

Závislosti

Jan Veselý

Společnost Podané ruce, Brno

VZORCE UŽÍVÁNÍ DROG MEZI MLÁDEŽÍ



Vzorec M1, A1, D1 „EXPERIMENTÁTOR“



- Ojedinělé užití
nejdostupnějších
legálních a nelegálních
drog.
- Tabák
- Alkohol
- Marihuana
- Extáze
- Poppers, GHB atd.





Vzorec M2 – „HULIČ“

- Příležitostné užívání zejména marihuany.
- Provázanost se subkulturami a kulturními akcemi.
- Alkohol, tabák jako doplňkové drogy.
- Občasné experimenty s halucinogeny nebo přírodními drogami.



Vzorec M3 –“CHRONICKÝ HULIČ“



- Pravidelné až denní užívání marihuany. Snížení tolerance, zvýšení frekvence užívání.
- Kulturní rámec užívání se mění v nepokrytě „huličský“, snižuje se zájem o jiné činnosti.
- Nízká míra užívání jiných drog vč. alkoholu.
- Občasné experimenty s halucinogeny nebo přírodními drogami.





Vzorec A2 – „PAŘIČ“

- Příležitostné užívání zejména alkoholu a tabáku.
- Častý kontext mimoškolní aktivity či setkání s přáteli.
- Nebezpečný fenomén „binge drinking“. (Pití mimo restaurace za účelem co nejrychlejší a těžké opilosti.)





Vzorec A3 – „Alkáč“

- Pravidelné užívání alkoholu i mimo kontext nočního života či setkání s přáteli. Umělé vytváření tohoto kontextu.
- Alkohol, zejména pivo a tvrdý alkohol. Výrazný nárůst tolerance.
- Rámec a množství pití odpovídá pokročilejší fázi pijáctví.





Vzorec D2 – „CLUBBER“

- Příležitostné užívání stimulačních drog v kontextu nočního života a zábavy vázané většinou na elektronickou taneční hudbu
- Extáze, Pervitin, Kokain
- Vysoké prevalence užívání také alkoholu, tabáku a marihuany





Vzorec D3 – „SMAŽKA“

- Pravidelné užívání drog i mimo kontext nočního života a zábavy nebo vyhledávání tohoto kontextu i ve všední dny
- Zejména Pervitin
- Ostatní legální a nelegální drogy doplňkově





Vzorec A4, D4 – „ZÁVISLÁK“

- Denní nebo téměř denní užívání alkoholu nebo nelegálních drog jako pervitin, kokain, heroin..
- U nelegálních drog zkušenost s i.v. aplikací, nárůst tolerance.
- Užívání drog/alkoholu, plánování užití, shánění a konverzace o drogách nebo alkoholu tvoří dominantní způsob trávení času.
- Vyrůstá komorbidita související s užíváním drog nebo stylem jejich aplikace (játra, abscesy, hepatitidy, atd.)



Užívání návykových látek – kvíz 😊

Petr, 17 let, žije u rodičů, studuje gymnázium. Poslední dobou chodí pozdě domů, ráno se těžce budí. Sestra jej někdy při návratu ze školy najde spícího. Má absence ve škole. V noci chodí ven, je na počítači, chodí po pokoji...

Jitka, 19 let, žije se starou babičkou – nekomunikuje s ní. Vystřídala dvě školy, je nezaměstnaná. Výrazně zhubla, pořídila si psa. Babičce se ztrácejí věci. Nosí vytahané věci ze “sekáče”...

René, 26 let, bydlí sám, do bytu chodí pánské návštěvy. Dělá vedoucího ve skladu. Je bledý a plachý, vyhledává samotu. Sousedé ho chválí pro slušné chování. Činži ale platí se zpožděním...

Tomáš, 29 let, má rodinu a dvě děti, pracuje. Pohybuje se mezi narkomany. Má dredy, nosí piercing. Nosí u sebe injekční stříkačky. Kouří vlastoručně ubalené cigarety...

