



# Alkoholismus

Monika Kubátová

Hana Káňová

# Alkohol

0 Kvapilík definuje alkohol, respektive etylalkohol, chemicky etanol ( $C_2H_5OH$ ), jakou jednoduchou a malou molekulou, vznikající kvašením cukrů, patří mezi látky ovlivňující především látkovou přeměnu a nervový systém.



Červené víno | foto: Profimedia.cz

- V klasifikaci farmakologie se pro své psychotropní účinky (výrazné změny v chování a v prožívání) řadí mezi látky s převažujícím působením na nervový systém.
- Z kvantitativního hlediska je etanol nejslabší psychotropní látkou, neboť zřetelné účinky se objevují až v dávkách kolem 1g na 1kg váhy, což je milionkrát vyšší dávka než u halucinogenu LSD. Etanol patří do skupiny hypno-sedativ.

# Alkoholismus

- Je spousta lidí, kteří své životní situace řeší tak, že jdou za svým nejlepším (ne)přítelem, alkoholem
- Alkoholismus patří mezi nejzávažnější a nerozšířenější formy návyku. O alkoholismu můžeme hovořit tehdy, dosáhne-li závislost na alkoholu takového stupně, že škodí buď jedinci, společnosti nebo oběma.

# Definice dle WHO

- 0 V roce 1969 experti Světové zdravotnické organizace charakterizovali abúzus jako trvalé nebo řídce se vyskytující nadměrné zneužívání drog neslučitelné s přijatelnou lékařskou praxí nebo související s ní.



Foto: Profimedia.cz

- Alkoholismus se od roku 1979 v České republice bere jako nemoc.
- Z mnoha definic uvádím nejprve oficiální dle WHO, která zní:: “Alkoholik je takový člověk, jehož závislost na alkoholu dosáhla takového stupně, že mu to působí zřetelné poruchy a újmu ve společenských vztazích, ve společenské činnosti a na tělesném i duševním zdraví“.

0 Závislostí dle 10. revize MKN rozumíme: „Skupinu fyziologických, behaviorálních a kognitivních fenoménů, v nichž užívání nějaké látky nebo třídy látek má u daného jedince mnohem větší přednost než jiné jednání, kterého si kdysi cenil více, centrální popisnou charakteristikou je touha (silná, někdy přemáhající) pít v našem případě alkohol, návrat k užívání látky po období abstinence často vede k rychlejšímu 11 znovuobjevení jiných rysů, než je tomu u jedinců, u nichž se závislost nevyskytuje“.

# Dvě základní formy působení alkoholu na lidský organismus

0 Akutní

a

0 chronickou



# Akutní působení alkoholu

- 0 Obvykle se projevuje prostou opilostí. Průběh závisí na množství požitého alkoholu a na individuální snášenlivosti. Počátečním projevem prosté opilosti je euforie- uvolnění a povznesená nálada, zvýšená aktivita. V dalším průběhu se snižuje kritičnost, člověk má sklon k navazování známosti, k rozhovoru s neznámými lidmi, k vyzrazování různých intimností z vlastního života. Také se zvyšuje sebejistota.

# Chronické zneužívání

0 U chronického zneužívání alkoholu rozdělujeme alkoholismus na čtyři fáze podle kanadského alkoholologa Jellinka.



foto: ČTK

# 1. Stadium- počáteční (iniciální)

0 Projevuje se tím, že používání alkoholu má společenský motiv. Pití přináší úlevu, euforii, schopnost společenských kontaktů. Jedinec používá alkohol především pro jeho chuť a přívod tekutin. Přibývá frekvence pití a zvětšují se dávky požitých alkoholických nápojů.

## 2. Stadium- varovné (prodromální)

- V tomto období se začíná stále výrazněji projevovat vazba na alkohol jako drogu. Vzniká pocit potřeby alkoholu bez ohledu na formu a druhu alkoholického nápoje. Je plně rozvinuta psychická závislost a začíná se vytvářet závislost somatická
- Dotyčný pije tajně; protože se bojí, aby nebyl rozpoznán jeho abúzus, myslí trvale na alkohol, shromažďuje zásoby alkoholických nápojů, pije dychtivě svou první dávku, má pocit viny, je citlivý na zmínku o alkoholu, začíná mít okénka.

