

Přednáška č. 4 Návykové nemoci (Závislosti)

Není dovoleno tento materiál jakkoliv
distribuovat či citovat, neobsahuje
korektní citace

Návykové nemoci

- Oblast návykových nemocí zahrnuje:
- 1/duševní poruchy a poruchy chování vyvolané účinkem psychoaktivních látek
- 2/patologické hráčství
- 3/další návykové problémy jako je náruživé chování ve vztahu k počítačům či náruživé nakupování (většinou se řadí do skupiny „návykové a impulsivní poruchy stejně jako patologické hráčství) (Nešpor)

Návykové nemoci

- Vymezení tohoto pojmu je užitečné z praktického hlediska: U řady návykových nemocí nacházíme společné rysy a to
- Craving (bažení, touhu)
- Zhoršené sebeovládání
- Pokračování navzdory škodlivým zdravotním a jiným následkům, které jsou postiženému známy
- Při léčbě návykových nemocí se používají společné postupy

Návykové nemoci-statistika

- V ČR se ročně spotřebuje cca 10 litrů 100% alkoholu (lihu) na 1 obyvatele (to je přes 20 litrů tvrdého alkoholu).
- Škodlivým užíváním či závislostí na alkoholu trpí cca 6-10% obyvatelstva na světě.
- ČR je 2 ve spotřebě alkoholu v Evropě.
- 3,4% celosvětové populace je závislé na nelegálních drogách.
- V Evropě má zkušenost s injekčním heroinem 0,2-1% obyvatel.
- V ČR kouří 30% dospělé populace, na světě je 1,2 miliardy kuřáků.

Užitečné pojmy

- Craving-touha, bažení po látce
- Flashback-postižený má dojem, jako by byl pod vlivem psychoaktivní látky, i když je „čistý“ (např. u marihuany).

Jednotlivé typy závislostí podle MKN-10

- F10 Poruchy vyvolané požíváním alkoholu
- F11.....opioidů
- F12.....kanabinoidů
- F13.....sedativ a hypnotik
- F14.....kokainu
- F15.....jiných stimulantů (i kofein)
- F16.....halucinogenů
- F17.....tabáku
- F18.....organických rozpouštědel
- F19.....jiných psychoaktivních látek a užíváním několika látek

Obvyklé dělení zneužívaných psychoaktivních látek

- **Centrálně tlumivé látky** (alkohol, barbituráty, benzodiazepiny-diazepam, oxazepam, lexaurin)
- **Opiáty**-opium a jeho deriváty např. kodein, heorin, morfin, metadon (substituce)
- **Stimulující látky** - amfetaminy, kokain, nikotin, kofein
- **Halucinogeny** - LSD, mezkalin, psylocybin, PCP-tj.fencyklidin
- **Konopí** - marihuana, hašiš

Kódování v MKN-10

- F1-potom skupina látek 0-9. typ poruchy, bližší specifikace poruchy
- Např. F 10.0-akutní intoxikace alkoholem

Základní pojmy

- **Akutní intoxikace** – přechodný stav po aplikaci látky, vedoucí k poruchám na úrovni vědomí, poznávání, vnímání, emotivity nebo chování.(F1x.0) (Nešpor, viz kazuistika box s. 557)
- **Patologická intoxikace** - týká se jen alkoholu, charakteristický je náhlý počátek agrese, časté je násilné chování, které je pro střízlivý subjekt netypické, stav začíná relativně brzy po vypití malého množství alkoholu, které by u většiny lidí intoxikaci nenavodilo.

Základní pojmy

- **Škodlivé užívání (F 1x.1)**-vzorec užívání, které poškozuje zdraví (duševní, somatické).
- Lidé, kteří škodlivě užívají návykové látky bez závislosti zpravidla nemají zájem o spolupráci se specializovanými pracovišti pro léčbu návykových nemocí. Navíc je škodlivé užívání v populaci natolik rozšířeno, že jeho léčba přesahuje kapacitu specializovaných zařízení. Je důležité využívat krátkých intervencí.

