

ZÁVISLO ST

Dominik Bílek
Kateřina Bretterová
Dita Burianová



O čem budeme mluvit

01

ÚVOD

Definice a druhy závislostí

02

REAKCE MOZKU

Dopamin a odměňovací systém

03

LÁTKOVÁ
ZÁVISLOST

Následky a dopady

04

NELÁTKOVÁ
ZÁVISLOST

Poruchy chování

05

LÉČBA A
PREVENCE

06

STATISTIKY

DEFINICE

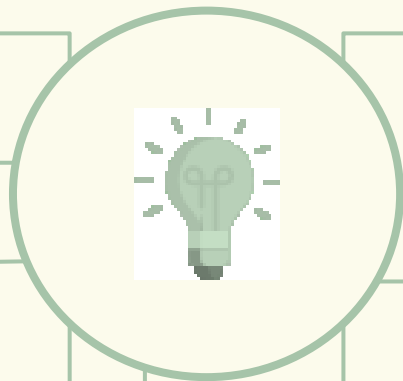
závislost je psychický nebo fyzický stav, kdy jedinec vyžaduje určitou látku nebo činnost k dosažení pocitu pohody nebo úlevy od nepohody



DRUHY ZÁVISLOSTÍ

CHEMICKÁ

- ALKOHOL
- LÉKY
- STIMULAČNÍ LÁTKY
- KONOPNÉ DROGY
- HALUCINOGENNÍ LÁTKY



BEHAVIORÁLNÍ

- GAMBLERSTVÍ
- NAKUPOVÁNÍ
- NETOLISMUS
- HYPERSEXUALITA

DOPAMIN



- esenciální činnost
- uvolnění dopaminu z nucleus accumbens
- opakování činnosti



- stejná reakce těla i na psychotropní látky
- více dopaminu
- struktura drog podobná neurotransmiterům



- obtížné navrácení chemické rovnováhy
- kocovina, abstinční příznaky



- dlouhodobé užívání
- méně dopaminu
- eliminace receptorů
- fyzická závislost
- potřeba vyšších dávek

NÁSLEDKY DLOUHODOBÉHO UŽÍVÁNÍ



Fyzické následky

- Zhoršení zdraví
- Snížená imunita
- Chronické onemocnění
- Neurologické změny



Sociální a vztahové následky

- Izolace a ztráta přátelství
- Konflikty a rozvrat rodiny
- Problémy v práci/škole



Psychické následky

- Úzkost a deprese
- Snížená schopnost zvládat stres
- Změny osobnosti
- Psychotické problémy



Finanční problémy

- Dluhy
- Náklady na léčbu
- Nemožnost zaměstnání

Poruchy chování při Nelátkové závislosti

- **Gamblerství (závislost na hazardním hraní):** impulzivní chování, rizikové chování, emocionální nestabilita
- **Oniománie (závislost na nakupování):** impulzivní utrácení, pocit viny a studu, vyhýbání se reálným problémům
- **Netolismus (závislost na sociálních sítích):** ztráta schopnosti kontrolovat čas, pocit odcizení, nespavost, problémy se soustředěním
- **Hypersexualita (závislost na sexu a vztazích):** nerealistické očekávání, nutkavější chování, nedostatek intimity





LÉČBA

- Psychoterapie: kognitivně-behaviorální terapie, motivační rozhovory
- Farmakoterapie: zmírnění abstinčních příznaků, antidepresiva, antipsychotika
- Podpůrné skupiny: anonymní alkoholici, anonymní gambleři
- Rehabilitační programy: detoxikační programy, rezidenční léčba



Preven e

- Vzdělávání a osvěta: školní programy, kampaně pro širokou veřejnost
- Podpora zdravého životního stylu: rozvoj zvládacích strategií
- Pomoc rizikovým skupinám a individuální intervence

Rizikové formy závislostního chování	Počet osob
Denní kuřáci	1,5–2,1 mil.
Denní konzumenti alkoholu	800–980 tis.
Problematické užívání psychoaktivních léků	1,3–1,5 mil.
Intenzivní uživatelé konopných látek	350–465 tis.
Lidé užívající drogy (pervitin a opioidy) rizikově	44–46 tis.
Osoby v riziku problémového hraní	170–220 tis.
Osoby v riziku digitální závislosti	375–510 tis.

tabulka: Výskyt rizikových forem závislostního chování v populaci ČR starší 15 let, souhrnná zpráva o závislostech v ČR 2022

Výskyt závislostního chování mezi dětmi a dospívajícími +

11
%

13- až 16letých
studentů uvádí
pravidelné nebo denní
kouření tabáku

76
%

15letých někdy v životě pilo
alkohol, více
než polovina z nich uvedla
pití alkoholu v posledních 30
dnech

