

iROZHLAS



Místo překvapení droga. Děti na Mostecku snědly sladkosti v obalu Kinder Surprise s obsahem THC



Děti našly jiné překvapení, než čekaly | Zdroj: Police ČR

Pět školáků skončilo na Karlovarsku v nemocnici, vyzkoušeli medvídky s HHC



Dnes 20:17

Rudolf Voleman



®evoluce v adiktologii

Mládež v riziku: Závislosti a nízkoprahové služby

3. 10. 2024, Kadaň

Mgr. Ondřej Sklenář

Nemocnice Litoměřice, Krajská zdravotní, a.s.

Mládež v riziku: Závislosti (a nízkoprahové služby)

Kvíz (??)

- "Já si myslím, že svět je nelístopstnej. A lidi vosamějí. Proto kouřim. Pracuju, abych si moh koupit drogy, po kterejch by mi lidi připadali hodný, přátelský, svobodný a krásný..."

Samotáři a Johann Hari

- Svět je bezpečné a vřelé místo.
 - Lidé žijí v naplněných vztazích.
 - Lidé jsou k sobě milí, přátelští a krásný.
 - Proto nemusím užívat drogy.
-
- A co na to Johann Hari?
 - Opakem závislosti není střízlivost, ale blízkost. (Johann Hari)
 - Že by utajený spolutvůrce Samotářů? 😊

"The opposite of
addiction is not
sobriety. The opposite
of addiction is
connection.

- JOHANN HARI



Kvíz (??)

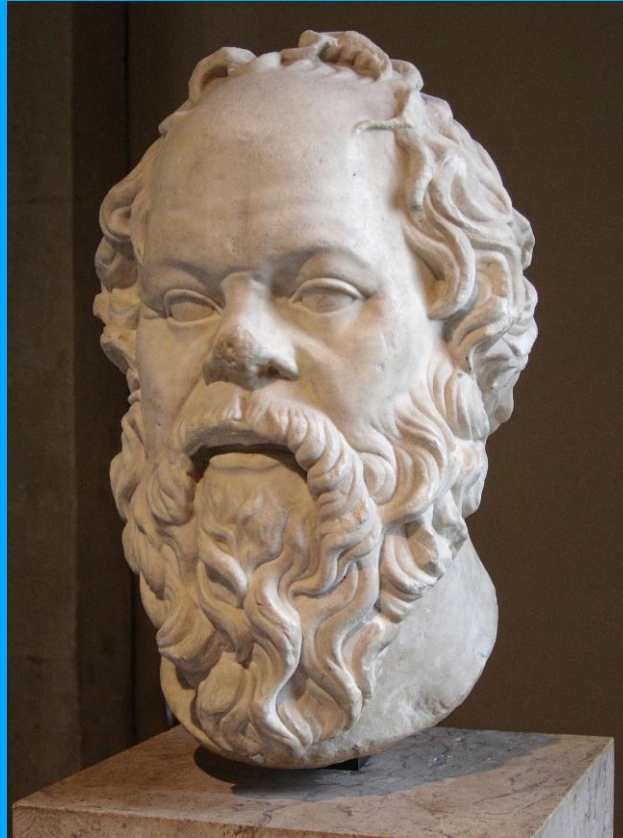
- „Všichni tady strašně lžou.“
- „Já spíš myslím, že lidi tady málo hulej.“



Kvíz (??)

- „Naše mládež miluje přepych. Nemá správné chování. Neuznává authority a nemá úctu před stáří. Děti odmlouvají rodičům, srkají při jídle a tyranizují své učitele.“

Sókratés (469 nebo 470 v Athénách – 399 př. n. l. v Athénách)



Kvíz (??)

- „Ztratil jsem všechny naděje, pokud jde o budoucnost naší země, když dnešní mládež převezme do svých rukou kormidlo řízení. Je to mládež nedisciplovaná, drzá, nesnesitelná...“

Hésiodos, antický řecký básník a filosof, působil na přelomu 8. a 7. století př. n. l.



Hésiodos a múza

- A co ta [®]evoluce v adiktologii??