Krátká intervence u škodlivého užívání – 4A

- Ask-ptej se klienta zda kouří či zda již přestal
- Advice-porad' těm co kouří, ať přestanou, těm kdo přestali, blahopřejte. Vysvětelete zdravotní důvody, předejte materiály.
- Assist-poskytni návod, jak postupovat, doporuč náhradní terapii nikotinem, pokud lze.
- Arrange-poskytni psychologickou oporu, plánuj kontroly v dalších týdnech.

Základní pojmy

- Syndrom závislosti (F1x.2)
- Závislost-syndrom závislosti je skupina 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 cenil kdysi více. Centrální popisnou charakteristikou je touha brát danou látku.

Základní pojmy

- Diagnóza se stanovuje v tom případě, pokud za poslední rok došlo alespoň ke 3 jevům:
- Touha užívat látku
- Potíže v kontrole užívání látky
- Somatický odvykací stav
- Průkaz tolerance-tj. vyžadování také vyšších dávek
- Postupné zanedbávání jiných potěšení nebo zájmů ve prospěch užívané látky
- Pokračování v užívání přes jasný důkaz škodlivých následků
- (Příklad viz Nešpor s. 559)

Syndrom závislosti

- U syndromu závislosti je důležité posilovat motivaci klienta.
- Dále rozvíjet „life skills“ tj. dovednosti pro život-sociální dovednosti (asertivita, empatie, komunikace, řešení problémů, rodičovské dovednosti..).
- Rozvíjení dovedností sebeovlivnění, zejména zvládnutí cravingu (bažení).

Syndrom závislosti

- Zvládání cravingu:
- Uvědomit si bažení hned na počátku.
- Uvědomit si nepříjemné zážitky související s danou látkou.
- Uvědomit si výhody abstinence.
- Napít se nealkoholického nápoje.
- Mluvit o svých pocitech.
- Relaxace.
- Vydržet (bažení bývá krátké).
- Tělesná práce.
- S rizikovými myšlenkami diskutovat.
- Atd, atd.....

Syndrom závislosti

- KBT technika Semafor.
- Rodinná terapie (pseudoindividuace u lidí na drogách).
- Terapeutická komunita (3-4 měsíce, někde i rok a déle).
- Svépomocné skupiny (AA)-Dvanáct kroků.
- Farmakologická léčba-antabus-senzitizace.
- Naloxon-antidotum opiátů, Naltrexon-antagonista opiátů.
- Anticravingové léky-Campral.

Harm reduction

- Kde není pravděpodobná léčba, jde alespoň o zmírnění následků.
- Substituční léčba u opiátů-legálně podávaná návyková látka-metadon
- Výhoda metadonu-podává se ústy
- Výměnné programy
- Hygienický servis
- Relevantní informace
- Sociální pomoc

Základní pojmy

- Odvykací stav (F1x.3)-skupina různě závažných a různě kombinovaných symptomů, k nimž dochází při úplném či relativním vysazení látky poté, co byla látka dlouhodobě užívána. Odvykací stav může být komplikován křečemi či deliriem. Příklad s. 564 Nešpor.

Odvykací stav

- **Po alkoholu** - bolest hlavy, pocení, vyšší tlak, epilepsie, zvracení, přechodné halucinace či iluze, neklid nespavost, třes, pocit nemoci.
- **Po opioidech** (např. heroin)-jako u chřipky-sízení, rýma, bolesti svalů, pocení, zimnice, vyšší tlak, nevolnost, rozšířené zornice, silné bažení, křeče.
- **Po drogách z konopí** - úzkost, podrážděnost. THC-tetrahydrokannabinol se kumuluje v tuku a vyplavuje se pozvolna, proto fyzické příznaky nebývají silné. Symptomatická léčba
- **Po kokainu, amfetaminech, pervitinu** - únava, sny, chuť k jídlu, nespavost či nadměrná spavost, bažení-vysazení nevyvolává tělesné potíže, někdy deprese.
- **Halucinogeny** - nemívají odvykací stav
- **Nikotin** - úzkost, nespavost, kašel, potíže s pozorností, chuť k jídlu, neklid, bažení.

