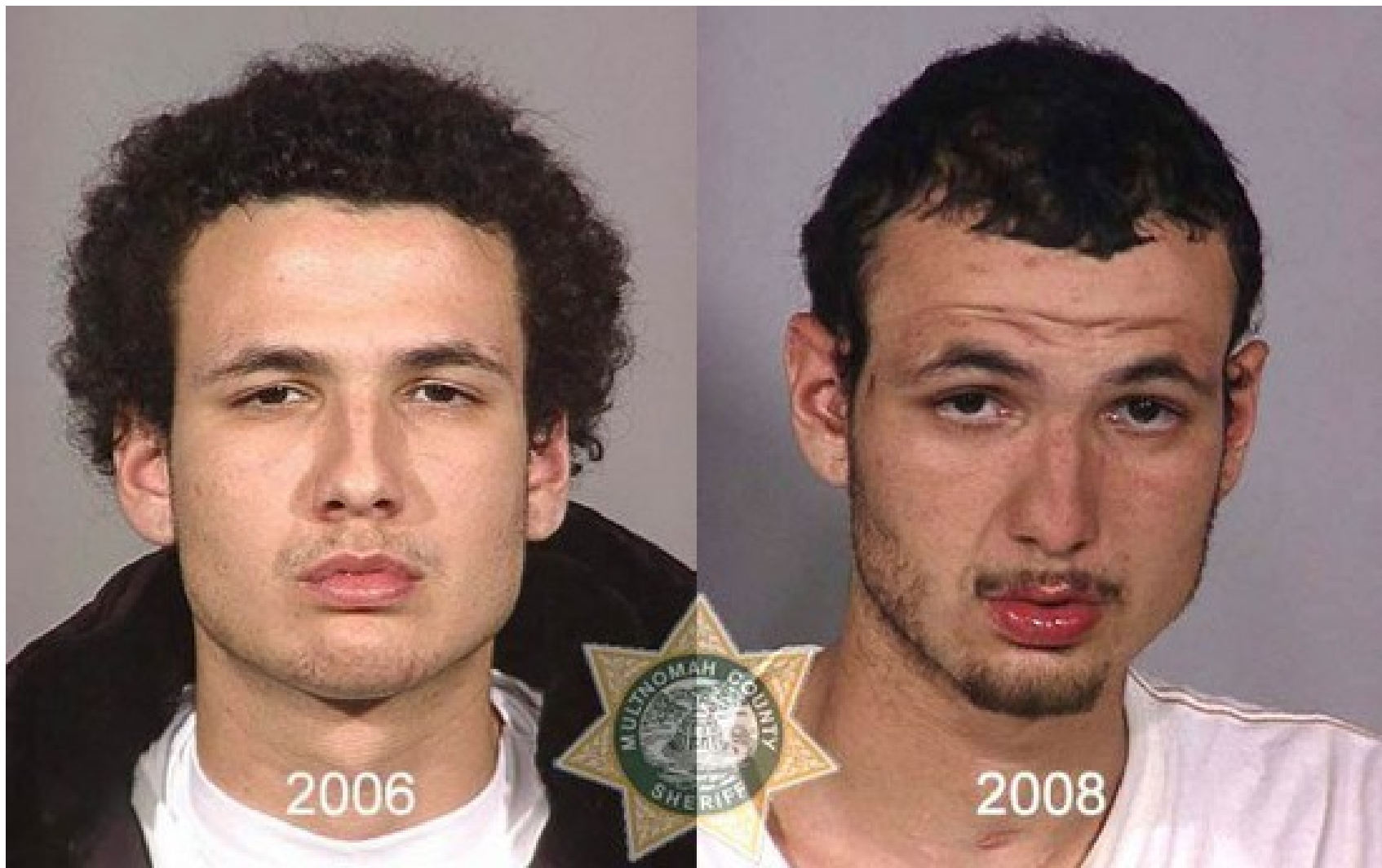
February 2005

December 2005

# „Tváře perníku“



# „Tváře perníku“



# „Tváře perníku“



# Nikotin – alkaloid tabákovníku

- Zvyšuje bdělost a schopnost soustředit se, snižuje chuť k jídlu
- Při odvykání projevuje neklid, úzkost, nespavost a zvýšenou chuť k jídlu (zejména na sladké)



Čerpáno také z přednášek Mgr. Ivy Dvořákové  
a Mgr. Kateřiny Pražákové

