

Jaká rizika s sebou přináší alkohol u dětí a dospívajících

Nešpor K.

Úvod

Problémům působeným alkoholem u dětí a dospívajících bylo věnováno poslední číslo časopisu „Alcohol Reseach&Health“, který vydává NIAAA, což je nejvýznamnější americká výzkumná instituce zaměřená na zneužívání alkoholu [1]. Problémy s alkoholem u dospívajících považují v USA za velmi závažné, i když frekvence pití alkoholu a výskyt alkoholové intoxikace je podle citovaného pramene u amerických dospívajících podstatně menší než u jejich českých vrstevníků. Cílem tohoto přehledu je uvést nejzávažnější důsledky zneužívání alkoholu u dětí a dospívajících a zmínit i způsoby, jak předcházet škodám, které alkohol působí v této populaci.

Následky pití alkoholu u dětí dospívajících

- Násilná trestná činnost i to, že se opilý dospívající stane obětí sexuálního nebo jiného násilí.
- Roste riziko úrazů v dopravě, při sportu, častější jsou i popáleniny, utonutí a pády. Zde máme data z České republiky. Dospívající, kteří uvedli, že byli v životě 2krát a více opilí, uváděli více než 2krát častěji výskyt úrazů, které si vyžádaly lékařské ošetření [2].
- Otravy, z nichž některé mohou končit smrtelně. U dospívajících dívek tvoří větší procento tělesného objemu tuk, alkohol je rozpustný ve vodě, proto alkohol dosahuje u dívek vyšších hladin v krvi a je vyšší riziko otrav.
- Narušení vývoje mozku, zejména bílé hmoty a hipokampu, který je důležitý pro paměť. Tyto změny přetrvávají i v pozdějších letech.
- Problémy při vzdělávání, které souvisejí s účinky alkoholu na vyvíjející se mozek, ale i s životním stylem, k němuž vede alkohol v dospívání.
- Zpomalení růstu u obou pohlaví.
- Nižší hustota kostní hmoty (tedy vyšší riziko zlomenin kostí) u chlapců.
- Hormonální poruchy u dívek.
- Nechtěný nebo nechráněný sex.
- Rychlý rozvoj závislosti. Zneužívání alkoholu a závislost v dospívání má obtížně předvídatelný průběh, může docházet k rychlému zhoršová-

ní stavu nebo k přechodu k jiným psychoaktivním látkám, na druhou stranu se mohou příznivě uplatňovat vývojové změny (ty ovšem alkohol do značné míry narušuje).

- Zneužívání alkoholu a jiných látek (např. alkoholu a benzodiazepinů nebo alkoholu a opiátů).
- K alkoholu jsou náchylnější dospívající, kteří trpí úzkostmi, depresí, jsou impulzivní a agresivní. Právě ti by se měli alkoholu zvláště vyhýbat, protože alkohol jejich problémy zhoršuje a jsou více ohroženi rozvojem závislosti. Alkohol je také nebezpečnější u dětí a dospívajících, jejichž rodiče byli na alkoholu závislí nebo u těch, kdo byli alkoholem poškozeni během nitroděložního vývoje. Velmi často se ale lze setkat s dospívajícími, kteří zneužívají alkohol, aniž by u nich byly přítomny uvedené rizikové faktory.

Možnosti prevence

- Na celospolečenské úrovni se příznivě uplatňuje vyšší zdanění alkoholu. Důležité je také věkové omezení pro kupování alkoholu. Protože to vede ke snížení dostupnosti. K ceně alkoholu se tak přidává „cena vynaložená na opatrování“ a snižuje se spotřeba.
- Důležitá je prevence v rodině, jako podstatné se jeví rodičovský dohled, a to že rodiče vědí, kde dospívající je a co dělá. Materiály týkající se prevence v rodině jsou volně ke stažení na adrese www.plbohnice.cz/nespor [3].
- Účinné programy ve školním prostředí zahrnují nácvik sociálních a jiných dovedností (např. odmítat alkohol). Tyto programy jsou normotvorné, přiměřené věku; interaktivní (dospívající se aktivně účastní) a zahrnují i přípravu učitelů. Podrobnější materiály k prevenci ve školním prostředí jsou rovněž ke stažení na výše uvedené adrese www.plbohnice.cz/nespor.
- Programy na úrovni místních společenství mohou např. vytvářet tlak na prodejce alkoholu, aby neprodávali alkoholické nápoje nezletilým.
- Koordinovaný přístup zahrnující rodinu, školu, místní společenství i sdělovací prostředky. Pří-