Katka, 15 let, je jedináček, žije s maminkou. Poslední dobou se ji vyhýbá, chodí později domů, na otázky odsekává. Tráví hodně času venku a v pokojíčku. Po příchodu maminky do jejího pokoje něco rychle schová pod polštář. Často je na FB a mobilu. Zhoršil se jí prospěch...

Sociální problémy



- ✓ Samota, izolace
- ✓ Noví "kamarádi"
- ✓ Vyhazov ...

Finanční problémy



- ✓ Krádeže
- ✓ Lhaní
- ✓ Pěstování
- ✓ Prodej

Zdravotní problémy



- ✓ Psychické
- ✓ Tělesné

Osobnostní problémy



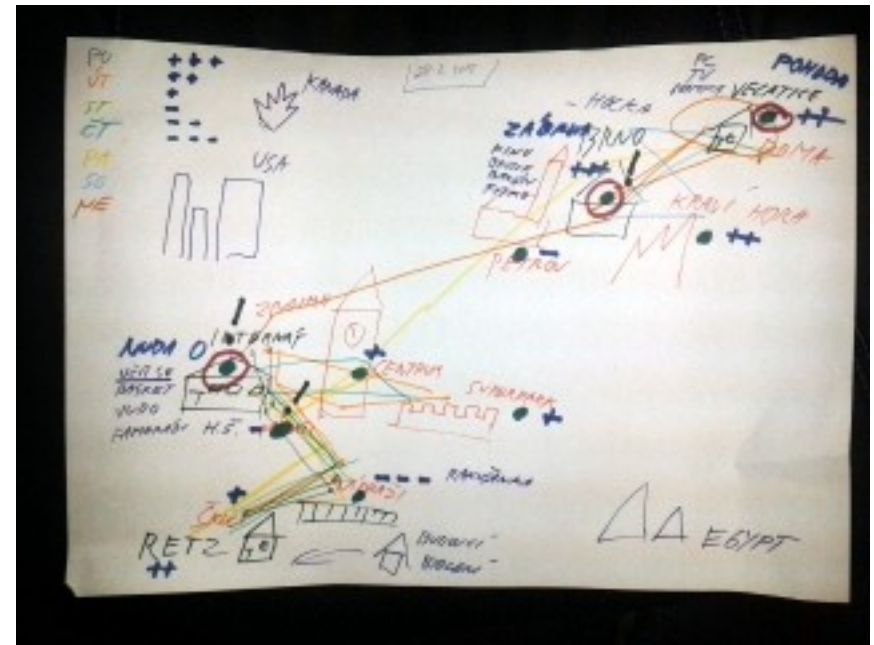
✓ Deprese, úzkosti, paranoidní chování, psychózy, apatie a letargie zhoršení krátkodobé paměti, závislost

Fáze motivovace klienta ke konzultacím, podle Kalina (2003), Veselý (2011)

- ① popírá, že má vůbec nějaké problémy (problémy mají ostatní)
- ② připouští, že má nějaké problémy, ale popírá problémy s drogou
- ③ připouští, že má problémy s drogou, ale popírá, že potřebuje odbornou pomoc
- ④ připouští, že potřebuje odbornou pomoc, ale popírá nutnost nabízené intervence
- ⑤ smlouvá a uzavírá kontrakt
- ⑥ pasivně se podrobuje – nevyvíjí aktivitu, služba jako samozřejmost
- ⑦ cítí se zraněn, nevytváří-li se kolem něj příhodné podmínky pro jeho úsilí (testování, pravidla, režim)
- ⑧ vyvíjí stále zralejší iniciativu při řešení problémů aktuálních i budoucích.

