



EVROPSKÁ UNIE
Evropské strukturální a investiční fondy
Operační program Výzkum, vývoj a vzdělávání



Název projektu	Rozvoj vzdělávání na Slezské univerzitě v Opavě
Registrační číslo projektu	CZ.02.2.69/0.0./0.0/16_015/0002400

Zdravý životní styl - Drogy a gambling

Průvodní list studijního materiálu

Gabriela Světnická

Opava 2020



**SLEZSKÁ
UNIVERZITA
V OPAVĚ**

Obsah

1	DROGY A GAMBLING	3
1.1	Drogy.....	4
1.2	Stádia vzniku závislostí.....	4
1.3	Příčiny užívání drog	4
1.4	Typy závislostí	5
1.5	Prevence drogové závislosti	6
2	GAMBLING – PATOLOGICKÉ HRÁČSTVÍ.....	8
	POUŽITÁ LITERATURA	10
	PŘEHLED DOSTUPNÝCH IKON.....	11

1 DROGY A GAMBLING

PRŮVODCE STUDIEM – STUDIJNÍ PŘEDPOKLADY



Pátá B kapitola seznámí studenty s účinky drog a také gamblingem.

RYCHLÝ NÁHLED STUDIJNÍHO MATERIÁLU



Dozvíme se o užívání drog (stádia vzniku závislosti, příčiny užívání drog, typy závislosti a prevence) a patologickém hráčství (charakteristika, varovné signály, doporučení pro praxi).

CÍLE STUDIJNÍHO MATERIÁLU



Po prostudování této kapitoly budete umět:

- charakterizovat základní znaky patologického hráčství.
- Jaké jsou negativní účinky drog

KLÍČOVÁ STUDIJNÍHO MATERIÁLU



Zdraví, drogy, gambling

ČAS POTŘEBNÝ KE STUDIU



Stopáž studijního materiálu: 20:35

Doporučený čas ke studiu: 40 minut

DALŠÍ ZDROJE – DOPORUČENÁ LITERATURA



ZELENÍKOVÁ, R. Zdravý životní styl. Distanční studijní opora a e-learningový kurz. Opava: Slezská univerzita v Opavě, 2012.

ČELEDOVÁ, L., ČEVELA, R. Výchova ke zdraví. Praha: Grada Publishing, 2016. ISBN 978-80-247-5351-5.



DALŠÍ ZDROJE – ROZŠIŘUJÍCÍ LITERATURA

MACHOVÁ, J., KUBÁTOVÁ, D. a kol. *Výchova ke zdraví*. Praha: Grada Publishing, 2009. ISBN 978-80-247-2715-8.

1.1 Drogy

Zneužívání návykových látek – užívání nelegálních návykových látek nebo oficiálně předepisovaných léků, které neodpovídá účelům lékařské péče.

Vznik závislosti je proces, nejde o jednoduše definovatelný chorobný stav, ale o postupné navyšování hodnoty návykové látky pro jedince na úkor ostatních hodnot a životních aktivit.

Termín „zneužívání“ se vztahuje hlavně k ilegálním drogám.

1.2 Stádia vzniku závislosti

Postupný vývoj a vznik závislosti zahrnuje stádia:

Stadium A) Abstinenti, „experimentátoři“, rekreační uživatelé – většinou nevyžaduje léčebnou pomoc, jen preventivní informace, vhodné jsou peer programy (osvěta prováděná vrstevníky, např. na školách). Za určitých podmínek může dojít k narušení normálních funkcí organismu nebo k jinému poškození souvisejícímu s aplikovanou látkou.

Stadium B) Pravidelní uživatelé, problémoví uživatelé – nevyžaduje léčebnou pomoc, spíše psychologickou podporu v životní orientaci, hodnotových schématech, zvýšení sebekontroly. Jedná se ale už o dysfunkční užívání, které vede k poškození psychologických nebo sociálních funkcí.