„SNÍDANĚ DŘÍVE“ (BOOMERA 😊)



shutterstock

IMAGE ID: 8640067
www.shutterstock.com

Snídaně dnes 😊

Revoluce v adiktologii – digitální závislosti



Ráno dělá den..



1/ DIGITÁLNÍ ZÁVISLOSTI

- Kromě závislosti na návykových látkách se v populaci stále častěji vyskytují **nové typy závislostního chování**, které souvisejí zejména se **změnou životního stylu a využíváním nových technologií**.
- **DEFINICE IA**
- Mitchel (2000): kompulzivní nadužívání internetu a podrážděné nebo náladové chování v důsledku nemožnosti jeho užívání
- Shapira (2000): neschopnost jedince mít kontrolu nad svým užíváním internetu, což pak vede ke stresu a/nebo zhoršení fungování

ESPAD - evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách (2019), studenti 16 let

- CHOMYNOVÁ, P., DVOŘÁKOVÁ, Z., ČERNÍKOVÁ, T., ORLÍKOVÁ, B., GROHMANNOVÁ, K., FRANKOVÁ, E. 2023. **Zpráva o digitálních závislostech v České republice 2023**. Praha: Úřad vlády České republiky
- Ve všední den stráví 28,0 % studentů celkem 2 nebo více hodin hraním her, téměř polovina z nich stráví hraním her více než 4 hodiny denně (11,3 %). O víkendu tráví studenti hraním her výrazně více času. **Celkem 11,8 % studentů tráví hraním her o víkendu 6 nebo více hodin.**
- Celkem 74,2 % studentů tráví čas denně na sociálních, o něco častěji jde o dívky (76,4 % oproti 72,0 % chlapců). Celkem 28,0 % studentů tráví v běžný všední den dokonce více než 4 hodiny denně.
- **Celkem 21,2 % stráví na sociálních sítích o víkendu více než 6 hodin denně.**
- **Zatímco hraní digitálních her je výrazně rozšířenější mezi chlapci, dívky tráví častěji čas na sociálních sítích (Spilková a kol., 2017)**

Adiktologie – nutné reagovat na rychlé změny ve společnosti



Digi závislosti na vzestupu (skutečně?!)

„Strašení“ digi závislostmi a sledováním obrazovek vs. racionální přístup

- Metaanalýza 100 studií, děti 0-6let, 176 tisíc dětí, 30 zemí

- Nejvíce záleží na kontextu používání obrazovek, a to mnohem více, než na čase stráveném jejich sledováním.

1. Na čase tolik nezáleží - důležitější je obsah! (přiměřený věku!).
2. Na rychlosti taky tolik nezáleží („rychlé“ animáky – min./žádný dopad na dítě)
3. Záleží na kontextu používání „obrazovek“ (společné sledování s rodičem pozitivní dopad na dítě, sledování o samotě je naopak horší)

Early Childhood Screen Use Contexts and Cognitive and Psychosocial Outcomes

A Systematic Review and Meta-analysis, 2024. JAMA Pediatr.

New Online Views **6,564** Citations **0** Altmetric **649**

Original Investigation
August 5, 2024

Early Childhood Screen Use Contexts and Cognitive and Psychosocial Outcomes

A Systematic Review and Meta-analysis

Sumudu Mallawarachchi, PhD^{1,2}, Jada Bailey, PhD^{1,2}, Myra Maviliel, PhD^{1,2}, et al

3 Author Affiliations

JAMA Pediatr. Published online August 5, 2024. doi:10.1001/jamapediatrics.2024.2620

 **Key Points**

Question What are the associations of screen use contexts in early childhood with cognitive and psychosocial outcomes?

Findings In this systematic review and meta-analysis, more program viewing and background television were associated with poorer cognitive outcomes while more program viewing, age-inappropriate content, and caregiver screen use were associated with poorer psychosocial outcomes. Co-use was positively associated with cognitive outcomes.

Meaning Contexts of screen use (ie, type, content, co-use, and purpose of use) beyond screen time limits should be considered in global recommendations for families, clinicians, and educators.

