



Závislosti na nealkoholových drogách

NATÁLIE JANKOVÁ A VANDA LÍZALOVÁ

Video

<https://www.ceskatelevize.cz/porady/1186000189-13-komnata/208562210800029-13-komnata-sarky-ullrichove/>

Příznaky závislosti

- Silná touha látku užívat
- Potíže v sebeovládání
- Tělesný odvykací stav
- Průkaz tolerance k účinkům látky
- Postupné zanedbávání jiných potěšení nebo zájmů (i rodina, kamarádi, zaměstnání)
- Pokračování v užívání, i přes jasný důkaz negativních důsledků





Nealkoholové drogy

Odkaz: <https://www.substitucni-lecba.cz/rozdeleni-drog>

- **Měkké drogy** : jsou obecně považovány za méně nebezpečné, proto bývají tyto drogy společností spíše akceptovány. Patří sem tabák, konopné drogy a kofein
- **Tvrdé drogy**: Užívání drog „tvrdých“ bývá spojeno s velkým rizikem vzniku závislosti a poškození zdraví či sociálního prostředí uživatele. Patří sem heroin, kokain, pervitin ale také alkohol.



Průchozí drogy

- Jedná se o tzv. předstupeň, který vede k užívání jiných a silnějších drog .
- Nejčastější průchozí drogou je marihuana, ale také sem můžeme zařadit alkohol a tabák.
- Důležitá primární prevence ve školách- mluvit také o „tvrdých a nelegálních drogách“
- Žáci  Riziková skupina 
 - Závislost se u dětí a dospívajících vytváří rychleji
 - Vyšší riziko otrav z důvodu nižší tolerance a menším zkušenostem
 - Vyšší sklon k riskování

Cannabinoidy

Tyto drogy jsou získané z rostliny konopí, která tvoří psychoaktivní látku THC. Tyto drogy se nejčastěji kouří, ale dá se konzumovat také ve formě různých pokrmů (máslo, koláčky). Má tlumivé účinky-pomalé pohyby, změnění vnímání, únava a zmatenost.

- **Marhuana**
- **Hašiš**



Tlumivé látky

„Když jsem se dostal do blízkosti drogy, přestával jsem normálně myslet, má touha byla nekontrolovatelná a silnější než já“. (muž závislý na heroinu, 35 let)

- **Tlumivé látky** : Způsobují uvolnění, zklidnění, zpomalení reakcí, pasivitu, ospalost, až spánek. Poměrně rychle na ně vzniká těžká **fyzická závislost**.

- **Heroin**

- **Morfin**

- **Hypnotika**

- **Anxiolytika**

- **Rozpouštědla**



Povzbuzující látky

- **Povzbuzující látky:** Stimulační látky povzbuzují centrální nervovou soustavu. Po aplikaci mizí únava, potřeba jíst a spát, zvyšuje se výkon i aktivita. Vzniká výrazná **psychická závislost**.

➤ **Kokain**

➤ **Crack**

➤ **Pervitin**

➤ **Nikotin**

➤ **Kofein**

➤ **Extáze**

„To dá rozum, že když člověk celý den prospí, tak toho moc nestihne“. (závislý na pervitinu, 23 let)



Halucinogeny

„Byl jsem pár minut úplně mimo a měl jsme strach, jestli jsem se nezbláznil.“ (muž, závislý na LSD, který prožívá flashback, 23 let)

- **Halucinogenní látky:** Výrazně mění kvalitu vědomí, psychiku, intenzitu a hloubku prožívání, způsobují sluchové a zrakové halucinace, zvyšují intenzitu vnímání prostoru a barev. Nebezpečím je **nepředvídatelnost jejich působení.**

- **LSD**

- **Lysohlávký**

- **Konopné drogy**

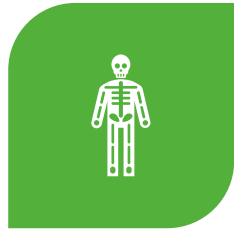


Rizika

- **Cannabinoidy:** úzkostné a jiné nepříjemné stavy, poruchy paměti, u psychicky labilnějších můžou nastat duševní poruchy, riziko přechodu k jiné nebezpečnější droze
- **Stimuláty:** toxické psychózy, rychlý vývoj závislosti, deprese, poškození srdce a jater
- **Tlumivé látky:** heroin-rychle vzniká fyzický závislost, nebezpečí předávkování, únava, poruchy spánku, celková tělesná i duševní zchátralost, pocity bezvýchodnosti, které můžou vést k sebevraždě
- **Halucinogeny:** bludy, deprese, halucinace, sebevražedné tendence