Stadium C) Závislí, duševně nemocní, osoby se zdravotními a infekčními komplikacemi – vyžaduje léčbu, komplexní přístup, hledání a podporu motivace k ukončení abúzu, což je podmínkou terapeutického zvládnutí závislosti. Prokazatelně dochází k fyzickému poškození organismu nebo rozvoji duševní poruchy.

1.3 Příčiny užívání drog

Užívání drog nemá jedinou příčinu, ale jde o komplexní interakci mezi osobou, drogou a prostředím.

Dobře je popisuje tzv. Urbanův interakční tetraedr,

droga (schopnost navozovat libé pocity, toleranci, odvykací stav);

+ **osobnost postiženého** (nevyzrálá, emočně nestabilní, specifická porucha osobnosti, narušené hodnotové schéma);

- + **celkové sociální prostředí** (nezaměstnanost, kriminalita, nedostatečné zákonné normy, nepříznivá politická situace, negativní vliv médií);
- + **vyvolávající moment** („svedení“ v partě toxikomanů, pracovní stres zdravotníků s dostupností návykové látky, stav deprese).

Závislost na návykových látkách je rovněž geneticky podmíněna, předpokládá se vliv více genů ve vztahu zejména k dopaminu, serotoninu a endorfinům.

1.4 Typy závislostí

Typy závislosti:

- **psychická** – stav, kdy užití látky vyvolává příjemné pocity a uspokojení. K dosažení tohoto stavu nebo zabránění nepříjemných pocitů při absenci je nutná opakovaná aplikace
- **fyzická** – adaptační stav, který se projevuje intenzivními tělesnými obtížemi, pokud je podávání návykové látky omezeno nebo je mu zabráněno.

Nejčastěji zneužívané skupiny návykových látek:

- opioidy (heroin, morfin);
- kanabinoidy (marihuana, hašiš);
- sedativa, hypnotika (benzodiazepiny, dříve barbituráty);
- stimulancia (metamfetamin, efedrin, kokain);
- halucinogeny (psylocybin z hub, LSD);
- tabák;
- organická rozpouštědla (barvy, ředidla, laky);
- kombinace uvedených látek.

Účinky drog:

- psychické – farmakologické psychotropické efekty – excitace, veselost, euforie, zrakové a sluchové halucinace, zvýšené sebevědomí, změněné vnímání, deprese, agresivita
- sociální – nefarmakologické efekty – „drogové chování“ – zanedbávání povinností doma, v práci, ve škole, násilnosti, trestná činnost

Zdravotní následky:

- předávkování (vědomé, nevědomé);
- hypotermie, horečka;
- respirační komplikace;
- kardiovaskulární komplikace;
- účinek na CNS (křeče, optická neuropatie);
- vliv na reprodukční orgány, sexuální funkce;
- psychologický účinek (poruchy vnímání, paměti);

- psychiatrická onemocnění (schizofrenie, deprese, hypomanie);
- sebevražedné chování;
- přenos infekčních chorob (HIV, hepatitidy).

1.5 Prevence drogové závislosti

Cíle prevence:

- snížení individuálního rizika zneužívání;
- snížení společenských škod spojených s užíváním drog.

Pět strategií pro prevenci:

- legislativní opatření (zákaz nebo omezení zneužívání je dáno legislativou);
- výchova a vzdělávání (výchovné programy na 2. stupni základních škol, středních školách, media, tisk);
- včasné odhalení (anamnestické údaje, laboratorní testy);
- léčba (krizová centra, léčebna, terapeutická komunita);
- omezování škodlivých následků (zabránění přenosu infekčních onemocnění při aplikaci – výměna jehel).