Silná mediální „vlna“

Počet závislých dětí stoupá!
Závislosti na technologiích
a internetu!
Strašení a katastrofické
scénáře vs. Realita??!

**Jak poctivě reflektovat
aktuální dění a
současně neděsit –
nestrašit?!**



2/ ENERGY DRINKY A LIMONÁDY

- Energetické nápoje s obsahem kofeinu jsou mezi dětmi a dospívajícími velmi populární a rozšířené.
- S jejich konzumací je však spojena celá řada zdravotních rizik.
- Například na vzorku finské mládeže ve věku 12–18 let se ukázalo, že každodenní konzumace energetických nápojů souvisela s bolestmi hlavy, problémy se spánkem, podrážděností nebo únavou.

ENERGETICKÉ NÁPOJE - PRIME



Logan Paul

- [Logan Paul & KSI - Prime's Big Game Commercial \(youtube.com\)](https://www.youtube.com/watch?v=K1111111111)
- Na svém YouTube kanálu má přes 23,5 milionů odběratelů
- V letech 2017, 2018, 2021 a 2022 se umístil na seznamu nejlépe placených youtuberů.
- profesionální wrestler, youtuber a herec
- V lednu 2022, společně s influencerem KSI, založil značku energetického nápoje Prime.

Limonády a energetáky - rizikový faktor životního stylu

- časté popíjení energetických a slazených nápojů se váže k dalším faktorům charakteristickým pro rizikové chování školáků – jde především o kouření, opakovanou opilost a konzumaci marihuany.
- Ve skupině dětí se zvýšenou spotřebou obou typů nápojů tak najdeme významně více kuřáků nebo konzumentů alkoholických nápojů.
- V případě energetických nápojů je tato vazba velmi silná, u limonád o něco méně.



BIRELL

NOVÉ
TOČENÝ

BIRELL POMELO & GREP

NEALKOHOLICKÝ PIVNÍ NÁPOJ

Nealkoholická ochucená piva

#NECHMELDETI



Aktualizováno 10.11.2022

**NEALKOHOLICKÁ OCHUCENÁ
PIVA OBSAHUJÍ PRŮMĚRNĚ
0,23 % ALKOHOLU.
NEJZNAMĚJŠÍ BIRELL POMELO & GREP 0,34 %.**



[KOMPLETNÍ PRESS KIT](#) | [VÝZKUM DTEST](#) | [VÝZKUM NIELSEN](#) | [WEB KAMPAŇ](#)

petr@suchejunor.cz | 721 530 199
maryska@dttest.cz | 607 539 658



38 % RODIČŮ NABÍDLO SVÉMU DÍTĚTI ALKOHOL PŘED JEHO 15. ROKEM

CHCI VĚDĚT VÍC

nechmeldeti.cz



Alcopops

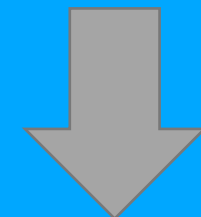
*... jsou silně
slazené
předem
namíchané
lihoviny.*



3/ NIKOTIN A „KOUŘENÍ“

- „**Nikotinový sáček** se stává fenoménem zejména mladé generace, a to navzdory skutečnosti, kterou potvrzují i lékaři a adiktologové, že riziko vzniku závislosti na nikotinu je obrovské u kohokoliv, tím spíše u dětí a mladistvých,“
- Až desetinásobek množství nikotinu než cigareta !!!

Revoluce v adiktologii – kouření na ústupu



Dříve... („Marlboro man“ - Wayne McLaren 1940-1992)



[Nikotinové sáčky](#) ▾[VAPE](#) ▾[Konopné produkty](#) ▾[Zahřívavý tabák](#) ▾[Více](#) ▾

CZK ▾

Čeština ▾

[Nikotinové sáčky](#) → [KURWA](#) → [KURWA KILLER](#) → [KURWA KILLER BLACKCURRANT](#)

☆☆☆☆ Neohodnoceno

KURWA KILLER BLACKCURRANT

Nikotinové sáčky Kurwa Killer s výraznou chutí šťavnatého černého rybízu! Edice nikotinových sáčků "KILLER" od značky Kurwa dostupná hned ve čtyřech nabitých příchutích! Obsah nikotinu je stejný jako u edice [Fatality](#) tj. **46,9 mg/g** (32,8 mg/sáček). V balení se nachází **20 sáčků** v diskretní **slim** velikosti. Tento formát sáčků je oblíbený uživateli napříč všemi značkami. Tato edice je kvůli vyššímu obsahu nikotinu vhodná pouze pro zkušené uživatele nebo silné kuřáky.