Základní pojmy

- Psychotická porucha tzv. toxická psychóza (F1x.5)-porucha, která vznikla během nebo po požití látky a projevuje se zejména sluchovými halucinacemi, záměnou osob, bludy, abnormálními emocemi, vzrušením či stuporem.
- Psychotická porucha po návykové látce by měla vymizet částečně do 1 měsíce, úplně do 6 měsíců. Příklad str. 566 Nešpor.

Korsakovův syndrom a delirium tremens- amnestické syndromy vyvolané psakt. látkou (F1x.6)

- Patří mezi amnestické syndromy sdruženo s poruchou paměti.
- Projevuje se chronickým zhoršením krátkodobé paměti, poruchami časového prožívání a řazením událostí, zhoršuje se schopnost učit se novou látku. Mohou být přítomny výrazné konfabulace (s. 566).
- Patří sem také delirium tremens!
- Začíná obvykle v noci, základními příznaky jsou obluzené vědomí a třes. Nemocný se bojí, ztrácí orientaci. V popředí jsou halucinace a iluze, zrakové a tělové (vidí hmyz, malá zvířata, která po něm lezou...)

Delirium tremens

- Akutní reverzibilní organický psychosyndrom
- Delirium tremens u nemocných závislých na alkoholu
- Charakteristicka:
- Zastřené vědomí
- Narušené poznávací schopnosti (dezorientace časem, místem osobu, zhoršení krátkodobé paměti)
- Narušením psychomotoriky
- Narušením spánku nebo cyklu spánek-bdění
- Delirium e rozvíjí rychle, průběh je proměnlivý, krátké trvání (v týdnech)

Některé návykové a impulsivní poruchy

- Patologické hráčství (F 63.0)
- Porucha spočívá v častých a opakovaných epizodách hráčství, které převládají na úkor sociálních, materiálních, rodinných a pracovních hodnot a závazků. (Př. s. 568)
dále příklad Dočkal s. 72

F 10 Poruchy vyvolané užíváním alkoholu

- Alkohol se získává kvašením řady surovin (ovoce, brambory, obilí), je lehce dostupný.
- Akutní intoxikace alkoholem-mírná vede hovornosti, uvolnění (0,3-0,5 promile v krvi), těžká k agresivitě, zhoršenému úsudku, může vést až k poruše vědomí a smrti (smrt 4 promile v krvi).
- Patologická intoxikace alkoholem, tzv alkoholové okénko-vyskytuje se u jedinců s nízkou tolerancí k alkoholu. Projevuje se extrémní vzrušeností, agresivitou, poté následuje spánek a amnézie. Zproštění viny pouze v případě, že k události došlo poprvé.

F 10 Poruchy vyvolané užíváním alkoholu

- Alkoholismus nebo-li závislost na alkoholu způsobuje problémy v některé z těchto oblastí.
- Práce, škola, zdraví, rodina
- Sociální fungování
- Právní oblast
- Zvyšování tolerance
- Neschopnost abstinovat (nelze vydržet den bez napití)
- Ztráta kontroly (neschopnost skončit po 1 sklenice alkoholu)

F 10 Poruchy vyvolané užíváním alkoholu

- Jelinnneková typologie (není v MKN 10, ale je často uváděna):
- **1/alfa typ-problémoví pijáci**
- Požíváním alkoholu řeší své problémy nebo si od nich ulevují, neztrácejí kontrolu, psychická závislost, protože tento způsob úzkostné obrany zvětšuje problémy

