



3. PREDNÁŠKA
DETSKEJ UNIVERZITY V DIVADLE ARÉNA

Prečo nesmiem ani raz skúsiť drogu?

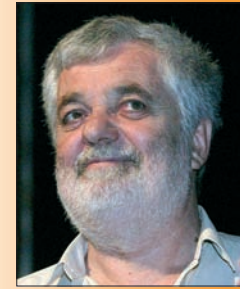
Vladimír Novotný







Otázka, prečo nesmiem ani raz skúsiť drogu, je síce jednoduchá, ale odpoveď na ňu až taká jednoduchá nie je. Celkom zjednodušene by sme mohli povedať: preto, lebo to škodí a bodka. Zložitejšia odpoveď musí vychádzať z poznania, čo je droga, čo je závislosť, ako sa vyvíja, aké faktory sa na vzniku závislosti podieľajú a podobne.



**Prof. MUDr.
Vladimír Novotný, CSc.
(1939)**

Čo je závislosť?

Závislosť nie je morálny poklesok. Závislosť je psychická porucha, ktorú charakterizuje silná až nutkavá túžba po psychoaktívnej látke. Táto silná túžba vedie k opakovanému užívaniu. Okrem toho má závislosť aj ďalšie príznaky.

Psychoaktívna látka je látka, ktorá spôsobuje prechodné zmeny duševného prežívania. Tieto zmeny sa väčšinou spočiatku pociťujú ako príjemné. Preto konzum psychoaktívnej látky vedie k snahe po opakovanom konzume, z ktorého sa postupne sformuje závislosť.

Psychoaktívne látky môžeme rozdeliť na alkohol a drogy. Drogy na legálne (napr. kofeín v káve, nikotín v cigaretách) a na ilegálne (napr. marihuana, heroín a iné).

Typy užívania návykových látok

- **Experimentálne**
získanie nových zážitkov, zvedavosť, „čo to urobí“
- **Rekreačné**
epizódy užívania (alkohol, marihuana...)
- **Symptomatické**
zmiernenie telesných alebo psychických ťažkostí (bolesť – analgetiká, nespavosť – hypnotiká...)
- **Kompulzívne**
nutkavá túžba

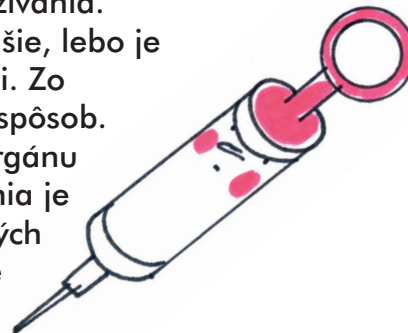
Spôsoby užívania

- **Šnupanie**
nosná sliznica (tabak, kokaín...)
- **Fajčenie**
pľúca (tabak, marihuana, heroín...)
- **Zjedenie, vypitie**
žalúdok, črevo (alkohol, marihuana, tabletky...)
- **Vnútrožilné podanie**
krv (heroín, pervitín...)
- **Kožne**
(nikotín, extáza...)

Absolvent Lekárskej fakulty Univerzity Komenského (1970). Pracuje na Psychiatrickej klinike LFUK a FN, aktuálne ako prednosta kliniky. Získal atestáciu I. a II. stupňa zo psychiatrie a nadstavbovú atestáciu z alkoholológie. Habilitoval v roku 1997. Profesorom Univerzity Komenského je od roku 2004. V rámci psychiatrie sa zaoberá alkoholológiou, psychofarmakológiou, súdnou psychiatriou. Je autorom alebo spoluautorom vyše 150 odborných prác. V roku 1996 publikoval spolu s doc. Kolibášom knihu Alkoholizmus a drogové závislosti. V roku 2003 dostal ako člen kolektívu Heretik, Heretik jr., Novotný, Pečeňák, Ritomský cenu Slovenského literárneho fondu. V júni 2006 vydal monografiu Novotný a spol. EPIA – Epidemiológia vybraných úzkostných porúch na Slovensku.



Poznáme rôzne typy užívania a rôzne spôsoby užívania. Z typov užívania je nutkavé užívanie najzávažnejšie, lebo je to už typ užívania, ktorý sa vyskytuje pri závislosti. Zo spôsobov užívania je najnebezpečnejší injekčný spôsob. Pri ňom sa droga dostane rýchlo do cieľového orgánu – do mozgu. Okrem toho injekčný spôsob užívania je nebezpečný aj pre prenos rôznych typov infekčných ochorení – najzávažnejšia je žltacka typu C a iné veľmi vážne infekcie.



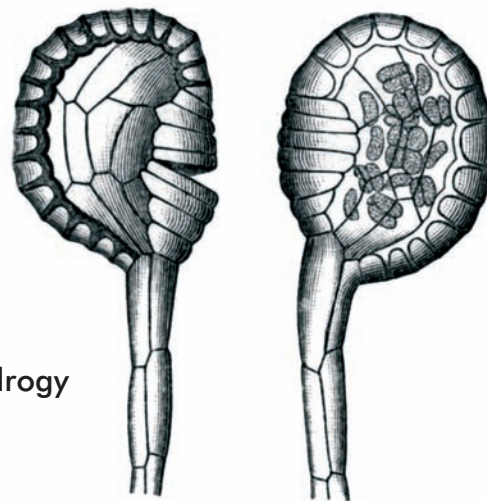
Príznaky závislosti

Psychické

- Túžba po droge
- Nutkavé premýšľanie o droge
- Zníženie záujmov
- Porucha kontroly
- Pokračovanie v užívaní napriek negatívam