- kladem je americký program Project Northland.
- Specializované programy pro děti a dospívající, kteří už alkohol zneužívají (často v kombinaci s jinými psychoaktivními látkami), nebo jsou více ohroženi z jiných důvodů.
 - Krátká intervence je patrně užitečná u škodlivého užívání alkoholu.
 - Léčba u pokročilejších problémů zahrnuje zpravidla práci s rodinou, kognitivně-behaviorální postupy, terapeutickou komunitu, práci s motivační prevencí či zvládání recidiv.

Závěr a souhrn

Práce shrnuje rizika zneužívání alkoholu u dětí a dospívajících a možnosti prevence problémů působených alkoholem v této populaci. K nejefektivnějším postupům patří věková omezení pro kupování alkoholu, vyšší zdanění alkoholu, prevence v rodině (větší rodičovský dohled a informovanost), interaktivní programy ve školním prostředí a včas provedená krátká intervence.

Literatura

1. Alcohol Research & Health je na adrese .
2. **Nešpor, K., Csémy, L., Exnerová, P.:** Dětské oběti alkoholu v České republice. Alkoholismus a drogové závislosti, 36, 2001 36, s. 281 – 282.
3. **Nešpor, K., Csémy, L.:** Alkohol, drogy a vaše děti. Jak problémům předcházet, jak je rozpoznávat, jak je zvládat. 5. revidované vydání. Praha, Sportpropag, 2003, 104 s.

Dodáno redakci : 7. 11. 2005

*MUDr. Karel Nešpor, CSc.
Psychiatrická léčebna Bohnice
Ústavní 91
181 02 Praha 8
e-mail: nesper@seznam.cz,*

OZNÁMENÍ

Informace pro zájemce o psychosomatiku

Vedle jiných možností vzdělávání v psychosomatice se zájemcům z řad lékařů a klinických psychologů nabízí možnost účastnit se dvou denních kurzů, které pořádá Katedra psychiatrie IPVZ v Praze. Kurzy pod názvem Úvod do psychosomatiky bývají 3krát ročně (únor, červen a říjen), konají se v Hotelu ILF, Budějovická 15, Praha 4. Anotovány jsou na www.ipvz.cz (Katedra psychiatrie) a v tištěné podobě v Tematickém plánu školicích akcí IPVZ. Na přípravě programu se významně podílí psychosomatická sekce Psychiatrické společnosti ČLS JEP. Program pravidelně tvoří přednášky, rozbor kazuistik a balintovské skupiny, v nichž účastníci probírají své vlastní případy.

Přednášky se týkají nejen jednotlivých okruhů psychosomatických onemocnění, ale také bývají zaměřeny širěji (biologie, filozofie, experimentální a klinický výzkum). Program jednotlivých kurzů je s předstihem uveřejňován v internetovém časopise

Psych@som, který vydává psychosomatická sekce PS ČLS JEP. Psych@som lze najít na adrese: <http://www.sktlib.cz/psychosomatika/psychosom.htm>. Kurzy jsou součástí uceleného vzdělávacího programu IPVZ v psychosomatické medicíně.

Přihlásit se lze na adrese: prihlasky@ipvz.cz nebo poštou na adrese: Odd. organizace studia IPVZ, Budějovická 15, 140 00 Praha 4.

Ve dnech 21.–23. září 2006 se bude v Liberci konat XI. celostátní konference psychosomatické medicíny, kterou pořádá psychosomatická sekce PS ČLS JEP. Tématem konference budou emoce v psychosomatice, a to nejen z hlediska medicínské, ale i z hledisek jiných vědních oborů.

Další informace o chystané konferenci budou opět na stránkách Psych@somu a na adrese: MUDr. Vladislav Chvála, Středisko komplexní terapie psychosomatických onemocnění, Jáchymovská 385, 460 10 Liberec 10.

*Doc. MUDr. Jiří Beran, CSc.
PK FN a LF UK v Plzni
Alej Svobody 80
323 00 Plzeň
e-mail: beran@fnplzen.cz*