F 10 Poruchy vyvolané užíváním alkoholu

- Beta-typ
- Příležitostní pijáci ze zvyku a z přizpůsobení, aby učinili zadosť zvykům, situačně vázaným (u televize, s přáteli, při žehlení...)
- Gama-typ
- Náruživí pijáci s psychickou i fyzickou závislostí, vzrůstající tolerancí, ztrátou kontroly, odvykacími příznaky, i když se mohou objevit období abstinence
- (Zkrácení života u těchto alkoholiků cca 12 let)

F 10 Poruchy vyvolané užíváním alkoholu

- Delta-typ
- Návykoví pijáci s hladinou alkoholu v krvi, sociálně korektní, je obtížné je při trvalé „impregnaci“ alkoholem motivovat k léčbě
- Epsilon typ
- Kvartální pijáci, ve všedním životě nadměrně korektní, potřebují unikat do sféry sociálně nepřijatelného, a aby mohli se zvýšeným úsilím přijatelně sociálně žít

Následky účinků alkoholu

- Tělesné následky- může objevit praktický lékař. Obranný jazyk závislých-pivo není alkohol . Dobré je nechat klienta zaznamenat veškerou činnost dne, abychom se dopátrali množství alkoholu.
- Vzezření- prosáklý, rudomodrý obličej, cévky, vodanté oči, váčky pod očima, předčasně zestárlý zjev. Zevnějšek zanedbaný či naopak přehnaně korektní.

Následky účinku alkoholu

- Postižení vnitřních orgánů-žaludek, (gastritida, vředy, nedostatek bílkovin, cukrovka, avitaminóza). Játra, pankreas, srce (postižení myokardu ethylalkoholem), náchylnost ke karcinomu průdušek a tuberkulóze.
- Srdeční, žaludeční a vegetativní poruchy bez zřetelné další příčiny často poukazují na alkoholovou závislost v ještě relativně dobře zvládnutelném předběžném stádiu.

Následky účinku alkoholu

- Neurologické poruchy-atrofie mozečku (centrum rovnováhy), polynefropatie, poruchy vidění (postižený zrakový nerv, difúzní postižení mozkové tkáně,
- Dětské lékařství-embryo-fetální alkoholový syndroms malformacemi a mentální retardací
- Alkoholové psychozy-jíž jsme si uváděli.

Delirium tremens

- Akutní reverzibilní organický psychosyndrom
- Delirium tremens u nemocných závislých na alkoholu
- Charakteristicka:
- Zastržené vědomí
- Narušené poznávací schopnosti (dezorientace časem, místem osobu, zhoršení krátkodobé paměti)
- Narušením psychomotoriky
- Narušením spánku nebo syklu spánek-bdění
- Delirium e rozvíjí rychle, průběh je porměnlivý, krátké trvání (týdenů

F 11 Poruchy vyvolané užíváním opioidů

- Morfin, kodein, heroin, opium
- Společným účinkem je tlumení bolesti, oslabení napětí, pohoda, klidná euforie, zpomalení myšlení, uvolnění svalů, zpomalení dýchání....Opioidy snižují citlivost k vnímání tělesných podnětů a schopnost na ně reagovat, mají schopnost měnit náladu a mírnit úzkosti.
- Heroin-užívá se iv., vyvolává euforii, je nutno aplikovat několikrát denně, jinak vzniká abstinenční syndrom. **Je silně návykový! A proto velmi nebezpečný. Abstineční příznaky jsou velmi nepříjemné-bolest, křeč, úzkost, zvracení...**
- Intoxikace heroinem- výrazná euforie, hypotenze, ohrožení života.