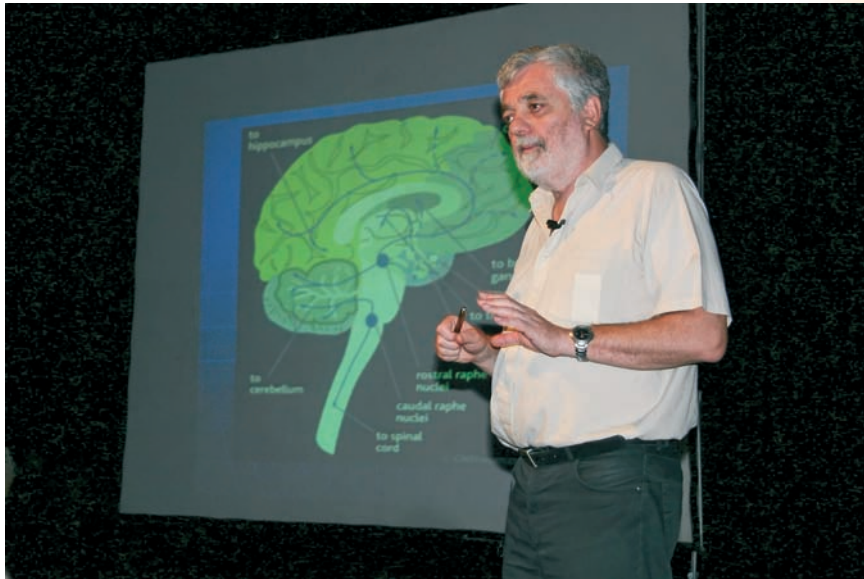
Telesné

- Zmena tolerancie
- Abstinenčné príznaky
- Ústup abstinenčných príznakov po podaní drogy
- Zmena repertoáru
- Po období (aj desaťročia) abstinencie rýchly návrat závislosti



Diaľnice v mozgu

Dosť priestoru sme venovali psychoaktívnej látke – droge. Tá je však len jedným z podstatných faktorov pri vzniku závislosti. Závislosť si môžeme predstaviť ako stav, ktorý vzniká v trojuholníku, kde sú okrem drogy prítomné ešte ďalšie dva závažné faktory – osobnosť a prostredie. Určité osobnostné znaky umožňujú rozvoj závislosti – napríklad vôľová slabosť, emočná nezrelosť a sklon k rizikovému



správaníu. Svoju úlohu hrajú aj rôzne faktory prostredia. Dôležité je, v akom type spoločnosti žijeme, aké sú prevládajúce zvyky. Napr. v moslimskej spoločnosti sa človek ťažko stane závislý od alkoholu, na druhej strane sa však ľahko dostane k drogám, ktoré sú legálne. Na Slovensku zase zvykneme oslavovať a vôbec riešiť alkoholom všetko (radosť aj smútok). Príslušnosť k niektorým povolaniam umožňuje ľahší vznik niektorých typov závislosti (napr. ľudia pracujúci v pohostinstve majú ľahko dostupný a denný prístup k alkoholu). Okrem týchto troch faktorov sa často stáva spúšťačím momentom mimoriadna udalosť (napr. sklamanie, neúspech v škole, v práci a podobne). Všetky vymenované príklady však majú svoj základ v zmene organizácie niektorých mozgových dráh. Máme v mozgu centrum odmeny, slasti (nazývané nucleus accumbens). Pri „vhodných“ a opakovaných podnetoch sa vytvoria dráhy, ktoré sa končia v čelných lalokoch





mozgovej kôry. Tieto dráhy pretrvávajú dlhodobo, takže aj po dlhšom prerušení konzumu drogy sú stále v pohotovosti. Mohli by sme ich prirovnať k diaľniciam, ktoré už boli raz postavené, a môžu sa (alebo aj nie) po nich valiť autá. Niečo podobné sa deje po opakovanom kontakte s drogou aj na bunecnej úrovni a na úrovni nervových prenášačov. Preto sa aj pri dlhodobom prerušení pitia či konzumu drogy vytvára pohotovostné nastavenie, ktoré sa kedykoľvek, aj po mnohých rokoch, znovu spustí.

Vzdávanie sa slobody

Na Slovensku je drogou číslo jeden okrem nikotínu stále alkohol. Nealkoholové závislosti predstavujú významné zdravotné, sociálne a kriminálne riziko, ale konzum alkoholu na Slovensku predstavuje vážnejší problém. Každý obyvateľ Slovenska skonzumuje za rok asi osem litrov 100-percentného alkoholu, čo je vysoká spotreba. Hospitalizácie pre heroínovú závislosť v posledných piatich rokoch klesli. Vzrastá však počet hospitalizácií v psychiatrických zariadeniach pre psychostimulanciá a kanabinoidy.





Veľmi varovné sú prieskumy poukazujúce na konzum psychoaktívnych látok na stredných a dokonca základných školách. Tento trend je nebezpečný. Detský organizmus je zvlášť citlivý na alkohol a drogy, takže v organizme, predovšetkým v mozgu, môže spôsobiť nevyliciteľné zmeny. Preto sa domnievame, že aj keď jedna dávka drogy nie je nebezpečná sama osebe, spustí celý reťazec zmien správania sa a zmien, ktoré vedú k závislosti. Závislosť nepoškodzuje len organizmus, telo a mozog, ale zo slobodného človeka robí ujarmeného a neslobodného jedinca so všetkými duševnými a spoločenskými dôsledkami.