Doporučení pro praxi:

- znalost symptomů zneužívání drog;
- výchovné programy podávat v širším rámci výchovy k podpoře zdraví;
- neprovádět testy bez souhlasu pacienta;
- při stanovení problému informovat o možnostech léčby, rizicích spojených s užíváním (přenos chorob, zdravotní a psychosociální komplikace), nabídnout pomoc dalších odborníků;
- doporučit, aby klient pod vlivem drogy neřídil poskytovat ve spolupráci s místními odbornými službami a svépomocnými skupinami poradenství, dlouhodobou podporu pacientovi i jeho rodině.

Terénní programy:

- výměna injekčního náčiní a distribuce zdravotnického materiálu;
- sběr kontaminovaného materiálu;
- navazování nových kontaktů s cílovou populací;
- poskytování informací o rizicích spojených s užíváním drog, distribuce metodických materiálů;
- reference klientů k dalším odborným službám;
- sociální asistence.

Psychoterapeutické a poradenské služby:

- individuální a skupinová, popř. rodinná terapie,
- krizová intervence,
- sociálně právní poradenství,
- nácvik relaxačních technik,
- konzultace s psychiatrem nebo s právníkem,

- případně doporučení do dalších odborných institucí,
- nabídka skupinové terapie rodičů, jejichž děti berou drogy,
- jsme připraveni vyhovět i požadavku rodičů individuálního sezení, v případě, že odmítnou nabídku rodičovské skupiny,
- toxikologická vyšetření moči.

2 GAMBLING – PATOLOGICKÉ HRÁČSTVÍ

Patologické hráčství – **gambling, gamblerství, závislost na automatech** apod. patří mezi tzv. návykové a impulsivní poruchy, které jsou charakterizovány třemi základními znaky:

- **neschopnost odolat** impulsu, pokušení, přestože dotyčný ví, že jeho jednání je nežádoucí > nedokáže odolat hře a také není v ní schopen přestat;
- **napětí**, předcházející tomuto jednání, které dotyčný nedokáže snížit jinak, než tak, že začne hrát;
- hraní je spojeno s **pocitem uspokojení** > gambler prožívá příjemné vzrušení, jehož intenzita je přímo úměrná výši hazardu, riziku ztráty.

Varovné signály

- člověk hraje častěji a hazardní hra mu zabírá čas, který by mohl trávit (případně dříve trávil) mnohem užitečněji a příjemněji;
- zanedbává školu, práci, rodinu, přátele a zájmy;
- začne lhát, podvádět, někdy i krást;
- ve vztahu ke hře se špatně ovládá – pokračuje v hraní i tehdy, když je v jasném rozporu s jeho zájmy.

Doporučení pro praxi:

- Omezení pobytu v rizikových místech
- Odborná pomoc psychologa, psychiatra
- Ústavní léčba (kognitivně – behaviorální terapie)
- Rodinná psychoterapie

Sociální poradenství (krizová centra)

PRŮVODCE STUDIEM



Obory 090-Zdravotní a sociální péče, péče o příznivé životní podmínky – obory d. n., 091-Zdravotní péče, 0922-Péče o děti a mládež.

Po prostudování této kapitoly a shlédnutí videa ke kapitole, budou studenti seznámeni s problematikou Drogy a gambling, jsou zde uvedeny definice jednotlivých pojmů a zapojení studentů do úkolů, či zodpovězení otázek, které se týkají daného tématu. Průvodní listy jsou logicky seřazeny, pro dobrý přehled jednotlivých kapitol pro studenty a odpovídají tématům v prezentaci a ve videích.

ÚKOL K ZAMYŠLENÍ



Myslíte si, že byste byli schopni poznat závislost na drogách u uživatelů?

NÁMĚT NA TUTORIÁL



Máte ve svém okolí uživatele drog, nebo záchytná centra?

Znáte nějaké uživatele drog?

KONTROLNÍ OTÁZKA



1. Vyjmenujte stádia vzniku závislostí?
2. Co je gambling?

KORESPONDENČNÍ ÚKOL



Zjistěte, zda se je ve vašem okolí záchytná stanice pro uživatele drog?

