

## Drogová problematika

### Historický pohled

Drogy provázejí lidstvo po tisíceletí. Jde o to, s jakým cílem a v jakém případě substanci použijeme. Tato substance může být v určitém případě lékem, ale jindy drogou. Lidé od pradávna využívali obojího. Každá kultura měla svoji drogu. Ta bývala nedílnou součástí legend a mýtů. Ovšem ve většině případů nevyvolala žádné nepříjemné důsledky, nevedla k rozkladu společnosti. Droga měla svoji jasně vymezenou úlohu. Například jihoameričtí indiáni žvýkali listy koky, aby přečkali určité období jejich života. Opium bylo součástí meditací čínských filosofů a učenců. Halucinogeny hrály významnou úlohu při rituálních obřadech většiny kultur. Vědělo se také, jak regulovat její nadměrné užívání. Droga, používaná tou kterou kulturou či společenstvím, se prakticky nedostala za její hranice.

Dějiny drog souvisely od počátku s dějinami člověka. Již v neolitické době byly známy vlastnosti makové šťávy (opia). Tisíceletí staré dějiny má též kokový keř (kokain) a pryskyřice obsažená v konopí (hašíš). Ještě naši dávní předkové využívali drogy nejprve jako léčivé a později opojné prostředky. Tak například konopí a opium patřily k nejstarším lékům, ale teprve s industrializací společnosti v 19. století začalo masové rozšiřování drog v Evropě a Severní Americe. V té době izolovali vědci alkaloidy ze známých přírodních látek, morfin (r.1805), kofein (r.1820), nikotin (r. 1828), atropin (r.1833), kokain (r. 1859) a efedrin (r.1887).

Se vzrůstajícím obchodem a objevováním světa se začaly objevovat i slasti přivezených drog. Kolem roku 1855 bralo opium 400 miliónů lidí, konopí 200 až 300 miliónů a koku 10 miliónů lidí. Britové získávali opium a konopí z Indie, Francouzi opium z Indočíny a konopí ze Severní Ameriky a Holanďané koku z Indonésie.

V 19. století znal civilizovaný svět téměř všechny druhy drog známé dnes. Jejich zneužívání se však stalo záležitostí velmi úzkého okruhu dobře ekonomicky situovaných lidí. Později však byla narkotika komerčně vyráběna a nabízena po celém světě jako léčiva.

### Vznik drogové závislosti

Co je to drogová závislost?

- nezvladatelná touha po droze
- tendence ke zvyšování dávek
- existence psychické a fyzické závislosti na určité droze, vyjádřená přítomností abstinčního syndromu
- má negativní důsledky pro jedince a společnost

Závislost nevzniká náhle, ale ve většině případů v několika fázích.

1. fáze – experimentální

- negativní účinky drogy nejsou patrné (varovné řeči jsou jen planým poplachem)
- droga pomáhá uniknout z reality kdykoli je potřeba (je spolehlivým přítelem)
- škola nebo práce se zvládá dokonce lépe než dříve
- před rodinou a přáteli se dá všechno lehce utajit (ještě si pochvalují změnu k lepšímu)

Pokud se v této fázi jedinec podchytí, pak kromě důkladné prevence je dobré naučit jej zvládat co možná nejrozmanitějšími způsoby nepříjemné a zbytečné situace, které v běžném životě zákonitě nastávají. Mnoho lidí v této fázi od drog odstupuje. Zmoudří, najdou si jiné životní slasti, odradí je ti, co jsou v dalších fázích závislosti.

## 2. fáze – sociální užívání (tzv. víkendové braní)

- braní drog se stává pravidelnější
- jedinec si stanovuje pravidla užívání, které mu pomáhají cítit se bezpečně před závislostí
- droga se užívá v určité době a na místech, která jsou k tomu sociálně přijatelná
- droga je vřazena do sociálního života jedince a stává se jeho součástí
- denní program jedince se začíná přizpůsobovat jeho touze po droze (droga se už stává problémem)
- původní zájmy se začínají zanedbávat
- objevují se občasné absence ve škole či zaměstnání, zejména po víkendech, což vede k podvodům a ke lhaní
- hromadí se pozdní příchody domů
- zhoršuje se prospěch či pracovní výkonnost
- zhoršení vztahů ve škole, na pracovišti, doma
- opouštějí se starí kamarádi, kteří „neberou“ a získávají se noví, kteří „berou“

Jedinci v této fázi braní drogy se občas svěří tomu, od koho očekávají pomoc. Jejich hlavním požadavkem bývá: „Udělej něco, abych neměl konflikty s rodiči a vyučujícími. Já se drogy nechci vzdát, bez ní se muzika nedá vůbec poslouchat, natož vychutnat, pomáhá mi uklidnit se, když se pohádám...“ Ve většině případů je zde odborná pomoc přinejmenším potřebná.

