

# ALKOHOL

Obsah:

1. Definice – co je alkohol
2. **Akutní účinky alkoholu**
3. **Stadia opilosti dle intenzity:**
4. **Projevy opilosti dle stadia:**
5. **Vzorce užívání alkoholu**
6. **Rizika užívání alkoholu**
7. **Důvody užívání alkoholu u dětí a dospívajících**
8. **Přístup k žákovi s podezřením na užívání alkoholu**
9. **Odborná pomoc**
10. **Legislativní opatření**

## **1. Co je alkohol**

- Společensky tolerovaná NL se snadnou dostupností
- Neodborný termín „alkohol“ typicky poukazuje na etylalkohol (etanol) s chemickým vzorcem  $C_2H_5OH$ , což je čirá bezbarvá kapalina, neomezeně mísitelná s vodou. Etanol je hlavní psychoaktivní složka alkoholických nápojů.
- V širším slova smyslu je termín „alkohol“ také používán ve významu alkoholický nápoj.
- Návyková látka s tlumivými účinky na centrální nervový systém, která ale působí komplexně v podstatě na všechny orgánové soustavy.
- Kromě psychoaktivních účinků má etanol také mírné baktericidní účinky, proto je často užíván jako lokální dezinfekční prostředek.
- Používá se často ve farmaceutickém a chemickém průmyslu, např. jako rozpouštědlo, konzervant nebo pohonná látka. Pro tyto účely se denaturuje, znehodnocuje, např. benzinem, metanolem a dalšími látkami, aby nedošlo k jeho zneužití při nelegální výrobě lihovin.

## **2. Akutní účinky alkoholu**

- závisí na charakteristice konzumenta (pohlaví, věk, zkušenosti s užíváním, tolerance k alkoholu), množství alkoholu a vzorci užívání (obecně: kdo, kolik, jak rychle a za jakých okolností)
- akutní intoxikace alkoholem = opilost

### 3. Stadia opilsti dle intenzity:

1. **Lehká opilst** (u dětí do 0,5 ‰, u dospělých do 1,5 ‰) je charakterizována psychomotorickou excitací, ve které dochází k uvolnění, dobré náladě, snížení úzkosti, zvýšení hovornosti a nárůstu sebevědomí. U dětí bývá toto stadium kratší než u dospělých.
2. **Střední opilst** (0,5–1 ‰ u dětí, 1,6–3 ‰ u dospělých) vede dále ke zhoršení úsudku, snížení sebekritičnosti a zábran a ke zvýšení agresivity. Objevuje se únava, zpomalení psychomotorických reakcí a jejich další vážnější narušení, například v podobě kolísavé chůze, obtíží při stání či setřelé řeči. Může docházet k zastření vědomí či spánku. Komplikací druhého stadia opilsti mohou být tzv. okénka neboli částečná či úplná amnézie na epizodu užívání alkoholu.
3. **Těžká opilst** (nad 1 ‰ u dětí, nad 3 ‰ u dospělých) charakterizuje zmatenost, apatie, únava, spavost a často i zvracení. Při velkých dávkách alkoholu dochází k úplnému bezvědomí, necitlivosti, mimovolnému močení a pokálení. Svalstvo je uvolněné, dýchání je pomalé, zornice jsou normální nebo rozšířené a nereagují na světlo. Někdy je člověk zmatený, blouzní, zmítá sebou a tropí povyk. V těžkých případech a při nedostatečné pomoci hrozí smrt následkem utlumení dýchacího centra v prodloužené míše (u dětí již nad 2 ‰).

### 4. Projevy opilsti dle stadia:

1. **Lehká opilst** - spokojený, sdílný, veselý, živá mimika, výřečný, rozpustilý, přátelský, pocit sebejistoty (starosti jsou lehčí)
2. **Střední opilst** - nekritický, netaktní, křičí, zpívá, nedbá okolí, impulsivní, zčervenání, neuspořádané pohyby, vrávorání, rozdvojené vidění
3. **Těžká opilst** - únava, ospalost, zvracení, bledost. Při vysokém promile – bezvědomí, necitlivost, inkontinence, rozšíření zornic, slabý tep, zástava dechu

### 5. Vzorce užívání alkoholu

☞ ☞ ☞ U dětí nelze uvažovat kromě abstinence žádný vzorec, protože už samotný fakt konzumace alkoholu dítětem je okolností psychologicky, zdravotně i sociálně rizikovou!!!

- konzumentská epizoda (jednotlivá situace v konkrétním čase a situaci)
- dlouhodobý způsob konzumace

**Abstinence** - jediný bezpečný vzorec užívání alkoholu pro děti, tedy zdržení se pití až do dospělosti. Většina dospívajících ale s alkoholem

**Experiment** – alespoň jednou vyzkouší jeho účinky

**Umírněné pití** - konzumace relativně bezpečného množství za nepříliš rizikových okolností

**Epizodické, nárazové užívání alkoholu** – častý vzorec užívání u dospívajících, které je vázáno na prostředí zábavy a skupinu vrstevníků

Tzv. **Binge drinking** – velmi rizikový vzorec pití - nárazové vypití většího množství alkoholu, které bývá definováno jako vypití 5 a více standardních sklenic při jedné konzumní příležitosti (V ČR je za standardní alkoholický nápoj považován takový, který obsahuje 16–18 g etanolu, což zhruba odpovídá 0,5 l desetistupňového piva, 2 dcl vína nebo 1 velkému „panáku“ destilátu (40 ml))