Desatero abstinence

- 1) Nemít drogy – u sebe, doma, artefakty, ...
- 2) Vyhybat se lidem a místům
- 3) Bezpečná místa a lidé
- 4) Alternativa volného času
- 5) Nácvik odmítání – říci NE, nic nevysvětlovat



Desatero nehulení

- 6) Zvládání chutí – ½ hodiny: rozptýlení, popovídání si, oddalování zahulení
- 7) Odměňování se
- 8) Naslouchajte si – co funguje, co ohrožuje
 - nálada (+, -, nuda)
 - před spaním, nespavost
 - po výkonu, během zábavy
 - stres, potřeba relaxace
 - alkohol, ...
- 9) Alkohol – změna nálady, spánek, důslednost
- 10) Poruchy spánku

1. kontakt

- popsání situace, uklidnění, povzbuzení, ... info
- setkání - cíle + plán změn
 - představení služby, její “normálnost” = důvěra, snížení obav
 - představení struktury sezení
 - diagnostika závažnosti problémů
 - očekávání klienta
 - možnosti pokračování – 2 sezení
 - termín + úkol



Včasné krátké intervence

1. setkání

- Raport – představení, důvěra, pravidla
- Úvodní zhodnocení
 - anamnéza zaměřená na THC
 - zdravotní stav, medikace
 - psychosociální stav
 - zkušenosti s “léčbou”
 - situace související s trestnou činností
 - zakázka – omezení nebo abstinence
- Stanovení cíle – plán změn

Cíl a plán změn

Co klient chce řešit?

V jaké realitě se ocití?

Jaké má možnosti?

Pro jaké kroky se rozhodl?

Jaký je plán na příští týden?

Včasné krátké intervence

2. setkání

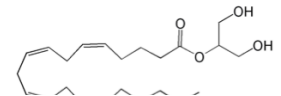
Použité metody – individuální přístup

- Motivační rozhovor
 - pozitiva X negativa
- Informační servis
 - info o konopných drogách, účinky v mozku, rizika a důsledky užívání, trestně-právní důsledky rizikové situace

Působení konopí v mozku

CB1 receptor pro THC - CNS

- **substantia nigra** – část středního mozku (produkce dopaminu, závislosti)
 - **hippocampus** - část předního mozku (zklidnění, trátkodobá paměť, prostorová orientace)
 - **cerebellum** – malý mozek (koordinace, sensorické vnímání, kontrola pohybu)
 - **bazální ganglia** (motorika)
-
- **CB₂ - receptor pro THC** – imunitní systém
 - **endogenní agonisté CB₁ a CB₂** – anandamid a 2 AG (2-arachidonoyl-glycerol)



POZITIVA

NEGATIVA

.....

.....

.....

.....

.....

.....

Včasné krátké intervence

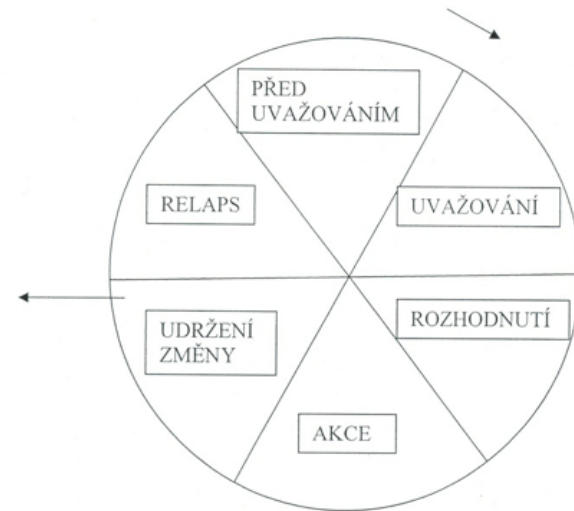
3. setkání

- Prevence relapsu
 - faze, kde se klient ocitá
 - fáze v časové ose klienta
 - relaps v jednotlivých fázích
 - určení a zvládání rizikových situací
 - zvládání cravingu – 3 “o” (odklad, odveden pozornosti, odpor)
 - nácvik odmítání
- Zvládání abstinence
 - abstinenční příznaky, doplňkové aktivity,



Kolo změny aneb jak změna probíhá:

Model sestavili: Prochaska, J.O. and DiClemente, C.C /1982/



Včasné krátké intervence

tři setkání

Rekapitulace cíle a stanovených kroků

Zhodnocení procesu setkávání

Další případná péče

Nabídka budoucího kontaktu

Seznam zařízení