24
%

16letých studentů
užilo v posledních 12
měsících nelegální
drogu

10
%

dospívajících hrálo v
posledních 12
měsících hazardní
hry o peníze

50 %

dospívajících užívá
rizikově sociální sítě

SHRNUTÍ

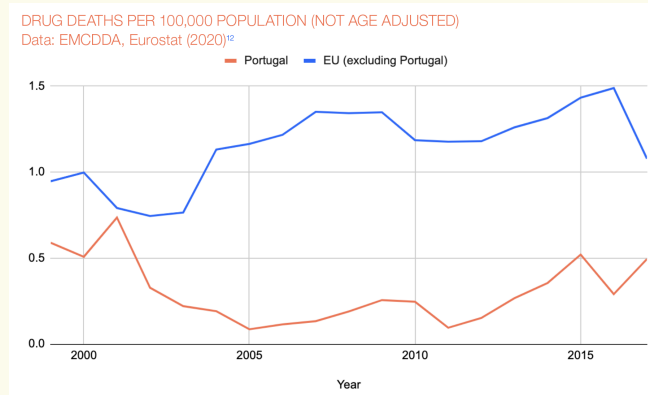
○ Závislost

komplexní
problém
vyžadující
komplexní
řešení

Válka
proti
drogám
kriminalizace a
represe se
ukázaly jako
neúčinné

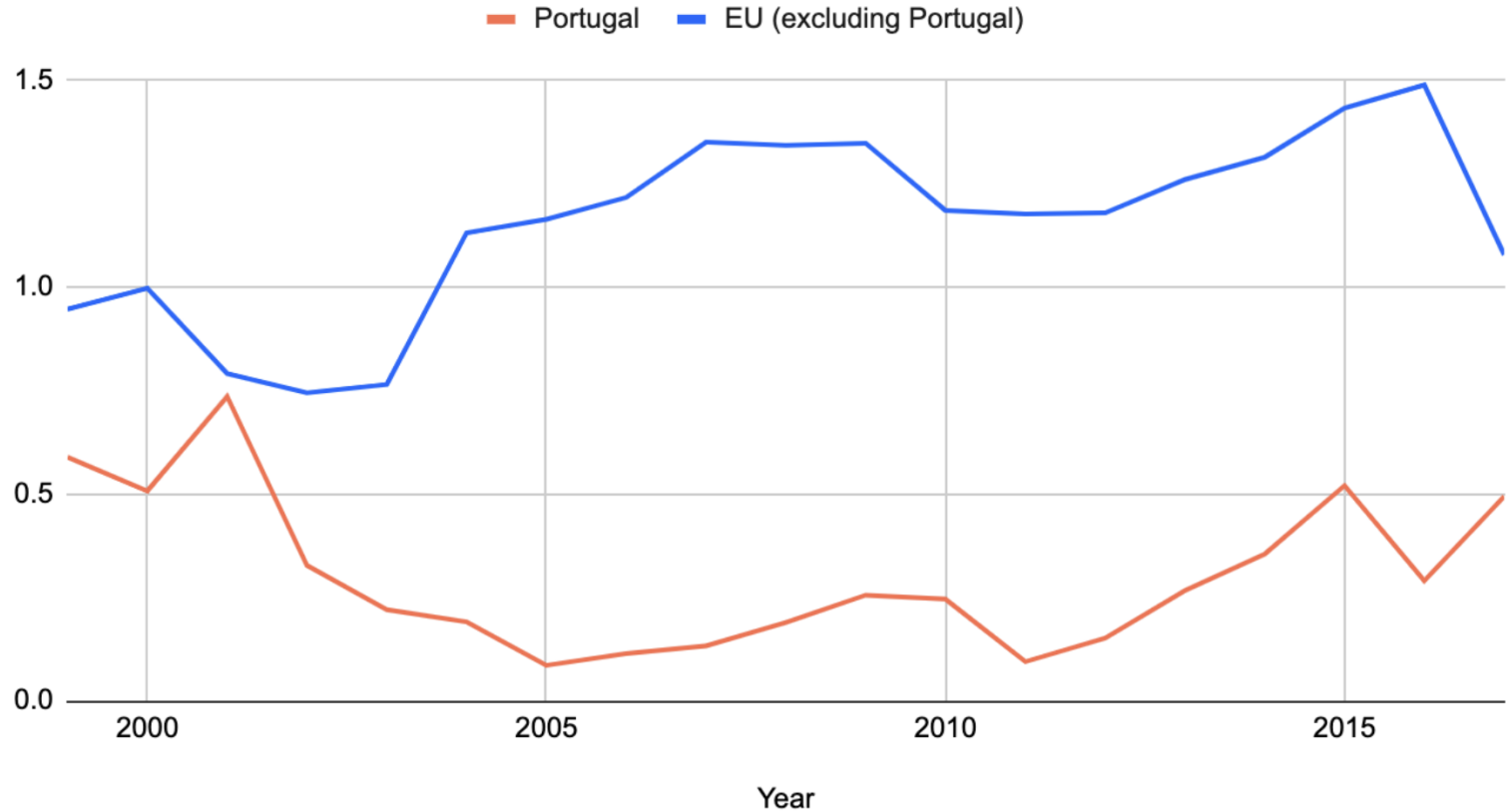
Zaměřme se
na
prevenci, léčbu
a také
kontrolovanou
legalizaci

EDUKUJME a
nekriminalizuj
me
současné i
potenciální
uživatele drog



DRUG DEATHS PER 100,000 POPULATION (NOT AGE ADJUSTED)

Data: EMCDDA, Eurostat (2020)¹²



a
ij

+

+

ZDROJE

- <https://www.nzip.cz/clanek/320-zavislost-zakladni-informace>
- <https://openai.com/chatgpt/overview/>
- <https://medcz.com/typy-zavislosti-a-jejich-lecba>
- [Co stojí za vznikem závislosti? Dopaminové šílenství | Víte...? | věda.muni.cz](https://veda.muni.cz)
- <https://www.chronickezdravi.cz/clanky/clanky/dopamin-molekula-slasi-odmeny-a-zavislosti>
- [https://www.drogy-info.cz/data/obj_files/33854/1198/Souhrnna zprava o zavislostech v CR 2022_fin.pdf](https://www.drogy-info.cz/data/obj_files/33854/1198/Souhrnna_zprava_o_zavislostech_v_CR_2022_fin.pdf)

DĚKUJEME ZA
POZORNOST