**TENTO VÝROBEK JE URČEN POUZE DOSPĚLÝM UŽIVATELŮM.**

Můžeme doručit do: 5.2.2024

[Možnosti doručení](#)

Skladem

Kód: 1730

Značka: [KURWA](#)**129 Kč**

107 Kč bez DPH

-

1

+

DO KOŠÍKU

Kategorie: [KURWA KILLER](#)Příchuť: [černý rybíz](#)Obsah nikotinu: [46,9 mg/g \(32,8 mg/sáček\)](#)

Tisk

Zeptat se

Hlídat



NOVINKA

TIP

OVĚŘENO ZÁKAZNÍKY



Zobrazit

https://www.nicopods.cz/user/shop/big/3836_kurwa-killer-blackcurrant-nikotinovy-sacek.jpg?63fb37ce

**vejpa, vapík, vapičko,
vapo, elfka, elfík,
kouřítko, pufík ...**

Čím jsou přitažlivé?

Pro děti na základní škole to může být třeba dělání kroužků a dalších „kouřových“ triků, které odkoukaly na YouTube. Na středních školách už pak slouží spíše jako méně nápadná náhrada běžných cigaret při vznikající nebo už rozvinuté závislosti



4/ „NOVÉ DROGY“ NA (ONLINE) TRHU

- KRATOM
- HHC
- HHC-O
- HHC-P
- THCP
- ...

CBD, CBG, HHC

- **CBD – Kanabidiol**
- Nízkopotentní konopí s obsahem do 1 % THC
- CBD není psychoaktivní
- V konopí se v největším množství vyskytuje THC, na druhém místě je CBD; zbylé kanabinoidy jsou zastoupené ve stopovém množství
- ? Úzkosti, deprese, nespavost, akné, epilepsie, aj (**omezené důkazy**)
- **CBG - Cannabigerol**
- je 1 z více než 120 kanabinoidních sloučenin nalezených v rostlinném rodu Cannabis
- CBG není psychoaktivní;
- ? Bolest, záněty, deprese, ADHD (**omezené důkazy**)
- **HHC, HHC-P, HHC-0, aj.**
- stopová složka v konopí setém, ale může být vyrobeno také synteticky
- **Podobné účinky THC, psychoaktivní!!!**

Revoluce v adiktologii – „nové“ drogy



CBD (Low-THC konopí)

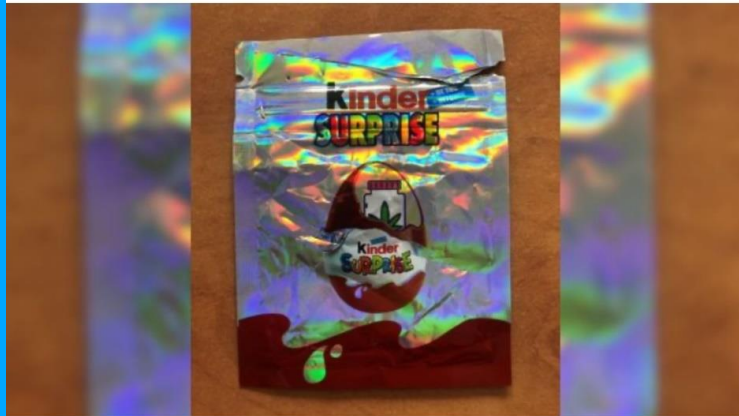


„Adiktologie vs. nové výzvy ...“

iROZHLAS



Místo překvapení droga. Děti na Mostecku snědly sladkosti v obalu Kinder Surprise s obsahem THC



Děti našly jiné překvapení, než čekaly | Zdroj: Police ČR

Pět školáků skončilo na Karlovarsku v nemocnici, vyzkoušeli medvídky s HHC



Dnes 20:17

[Rudolf Voleman](#)



„Rychlost“ trhu



top09_cz

KONEC HHC

Za situace, kdy se tyto produkty dostávaly k dětem, jde o správné a v tuto chvíli jediné možné řešení.