SAMOSTATNÝ ÚKOL



Vypracujte seminární práci na komplikace související s užíváním drog.

POUŽITÁ LITERATURA

HRUBÁ, M., FORETOVÁ, L., VORLÍČKOVÁ, H. *Role sestry v prevenci a včasné diagnostice nádorových onemocnění*. 1. vyd. Brno: Masarykův onkologický ústav, 2001. 77 s. ISBN 80-238-7618-X.

KRÁLÍKOVÁ, E. et al. *Doporučení pro léčby závislosti na tabáku*. Časopis lékařů českých. 2005, 144, č. 5. s. 327-333.

KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie zdraví*. 1. vyd. Praha: Portál, 2001. 279 s. ISBN 80-7178-551-2.

KŘIVOHLAVÝ, J. *Psychologie zdraví*. 2. vyd. Praha: Portál, 2003. 279 s. ISBN 80-7178-774-4.

MACHÁČKOVÁ, M. *Možnosti odvykání kouření*. Kazuistiky v alergologii, pneumologii a ORL. 2007, roč. 4, č. 1, s. 36-38. ISSN 1802-0518.

MACHOVÁ, J., KUBÁTOVÁ, D. a kol. *Výchova ke zdraví pro učitele*. 1. vyd. Ústí nad Labem: PF UJEP, 2006. 250 s. ISBN 80-7044-768-0.

MÜLLEROVÁ, D. *Zdravá výživa a prevence civilizačních nemocí ve schématech*. 1. vyd. Praha: TRITON, 2003. 99 s. ISBN 80-7254-421-7.

PROVAZNÍK, K. *Manuál prevence v lékařské praxi. I. – V. díl. Souborné vydání. Národní program zdraví*. 1. vyd. Praha: Státní zdravotní ústav, 1998. 624 s. ISBN 80-7071-080-2.

ROYSTONOVÁ, A. *100 největších medicínských objevů*. 1. vyd. Bratislava: TIMY, 1999. 109 s. ISBN 80-88799-80-5.

VŠEOBECNÁ ZDRAVOTNÁ POISŤOVŇA A PROGRAM CINDI V SR. *Prevencia v primárnej starostlivosti. Odporúčania pre podporu správnej praxe*. 1. vyd. Bratislava: MAURO, 1998. 188 s. ISBN 80-968092-1-0.

www.drogy-info.cz

www.sananim.cz

www.drogovaporadna.cz

www.drogy.net























www.mcssp.cz/riaps

www.kriceos.cz

www.renarkon.cz

www.cecko.cz

PŘEHLED DOSTUPNÝCH IKON

	Čas potřebný ke studiu		Cíle kapitoly
	Klíčová slova		Nezapomeňte na odpočinek
	Průvodce studiem		Průvodce textem
	Rychlý náhled		Shrnutí
	Tutoriály		Definice
	K zapamatování		Případová studie
	Řešená úloha		Věta
	Kontrolní otázka		Korespondenční úkol
	Odpovědi		Otázky
	Samostatný úkol		Další zdroje
	Pro zájemce		Úkol k zamyšlení

Pozn. Tuto část dokumentu nedoporučujeme upravovat, aby byla zachována správná funkčnost vložených maker. Tento poslední oddíl může být zamknut v MS Word 2010 prostřednictvím menu Revize/Omezit úpravy.

Takto je rovněž omezena možnost měnit například styly v dokumentu. Pro jejich úpravu nebo přidávání či odebrání je opět nutné omezení úprav zrušit. Zámek není chráněn heslem.

Název: **Drogy a gambling**

Autor: **Mgr. Gabriela Světnická**

Vydavatel: Slezská univerzita v Opavě
Fakulta veřejných politik v Opavě

Určeno: pedagogickým zaměstnancům SU

Počet stran: 12

Tato publikace neprošla jazykovou úpravou.