Rizikové faktory



**OSOBNOST
EXPERIMENTÁTORA:**
TEMPERAMENT,
SOCIÁLNÍ
ADAPTACE,
ÚZKOSTNOST,
MÍRA
AGRESIVITY,
SNÍŽENÍ
SEBEVĚDOMÍ



**SOCIÁLNÍ
KONTEXT:**
RODINNÉ
PODMÍNKY,
KAMARÁDI A
VRSTEVNÍCI



VLIV SITUACE:
PROŽÍVÁNÍ
NEGATIVNÍCH
UDÁLOSTÍ V
ŽIVOTĚ,
MLADÝ
ČLOVĚK SE
„HLEDÁ“



**SAMOTNÁ
DROGA:**
ZMĚNA
PROŽÍVÁNÍ-
PŘÍJEMNÉ
ZÁŽITKY S
DROGOU

Vznik závislosti



zvědavost, zkusit si, jaké to
je



Stres, životní problém

Vývoj závislosti na drogách

1. **Experimentování** – začátek užívání drogy, pocity nadšení, uživatel negativní účinky drogy nepocituje

2. **Sociální užívání** – „tzv. víkendové braní“, braní drog je zdroj problémů, začíná se zvyšovat dávka drogy, můžou se objevit zdravotní problémy – bolesti hlavy, nechutenství, deprese,...

3. **Každodenní užívání** – ztráta kontroly nad užíváním, celý život se točí kolem drogy

4. **Užívání k dosažení normálu** – poslední fáze, která končí totálním vyčerpáním nebo úmrtím, závislý je schopen udělat téměř vše pro získání drogy (krádež, prostituce,...)

Příběh- zkus najít rizikové a protektivní faktory v Danielově příběhu

Daniel má 24 let, když mu bylo 12 prožíval na základná škole šikanu ze strany spolužáků. Měl velmi nízké sebevědomí a jeho život ho trápil. O čtyři roky později se manželství jeho rodičů začalo rozpadat a Daniel byl svědkem spousty jejich hádek. Vztah rodičů ho velmi trápil a také ho trápilo, že na něj nemají čas a nepodporují ho. V této době se Daniel cítil velmi špatně, přestalo mu záležet na školním prospěchu a ve svém volném čase utíkal od svých problémů do virtuálního světa počítačových her. Kvůli jeho špatnému psychickému stavu pobýval dva měsíce na dětském oddělení psychiatrické léčebny

Konečně začal mít pocit, že se jeho život začal obracet lepším směrem. když se jeho rodiče smířili, nechali Danielovi byt, aby se osamostatnil, a tak od 17 let bydlí sám. Našel si nové kamarády se kterými začal kouřit marihuanu, která mu přinášela pocit klidu a bezpečí. Postupně si uvědomil, že by chtěl zlepšit své studijní výsledky. Daniel je velmi inteligentní , a tak dostal se na vysokou školu. Během studia začal brát mikro-dávky LSD, které mu pomohly k nejlepšímu diplomu v ročníku. LSD stále kombinoval také s marihuanou. Nyní je na stáži v USA a získal velmi lukrativní práci v oboru. Jeho život se zdá být velmi úspěšný a naplňující, ale málokdo ví, že má Daniel deprese a chodí na terapii. Stále ho trápí nízké sebevědomí, i přesto, že má hodně kamarádů a milující přítelkyni. K drogám už má sice jiný postoj, ale stále se občas neubrání k jejich užívání.

Drogy a agrese

- Agrese zahrnuje velkou šálu projevů a můžeme ji chápat jako násilné narušení práv jiného člověka.
- Drogy se mohou na agresi značně podílet – je třeba brát v potaz množství užívané drogy, osobnostní citlivost na danou drogu a také délku užívání drogy.
- Ve většině případech menší množství drogy agresi podporuje – účinky drogy snižují schopnost sebekontroly a také způsobují nedozírání možných důsledků svého jednání. Příliš vysoká dávka by měla agresi spíše snižovat.
- Agrese se často objevuje také z těchto důvodů: dosažení drogy za každou cenu, abstinenční příznaky-agrese, náhlé změny nálad.



