

# Rizikové skupiny LS 6



ZÁVISLOST NA ALKOHOLU  
PHDR.HANA PAZLAROVÁ, PH.D.



- Jak se pozná, že je někdo závislý na alkoholu? Jak byste závislost na alkoholu definovali?

# Dotazník závislosti



- 1. Cítili jste během posledních 12 měsíců silnou touhu nebo nutkání pít alkohol?
- 2. Nedokázali jste se ve vztahu k alkoholu ovládat? (Pili jste i tehdy, když to bylo nevhodné, nebo jste vypili víc, než jste původně chtěli?)
- 3. Měli jste tělesné odvykací potíže po vysazení alkoholu (např. nejčastěji třes po ránu)?
- 4. Zvyšovali jste dávku alkoholu, abyste dosáhli účinku, původně vyvolaného nižší dávkou?
- 5. Zanedbávali jste dobré záliby kvůli alkoholu nebo jste potřebovali víc času k získání a k pití alkoholu nebo k zotavení se z účinku alkoholu?
- 6. Pokračovali jste v pití alkoholu přes škodlivé následky, o kterých jste věděli?



- Možné odpovědi: často – někdy – ne
- Sčítají se odpovědi často + někdy
- 3-6 odpovědí často+někdy naznačují závislost na alkoholu
- Klíčové pro určení je zhoršené sebeovládání

# Problémy způsobené alkoholem



- Tzv. „rizikové pití“
- Širší pojem než jen závislost
- Úrazy
- Násilné jednání
- Domácí násilí (2/3 případů pod vlivem alkoholu)
- Symptomatické pití – řešení duševních chorob alkoholem
- Problémy v rodině
- Sociální problémy (práce, sociální sítě)
- Zdraví

# Možnosti intervence



## Krátká intervence

### Léčba

- Léčba akutní intoxikace
- Léčba v ambulantních podmínkách
- Rezidenční léčba
- Léčba deliria tremens
- Léčba psychotické poruchy vyvolané alkoholem
- Farmakologická léčba (léky zhoršující snášenlivost alkoholu, léky mírnící bažení)



- Posilování motivace
- Individuální, rodinná či partnerská terapie
- Změny životního stylu
- Anonymní alkoholici, socioterapeutické kluby

# Krátká intervence



Přístup doporučovaný WHO

Mohou provádět i sociální pracovníci

- Posoudit stav a pacienta informovat o výsledku
- Jasně doporučení od alkoholu abstinovat.
- Posilování motivace.
- Předání svépomocné příručky.
- Spolupráce s rodinou a využívání jejího motivačního potenciálu
- Sebemonitorování, tj. zaznamenává se, kdy se objevilo bažení či kdy došlo k recidivě. Pacient se učí rozpoznávat spouštěče





- Kontroly a sledování.
- Terapeutický kontrakt – psychologický efekt
- Doporučit účast ve svépomocné organizaci
- Doporučení týkající se životního stylu, volnočasových aktivit atd. – nácvik relevantních dovedností
- Aktivní předání odborníkovi na závislost – v případě potřeby

# Contingency management



- Technika užívaná u závislostí i jiných obtíží
- Odměňování žádoucího chování – střízlivosti (jídlo, nocleh, předměty denní potřeby)
- Opakovaná nabídka léčení
- Aktivní předání

# Zdroje



- Nešpor K. 2006. *Zůstat střízlivý*. Brno: Host
- Nešpor K. 2004. *Jak překonat problémy s alkoholem*. Praha: Sportpropag

Další ke stažení na [drnespor.eu](http://drnespor.eu)