## 3. fáze – každodenní užívání

- jedinec začíná ztrácet kontrolu nad užíváním drogy
- původní hodnotový systém je stále více pošlapáván
- pocíťovaná emocionální bolest je prohlubována dalšími dávkami drogy
- život se začíná točit jen kolem drogy
- neřešené problémy přinášejí stále větší stres a bolest
- původně stanovená pravidla užívání jsou stále více porušována
- úplné opuštění původních zájmů
- nezáměr o školu, zaměstnání, časté absence vedoucí k vyloučení
- ztráta vůle
- konflikty v rodině vedou až k úplnému přerušení kontaktu s ní, k případnému odchodu z domova
- jedinec se upíná na drogové kamarády
- peníze na drogy se získávají krádežemi, popřípadě prodejem drog či prostitucí

Jedinec touží po pomoci, chce abstinovat, ale sám to nedokáže. Odborná pomoc dlouhodobého rázu je nezbytná.

## 4. fáze – užívání k dosažení normálu (narkoman na plný úvazek)

- droga už nic nedává
- jedinec není schopen vidět věci reálně, je pohlcen sebeklamem
- jedinec je hnán zoufalou touhou navodit drogou opět ten příjemný stav, který zažíval na počátku braní drogy
- ztráta vlastní důstojnosti, drogy nutí člověka dělat to, co ve skutečnosti nechce
- původní vztahy, včetně rodinných jsou zničeny, jedinec se stává součástí izolované sociální skupiny stejně postižených
- pohyb v bludném kruhu jedince zbavuje posledních sil cokoli se sebou udělat, ztrácí chuť žít

Takto nemocný jedinec nutně potřebuje **pomoc zvenčí**. Neodmítne-li ji, nastupuje proces dlouhé a obtížné léčby, která není vždy úspěšná. Závislost je jako bludný kruh, ze kterého je těžké se vymanit. Jedna potíž vede automaticky k další. Myšlení i jednání se točí stále kolem drogy. Po aplikaci své dávky myslí závislý na to, jak si opatřit další. Kde na ni sehnat peníze, který dealer je dobrý, aby nakoupil včas.

Užívání drogy vyvolává pocit viny, který vede jen k aplikaci další dávky, aby byl přehlušen. Přetrhávající se původní vztahy vedou jedince k stále většímu uchýlování se k těm, kteří jsou na tom obdobně. Při užívání drogy je jedinec stále méně schopen zvládat problémové situace. Nastanou-li, sáhne opět k droze. Drogová závislost mění osobnost člověka, neboť stále víc přemýšlí o drogách. Při shánění prostředků na drogy je schopen odvrhnout veškeré své morální zásady. Mezi lidmi rozlišuje už jen ty, kteří také berou. Nedokáže čekat. Svou touhu po droze musí okamžitě ukojit. Veškerý vývoj osobnosti se zastavuje. Nemá svůj život pod kontrolou. Drogový život se stává velmi stereotypním.

### **Přehled nejužívanějších drog v Česku**

- metamfetamin – pervitin
- efedrin a pseudoefedrin
- marihuana – konopí (cannabis)
- extáze
- GHB – tekutá extáze
- psilocybin a psilocin – (lysohlávky)
- toluen
- atropin a scopolamin – (durman obecný)

### **Důvody, proč říci marihuaně ne**

1. Marihuana obsahuje aktivní složku – THC, která vede ke stejné biochemické reakci, jaká zřejmě zesiluje závislost na jiných drogách, od nikotinu až po heroin, a to k postupnému uvolňování dopaminu, který v mozku navozuje pocit uspokojení, což nutí uživatele pokračovat v užívání drogy. Když je dlouhodobé užívání marihuany porušeno, v mozku se zvýší hladina peptidu, nazývaného faktor uvolňující kortikotropin, který podporuje citové napětí a úzkost vyvolané odnětím opiátů.
2. Marihuana má na mozek podobné účinky jako tvrdé drogy.
3. Marihuana zhoršuje schopnost řídit motorová vozidla až 10 a více hodin po jejím požití.
4. Droga prodlužuje reakční čas, vede k poruchám vnímání, ke zkreslování vzdálenosti a velikosti. Ztíženo je rozlišování barev.
5. Zhoršují se kognitivní funkce.
6. Marihuana vede k obtížnému přesunu informací z krátkodobé do dlouhodobé paměti, zhoršuje se odhad času.
7. Dlouhodobé užívání zvyšuje riziko schizofrenie, popisují se úzkostné stavy a deprese.
8. Rizikem jsou toxické psychózy, ztráta zájmů o jiné věci než drogy.
9. Lze se setkat s poruchou paměti, horší je pohybová koordinace.
10. Marihuana vede k poklesu spermatogeneze.