Vlastimil Válek

Základ HHC potvrdila Evropská komise

TOP 09



NEW!
INFO

Prodej HHC, THCP a HHC-O končí dnes 28.2. ve 23:59

UPOZORNĚNÍ

Ale nemusíte smutnit! Máme pro vás 2 dobré zprávy. 😊

Jednou z náhrad za HHC budou produkty s **THC-B**, které si jistě oblíbíte stejně, možná i více. Tyto produkty budou k dispozici od příštího týdne. **A již dnes začínáme nasazovat** cartridge, vapy, květ konopí, hašiš a další s obsahem **HHCP** a **HHCP**.

5/ LEGÁLNÍ STIMULAČNÍ LÁTKY

- MADMONQ
- GEILESZUEG
- STOVKY PRODUKTŮ NA INTERNETU (NEJASNÝ PŮVOD, KVALITA, SLOŽENÍ...)
- PODPORA DOBRÉ NÁLADY, „NESPANÍ“ – BDĚLOSTI, DLOUHÉHO NOČNÍHO HRANÍ HER, RYCHLÝCH REAKCÍ... ??!!

Geileszeug – how to sniff geileszeug – #1 dosage (youtube.com)




geileszeug für
ALLE DIE 'S WIRKLICH WISSEN WOLLEN



geileszeug für
HIGHSCOREJUNKIES
und alle die 's wirklich wissen wollen

VERSION 3.0

KOMPLEXNÍ BOOST PRO TVOU VÍTĚZNOU MYSL

-  RYCHLÉ REAKCE
-  DOBRÁ NÁLADA
-  ENERGIE BEZ KOMPROMISŮ
-  SOUSTŘEDĚNÍ



MADMONQ

- První cucavá tableta na světě, která slouží jako nutriční doplněk pro hráče.
- Unikátní pro svůj okamžitý nástup účinku a dlouhodobé efekty na mysl a podporu zdravého organismu.
- **Pomáhá tělu v boji se stresem a dodává pocit sebevědomí.**
- Verze 3.0 je nově vylepšena o Brainberry[®], účinný přírodní extrakt testovaný na hráčích, který zlepšuje soustředění, psychomotorickou rychlost a přesnost synchronizací procesů mezi mozkiem, očima a rukama.

A co ta mládež v riziku?

Věděli jste, že...?



30 %

dospívajících dívek uvádí, že se více než jednou týdně cítí "na dně"

13 %

dospívajících chlapců uvádí, že se více než jednou týdně cítí "na dně"

75 %

duševních onemocnění se projeví do věku 24 let

50 %

duševních onemocnění se projeví již před 14. rokem věku



sebevražda je čtvrtou nejčastější příčinou úmrtí ve věku 15-19 let



1 ze 7 dětí a dospívajících se potýká s psychickými problémy



deprese a úzkost u dětí a dospívajících patří mezi 1 z 5 nejčastějších duševních onemocnění

Není nám dobře?

Mladí dospělí ve věku od osmnácti do třiceti let žijí v prudce se měnícím světě.

Tlaky spojené s digitálními médii, sociálními sítěmi i dynamickým vývojem na trhu práce mohou zvyšovat stres, úzkost a pocit izolace.



Mladí dospělí v Česku trpí úzkostí, stresem a pocitem izolace, ukazuje studie

Sněhové vločky, internetová generace, ..

- Internetová generace:
- Menší konzumace alkoholu, méně randění, první sex později (v porovnání s předchozími generacemi).
- Častější úzkostné a depresivní poruchy (a kde je dětský psychiatr?!)
- Častější hospitalizace z důvodu sebepoškozování a sebevražedného jednání (více u dívek)
- Sociální sítě a chytré telefony jako jeden z „motorů“ této změny
- Dále změna výchovy rodičů – „posedlost bezpečím“ / „safetyismus“ – děti nesmí chodit sami do školy, lézt na stromy, stříhat nůžkami..