Drogová závislost v souvislosti s rodinou

- V rodině bychom si měli všimnout tzv. rizikových faktorů, které by mohly vést ke vzniku závislosti. Mezi tyto faktory můžeme zařadit- závislost u rodinných příslušníků, nedostatek času na dítě, hyper-protektivní výchova, výchova zaměřená pouze na výkon, hádky rodičů, psychické onemocnění rodiče...
- Naopak protektivní faktory mohou před vznikem drogové závislosti dítě ochránit. Patří sem např. láskyplná péče, pevná citová vazba alespoň s jednou pečující osobou, pocit bezpečí v rodině, smysluplná komunikace v rodině.

Drogová závislost v souvislosti s rodinou

Důsledky drogové závislosti mohou mít na rodinu velmi negativní dopad. Závislost se stává častým zdrojem hádek dítěte a rodičů, hádky mezi partnery, porušení vztahu mezi závislým a rodinou, v některých případech se rodiče svého dítěte zřeknou nebo po vyléčení neumí navázat „normální“ vztah.

Psychické důsledky

Ztráta zájmu o
kamarády

Poruchy emocí –
zvýšená emoční
labilita

Zhoršení
koncentrace

Poruchy paměti

Rozvoj
psychických
poruch –
halucinace a bludy

Sociální důsledky

Sociální
vyloučení - ztráta
kontaktů s
rodinou, přáteli

Ztráta
zaměstnání,
obličné hledání
zaměstnání

Nízké postavení
ve společnosti

Rušení veřejného
pořádku,
kriminalita

Prevence ve školách

Školní drogová prevence je ucelená sada přístupů, dlouhodobých cílů, akcí a aktivit směřujících k prevenci zne(užívání) drog. S prevencí začít co nejdříve, než se žáci k droze dostanou.

Primární – důležitá úloha **učitele, metodik prevence**, realizace preventivních programů

Sekundární – léčba

Terciární – zmírňujeme důsledky

Čeho si všímat?



Všímat si změn chování, projevů, vzhledu a způsobu vyjadřování



Klesající výkonnost – zhoršení koncentrace, krátké spaní přes den



Defekty na kůži – sebepoškozování, defekty na hřbetech rukou, stopy po injekčním vpichu na končetinách



Ztráta chuti k jídlu – hlavně u pervitinu



Nález stříkaček, jehel a drog

Drogy ve škole...

Nález podezřelé látky u žáka

1. podezřelou látku škola nepodrobuje žádnému testu
2. nálezce informuje bez prodlení ředitele, příp. zástupce ředitele
3. za přítomnosti dalšího pracovníka školy je podezřelá látka nálezcem za použití gumových/latexových rukavic vložena do obálky, na níž je napsáno datum, místo a čas nálezů. Obálka je přelepena, přelep opatřen razítkem školy a podpisem nálezcem a umístěna do školního trezoru. Následně je obálka předána přivolané policejní hlídce
4. sepsání stručného záznamu o nálezů podezřelé látky ve škole
5. o nálezů podezřelé látky je vyrozuměno místně příslušné oddělení Policie ČR, které následně provádí identifikaci a zajištění podezřelé látky
6. pokud je podezřelá látka nalezena u žáka, který se jí intoxikoval, je zajištěná látka předána přivolanému lékaři

Drogy ve škole...

Konzumace podezřelé látky u žáka

1. po přistižení žáka či studenta při konzumaci omamných či psychotropních látek v prostorách školy, je třeba mu v další konzumaci zabránit, a to odebráním takových látek za přítomnosti další osoby
2. pokud hrozí žákovi či studentovi dle posouzení pracovníka školy nějaké nebezpečí, je žákovi či studentovi zajištěna nezbytná pomoc a péče a přivolána lékařská služba první pomoci a Policie ČR (pokud již nebyla přivolána dříve)
3. vyrozumění vedení školy
4. rozhovor se žákem k získání informací – je mu přítomný i ředitel či zástupce ředitele
5. sepsání stručného záznamu o nález, který potom podepíše pracovník školy a žák
6. informuji zákonného zástupce

Kam se obrátit?

- **Společnost Podané ruce** - <https://podaneruce.cz/centra-sluzby/primarni-prevence/>
- **PPP Sládkova** - <https://www.pppbrno.cz/cs/kontakty/sladkova/>
- **Linka naděje** - <https://www.fnbrno.cz/areal-bohunice/psychiatricka-klinika/linka-nadeje/t3227> - **už při závislosti**



Odkazy pro žáky:

Literatura:

- My děti ze stanice zoo, (1978), Christiana F.
- Memento, (2008), John Radek

Filmy:

- Mandragora (1997)
- My děti ze stanice zoo (1981)
- Katka (2009)
- Karim (2017)