F 12 Poruchy vyvolané užíváním kanabinoidů

- Nejčastěji marihuana, dále hašiš. Původ v rostlině cannabis.
- Mírně rozjařená nálada, změny vnímání času a prostoru, může ale vyvolat značnou úzkost! Pro psychotropní účinky se využívala při náboženských obřadech v Číně, Africe, Středním Východě.
- Marihuana-tráva-kouření
- Hašiš-pryskyřice-kouření nebo ústy.
- Narušuje motorickou koordinaci, provádění složitých úkolů.
- **F13-poruchy vyvolané sedativy či hypnotiky**
- Jedná se zejména o diazepiny

F 14 Poruchy vyvolané užíváním kokainu

- Z rostliny koky. V Jižní a Střední Americe se užívá po tisíciletí-proti únavě, žvýkání listů koky k udržení aktivity a dobré nálady. Je to stimulancium.
- **Kokain je vysoce návykový**. Má euforizující účinky, ale poté následuje podrážděnost, až deprese. To lze zahnat opět pouze drogou.
- Předávkování-vyvolá přecitlivělost, pocení, neschopnost se soustředit, křeče a zástavu dechu, srdeční činnosti. Dlouhodobé zneužívání může způsobit „stíhu“.
- **Crack-vysoce návykový**, úpravou kokainu.

F15 Poruchy vyvolané užíváním jiných stimulantů

- Stimulanty jsou vysoce návykové.
- Jakmile stimulační účinek pomine, nastává období kompenzačního útlumu.
- Amfetamin-původně lék proti narkolepsii, jako prostředek při léčbě obezity a na únavu.
Psychická závislost se rozvíjí velmi rychle.
Mezi nejrozšířenější patří pervitin-perník, dal se u nás lehce vyrobit z efedrinu.
- MDMA-extáze-tablety. Pocit tepla, radosti, porozumění. Taneční droga.

F 16 Poruchy vyvolané halucinogeny

- Hlavní funkcí je změna vnímání. Jde o psektrum látek ovlivňujících vnímání reality-tvarů, barev, zvuků (smyslové halucinace). Halucinogeny se užívají při některých náboženských obřadech.
- Meskalin-v kaktusech, žvýkání plátků.
- Psilocybin-v lysohlávce. Muskarin-v muchomůrce.
- LSD (Lucy on the Sky with Diamonds)-získává se z námele. Experimentovalo se s ní v psychiatrii.
- Stala se oblíbenou drogou hnutí hippies a v uměleckých kruzích.
- Změněný stav vědomí-únik ze společnosti, únik před existenciálním tlakem moderního světa.
- LSD se užívá formou talet či tripů.
- Halucinogeny nevyvolávají fyzickou závislost, **vzniká ale psychická závislost-touha po úniku z reality.**
- Rizikem je možnost nastartování latentního psychického onemocnění, nekontrolované reakce, způsobení škody (i vraždy a sebevraždy).

F 16 Poruchy vyvolané halucinogeny

- Změněný stav vědomí-únik ze společnosti, únik před existenciálním tlakem moderního světa.
- LSD se užívá formou talet či tripů.
- Halucinogeny nevyvolávají fyzickou závislost, **vzniká ale psychická závislost-touha po úniku z reality.**
- Rizikem je možnost nastartování latentního psychického onemocnění, nekontrolované reakce, způsobení škody (i vraždy a sebevraždy).

F 17, F18, F19

- F 17-poruchy vyvolané užíváním tabáku
- F 18 Poruchy vyvolané užíváním rozpouštědel
- F 19 Poruchy vyvolané požíváním několika látek a požíváním jiných látek

Závislost na lécích

- K dispozici je celá řada léků, nabízejících úlevu od bolesti, úzkosti, únavy...
- Časté nesprávné užívání léků může vést ke vzniku závislosti.
- Mezi často zneužívané léky patří:
- Sedativa a hypnotika (uklidňující léky a léky proti nespavosti)- Rohypnol, Noxiron....
- Anxiolytika (proti úzkosti)-Meprobamát, Diazepam
- Analgetika (proti bolesti)-Alnagon, opiáty...
- Stimulační léky-Fermetrazin.....
- Závislost na lécích je skrytější než na drogách či alkoholu.

Opakování základních diagnóz

- Akutní intoxikace
- Škodlivé užívání
- Syndrom závislosti
- Odvykací stav
- Psychotická porucha