11. Marihuanový kouř vede ke zhoršení imunitní funkce, oslabuje odolnost vůči nemocem.
12. Časté jsou záněty dýchacích cest a nádory v této oblasti.
13. Marihuana zrychluje srdeční frekvence, což ohrožuje lidi s nemocí srdce.
14. Marihuana obsahuje o polovinu více rakovinotvorných látek než cigareta tabáku.
15. THC je 4000x účinnější než alkohol.
16. Metabolity THC jsou rozpustné v tucích, značně se váží k mozkové tkáni.
17. 1% THC lze v moči prokázat ještě po třech měsících.
18. Odvykací syndrom – projevuje se poruchou spánku a chuti k jídlu, podrážděností, neklidem, třesem, pocením, nevolností a křečemi.
19. Kromě THC obsahuje marihuana 400 dalších sloučenin, zdraví škodlivých.

### **Co dělat, když dítě přijde domů pod vlivem drog.**

1. Snažte se zachovat klid.
2. Podle možností zjistěte, jaký druh alkoholického nápoje nebo drogy dítě vzalo a v jakém množství. Obaly od léků, prázdné ampulky nebo zbytky drogy mohou lékařům stav správně posoudit.
3. Pokud se dítě chová nepřiměřeně, je nebezpečí, že by mohlo ublížit sobě nebo druhým, nebo upadá do bezvědomí, zavolejte co nejdříve lékaře. Lékaře je třeba okamžitě volat v případě, že se dítě nedá probudit a nereaguje ani na bolestivé podněty, jestliže došlo k úrazu hlavy nebo jiné komplikaci.
4. Během noci se opakovaně přesvědčte o stavu dítěte.
5. Vážný rozhovor odložte na dobu, až bude dítě střízlivé (většinou následující den).
6. Až dítě vystřízliví, určitě s ním pohovořte. Zeptejte se ho, za jakých okolností se opilo nebo vzalo drogy. Jasně mu řekněte, že s jeho pitím nebo fetováním nesouhlasíte. Pokud už jste mu to říkali, vyplatí se to zopakovat.
7. Přemýšlejte, jak předejít tomu, aby se dítě do podobné situace dostalo znovu.

*„Pane doktore, prožila jsem moc ošklivou noc. Našla jsem dceru pod vlivem drogy. V první panice jsem chtěla volat pohotovost, ale dcera mě úpěnlivě prosila, ať to nedělám. Plakala, že nechce do vězení. Byla přesvědčena, že by ji lékař musel udat. Přenesla svůj strach na mne a já jsem nakonec její stav zvládla sama. Ale řekněte mi: udělala jsem chybu? Víckrát bych takovou noc nechtěla zažít, a taky by to příště mohlo dopadnout hůř.“*

Především – strach vaší dcery z vězení byl zbytečný. Zneužívání drog (pokud s nimi dcera neobchoduje nebo se pod jejich vlivem nedopustila trestného činu) samo o sobě podle našich zákonů trestné není. A máte úplnou pravdu: příště by to mohlo skončit tragičtěji. Odkládat nutnou lékařskou pomoc z obav před postihem je mylné a neodpovědné.

**Adresy a telefonní čísla, které je dobré znát.**

- Intervenční krizové linky pro drogově závislé  
tel.: 603 729 045, 603 726 091
- Protidrogový koordinátor okresu Nový Jičín Šárka Loskotová  
okresní úřad Nový Jičín, Divadelní 3  
tel.: 656 787 492
- Kontaktní centrum pro děti a mladé lidi v nouzi  
Derkova 3, Nový Jičín  
tel.: 656 705 888/889
- Linka důvěry při Pedagogicko- psychologické poradně Nový Jičín  
tel.: 656 704 111
- Renarkon – terénní program na Novojičínsku  
Štefánikova 1163, Kopřivnice  
tel.: 602 756 886

**Pamatuj: nejlepší prevence je nikdy nezačít!**