**Škodlivé užívání alkoholu** - dlouhodobé užívání alkoholu, které vede k poškození zdraví, ať už somatického, psychického, nebo sociálního

**Závislost na alkoholu** - závažná psychiatrická porucha se specifickými příznaky (neodolatelná chuť na alkohol, ztráta jiných zájmů, zhoršené sebeovládání a neschopnost kontrolovat své pití, zvýšení tolerance, přítomnost odvykacího stavu – abstinenčních příznaků a užívání i přes vědomí negativních následků), chronickým průběhem s častými relapsy a komplikovanou prognózou, a to i v případě intenzivní, komplexní a specializované léčby na úrovni somatické, psychické i sociální

## 6. Rizika užívání alkoholu

### Rizika akutní opilosti

- negativní vliv na učení, a to zejména zhoršením pozornosti a poznávacích schopností.
- Negativní vliv na úsudek, paměť (přijímání, uchování a vybavování informací) a koordinace pohybů
- snížení sebekritičnosti a zábran - zvýšení rizika úrazovosti, zejména v dopravě, pracovních, školních, sportovních i rekreačních aktivitách
- zvýšení pravděpodobnosti rizikového sexuálního chování a následně i riziko pohlavně přenosných chorob, včetně nákazy HIV

- zvýšení pravděpodobnosti hazardu a experimentování – kombinování různých druhů alkoholu a NL, díky čemuž dochází k otravě až těžkému poškození zdraví
- zvýšené procento sebevražedného chování, sebepoškozování nebo úrazů v intoxikaci v důsledku mezilidských konfliktů
- nejzávažnější riziko - předávkování s následkem smrti

Negativní vlivy přetrvávají ještě mnoho hodin po odeznění intoxikace (kocovina). I velmi malé množství užitého alkoholu významně zhoršuje pozornost, prodlužuje reakční čas a snižuje schopnost koordinace, aniž si musí být těchto změn uživatel vědom

### Rizika dlouhodobého užívání alkoholu

- zvýšení nemocnosti a úmrtnosti (gastrointestinální a kardiovaskulární systém, poškozuje činnost jater a centrální i periferní nervové soustavy, spolupůsobí při rozvoji některých nádorových onemocnění, má negativní vliv na vývoj plodu a vede k některým duševním poruchám, jako např. k depresi)

### ☞☞☞ Dětský organismus je vzhledem k vývojové nezralosti mnohem zranitelnější!!!

- zvýšená pravděpodobnost onemocnění jater, jelikož tento orgán ještě není schopný rychle odbourat škodlivé látky
- změna ve struktuře a funkcích mozku, které mají vliv jak na myšlení, tak na chování a přetrvávají i po delším období abstinence. Jde zejména o zhoršení paměti, prostorového vnímání a zpracování verbálních i neverbálních informací, čímž je prokazatelně snížena školní úspěšnost, sociální schopnosti a adaptabilita

## **7. Důvody užívání alkoholu u dětí a dospívajících**

- vyšší míra přijetí a zapojení do vrstevnické skupiny.
- usnadňuje vyjádření osobního stylu a překonávání limitů, ať už vlastních, či společensky daných
- užívání NL dospívající vnímají jako symbol nezávislosti a prostředek, kterým se vymezují vůči rodičovské autoritě
- řešení krizových situací

Během prázdnin, volných dnů či na konci školního roku, na školních akcích nebo sportovních událostech je u dětí vyšší riziko užívání alkoholu oproti ostatním dnům v roce.

## **8. Přístup k žákovi s podezřením na užívání alkoholu**

Viz příloha č. 1 – Návykové látky

## **9. Odborná pomoc**

Adiktologické ambulance pro děti a dospívající:

Klinika adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze (Praha)

Prev-Centrum, z.ú. (Praha)

Sananim, z.ú. (Praha)

Zařízení sociální intervence (Kladno)

DRUG-OUT Klub, z.s. (Ústí nad Labem)

Adiktologické ambulance pro děti a dospívající, Litvínov Krušnohorská poliklinika

Pokud nejsou dětské adiktologické ambulance v dosahu, lze se obracet na organizace zabývající se prevencí rizikového chování, léčbou poruch způsobených užíváním drog a snižováním rizik užívání, jejichž aktuální adresář je na Mapě pomoci Národního monitorovacího střediska pro drogy a závislosti <https://www.drogy-info.cz/mapa-pomoci>

Lůžková detoxifikace určená pro děti je v celé ČR pouze jediná: Dětské a dorostové detoxikační centrum, Nemocnice Milosrdných sester sv. K. Boromejského (Praha)

<http://www.prevence-info.cz>

<http://www.drogy-info.cz/>

<http://www.adiktologie.cz/>

## **10. Legislativní opatření**

Zákon č. 65/2017 Sb., o ochraně zdraví před škodlivými účinky návykových látek

Zákon č. 40/2009 Sb., trestní zákoník

Zákon č. 359/1999 Sb., o sociálně-právní ochraně dětí

Zákon 561/2009 Sb., Školský zákon