### 3. Stadium- rozhodné (kritické)

- 0 V této fázi dochází ke ztrátě kontroly, alkoholik své pití racionalizuje, hledá pro ně vysvětlení, ovšem mimo sebe. Je vytvořena jak psychická, tak somatická závislost. Vzhledem k silně vytvořené somatické závislosti se po vynechání alkoholu dostavují abstinenční příznaky nebo abstinenční syndrom.
- 0 Osoba si uvědomuje svůj stav, snaží se dokonce pití omezit nebo s ním úplně přestat- období slibů. Pokusy o abstinenci trvají týden, 2 nebo 3 týdny. Úspěšná, krátkodobá abstinence je přesvědčí o tom, že jeho stav není tak zlý a že se tedy trochu napít může. V praxi to, ale znamená start nového pití, protože jedinec již totiž ztratil kontrolu nad svým pitím. V tomto období začíná pít tajně, buduje tajné úkryty pro alkohol a vytváří si racionalizační systém, zdůvodňuje se a omlouvá svoje chyby

## 4. Stadium- konečné (chronické)

- Vyznačuje se soustavným požíváním alkoholických nápojů v kteroukoli denní dobu. Alkoholik tělesně i psychicky chátrá, objevují se různé psychické poruchy, někdy velmi závažné, mění se osobnost alkoholika a dochází k jeho deprivaci. V současnosti se třetí a čtvrté stádium shrnuje pod pojem závislost na alkoholu.
- Pro tuto fázi je charakterizováno výrazným oslabením tělesného i duševního zdraví, dostavuje se snížená tolerance vůči alkoholu, dochází k několikadenním „tahům“, k ranním douškům, dotyčný vyhledává druhé osoby, které jsou pod jeho sociální úrovní, k příležitosti abúzu, dochází k požívání technických prostředků obsahujících alkohol (Alpa, Okena, ředění lihu čistou vodou apod.)

# Akutní otrava alkoholem

- 0 Podle klinických znaků lze vymezit následující stupně alkoholové intoxikace
1. Lehký stupeň otravy alkoholem (hladina alkoholu 0,5- 1,5 ‰) snížení psychomotorické výkonnosti, celkové snížení zábran, zvýšené nutkání k mnohmluvnosti a činorodosti, ovlivnění sebekritiky a sebekontroly, zvýšená pohotovost sociálního kontaktu, subjektivní pocit zvýšené výkonnosti
  2. Střední stupeň otravy alkoholem (hladina alkoholu 1,5- 2,5 ‰) euforická nálada, jindy agresivní podrážděnost, orientace ještě zachována, snížená sebekritika, odbrzdění zábran společenských pravidel i trestního zákona, somnolence, psychomotorická nejistota
  3. Těžký stupeň otravy alkoholem (hladina alkoholu přes 2,5‰): poruchy vědomí, ztráta vztahu k reálné situaci, dezorientace, nemotivovaná úzkost, podráždění, neurologicky poruchy rovnováhy až ataxie, poruchy řeči, závratě.

# Jellinkova typologie, která rozlišuje pět typů závislosti na alkoholu:

- 0 **Typ alfa:** tito lidé požívají alkohol jako sebemedikaci, aby odstranili špatnou náladu, úzkost či depresi, pro typ alfa je charakteristické, že většinou **pijí o samotě**
- 0 **Typ beta:** příležitostní požívání alkoholu, výrazné ovlivnění sociokulturně, tj. častým pitím **ve společnosti**, tito lidé mají často tělesné poškození
- 0 **Typ gama:** také označován jako anglosaský typ, typický **preferencí piva a destilátů**, závislost na alkoholu, postupně roste tolerance k vypitému množství.
- 0 **Typ delta:** také označován jako románský typ, typický **preferencí vína**. Je to trvalé udržování hladiny alkoholu v krvi, bez výraznějších projevů opilosti či ztráty kontroly.
- 0 **Typ epsilon:** epizodické zneužívání alkoholu, období nadměrné konzumace, střídané abstinencí. Tento typ není příliš častý.



# Léčba alkoholismu

- 0 ambulantně (ordinace AT),
- 0 na lůžkovém oddělení (oddělení AT)
- 0 Denní stacionář, psychoterapie, skupinová psychoterapie, manželská terapie, rodinná terapie

# Léčba alkoholismu

- Péče o osoby alkohol zneužívající a na alkoholu závislé i jejich rehabilitace se dají rozdělit do čtyř ne vždy přesně ohraničených fází:
- První fáze je fáze kontaktu, která trvá dni až měsíce, u každého je to individuální. Může probíhat jak v ambulantním, tak v ústavním zařízení, a to v důsledku souvisejících s požíváním alkoholu.
- Další fáze detoxikační probíhá zpravidla v lůžkovém zařízení, trvá 3 až 4 týdny. Během ní mají odvykající potíže s odvykacím syndromem, eventuálně komplikace s tím spojené.
- Fáze odvykací může probíhat jak ambulantně, tak ústavně a trvá řadu měsíců.
- Poslední fází je následná péče. Zde spolupracuje příslušná ordinace AT (pro alkoholismus), obvodní nebo závodní lékař, pracoviště, rodina a svépomocná skupina

# Léčba alkoholismu

- 0 Na protialkoholním oddělení trvá léčba u žen většinou 4 měsíce, u mužů 5 měsíců.
- 0 Při ambulantní péči je léčba poměrně delší může trvat 6 měsíců, většinou spíše 12.

# Anonymní alkoholici



- *„Preamble Anonymních alkoholiků*
- *Anonymní alkoholici je společenství žen a mužů, kteří spolu sdílejí své zkušenosti, sílu a naději, že dovedou vyřešit svůj společný problém a pomoci ostatním k uzdravení z alkoholismu. Jediným požadavkem pro členství v AA je touha přestat pít. Nemáme žádné povinné poplatky, jsme soběstační díky vlastním dobrovolným příspěvkům.*
- *Anonymní alkoholici nejsou spojeni s žádnou sektou, církví, politickou organizací, či jakoukoli jinou institucí. Nepřejí si zaplést se do jakékoli rozepře, neodporují, ale ani nepodporují žádné vnější programy.*
- *Naším prvotním účelem je zůstat střízliví, a pomáhat ostatním alkoholikům střízlivosti dosahovat.“*

# AA

- 0 Setkání Anonymních alkoholiků pracují s **principem 12 kroků a 12 tradic**. Tento systém je velmi propracovaný a zahrnuje v sobě všechny aspekty života člověka – fyzické, psychické i sociální. Účastníci meetingů si mezi sebou sdělují své zkušenosti s pitím alkoholu, ale také rozebírají svůj osobní život, radí se jak zvládat deprese, zlost, žárlivost nebo osamělost. AA můžeme označit za jakýsi neorganizovaný druh skupinové psychoterapie.

# Komplexní test konzumace alkoholu

0 <http://alkotest.drogy.net/test1.php>



# Češi a alkohol

- Češi mají jednu z nejvyšších spotřeb alkoholu na světě. Podle statistiky připadá na každého Čecha staršího patnácti let 16,5 litrů čistého alkoholu za rok. Dvě procenta dospělých má problémy s alkoholem v takové míře, která vyžaduje odbornou pomoc. Rizikovým způsobem však konzumuje alkohol celá pětina dospělých.
- Výš než Češi se propili jen Moldavani s 18,22 litru čistého alkoholu na hlavu.

# Studenti a alkohol

- Průzkum mezi studenty vysokých a vyšších odborných škol v Praze a Plzni z roku 2010 ukazuje:
- Oslovení studenti za alkoholické nápoje utratí průměrně 1575 korun měsíčně, přičemž mužům mizí z peněženky periodicky přibližně 1850 korun, kdežto ženám pouze 1300 korun.





# Použité zdroje

- NEŠPOR, K. Návykové chování a závislost: Současné poznatky a perspektivy léčby. Praha: Portál, 2000. ISBN 80-7178-831-7
- KVAPILÍK, J. SVOBODOVÁ, A. Člověk a alkohol. Praha: Avicenum, 1985, ISBN
- JANÍK, A. DUŠEK, K. Drogy a společnost . Praha: Avicenum, 1990, ISBN
- NEŠPOR, K., CSÉMY, L. Léčba a prevence závislostí. Praha : Psychiatrické centrum Praha, 1996, ISBN:  
80-85121-52-2
- SKÁLA, J. et. al. Závislost na alkoholu a jiných drogách. 1. vydání. Praha: Avicenum, 1987. ISBN  
08-077-87
- Anonymní alkoholici. Preambule Anonymních alkoholiků. *Cesta*. 2011, 01, s. 1
- Zdroj: [http://xman.idnes.cz/alkoholismus-nepijete-uz-prilis-doh-/xman-styl.aspx?c=A111020\\_144558\\_xman-styl\\_fro](http://xman.idnes.cz/alkoholismus-nepijete-uz-prilis-doh-/xman-styl.aspx?c=A111020_144558_xman-styl_fro)
- <http://www.generace20.cz/zpravodajstvi/mezi-studenty-je-nejpopularnejsi-pivo>