Internetová generace

- **95% používá YouTube, 67% TikTok a 62% Instagram**
- **90% generace Z používá Snapchat jako komunikační platformu**
- **83% lidí nakupuje prostřednictvím sociálních sítí**
- **70% sleduje alespoň jednoho influencera**
- **ON- LINE SVĚT – ON LINE NÁKUPY – ONLINE VZTAHY – ONLINE MARKETING – ON LINE ...**

„Sněhové vločky“

VS

„ideální“
prostředí

Ústecký kraj v úpadku



žádný venkov

79 % obyvatel žije ve **městech**, druhý nejvyšší podíl hned za Karlovarským krajem



slabá pracovní síla

43 % nezaměstnaných jsou "**pomocní a nekvalifikovaní pracovníci**", to je nejvíc v ČR



málo lékařů

3,7 **lékaře** na tisíc obyvatel kraje, **nejméně v ČR**



vysoká kriminalita

27,7 **trestných činů** na 1000 obyvatel, to je po Praze nejvíce



nejvyšší nehodovost

13,8 **dopravní nehod** na 1000 obyvatel, to je **nejvíc v ČR**



děti bez vzdělání

23,8 % **dětí** v Bílině nedokončí ani ZŠ. V kraji je nejvíce mikroregionů s vysokou neúspěšností vzdělávání



rozpad rodin

68,5 % **manželství** se rozvede, víc už je to jen v sousedním Karlovarském kraji



slabá ekonomika

69,8 % **HDP** na obyvatele při porovnání s celorepublikovým průměrem

Zdroje: ČSÚ, Česko v datech, PAQ Research.

[Seznam Zprávy](#)

Orientace na vrstevníky (G. Maté)

- Kniha „Držte si své děti“
- Orientace na vrstevníky – vzor a příklad pro to, jak se oblékat, jak se chovat, jakých hodnot si cenit, jakou kulturu přijímat, jakými morálními zásadami se řídit.. (dříve od rodičů, učitele, pečující osoby,..)
- Kultura se šíří horizontálně v rámci jedné generace, nikoliv vertikálně mezi generacemi ..
- Důsledky: užívání NL, nezralost, nárůst agrese, šikana, kulturní odcizení, násilí mezi dětmi, předčasná sexuální aktivita,
- Narušení vazeb mezi dětmi a dospělými

Orientace na vrstevníky

- Tím nejlepším pro naše děti jsme my rodiče, jsme li přítomní, v pohodě, nevystresovaní.
- **„Typická rodina v RT“**
- Tatínek vydělává, celý týden je nepřítomný.
- Matka je vyčerpaná, školka či škola přináší drobnou záchranu. Práce, domácnost, děti.
- Vydělávat či budovat kariéru je prioritou. Cení se výkon.
- Večer všichni vyčerpaní u TV, mobilu, apod.
- O víkendu někdy snaha dohnat co nešlo v týdnu – výlety, hory, zábavní parky
- Cení se výkon, takže děti kroužky, školy, jazyky, tréninky
- Přichází problém – nemoc, poruchy chování, užívání NL, PPP, ... potřebujeme dětského psychiatra, potřebujeme „opravit“ dítě..

Rodinná terapie (nejen) v naší ambulanci

- U dětí a mladistvých jako nejefektivnější léčebný přístup
- Rodinná terapie je metodou psychoterapie , která se nedívá na klienta jako na jednotlivce, ale pohlíží na něj jako na součást určitého, konkrétního rodinného systému. Jeho problémy dává do souvislosti s fungováním celé rodiny a snaží se nastolením změny v rodině dosáhnout vymizení daného symptomu, problému.

Rodinná terapie vs dění v rodině/společnosti

- Rodina přichází a „klame“ – přináší problém, často nemocné dítě (duševně/fyzicky), symptom (příznak) – A chce „opravit“ nemocné dítě!
- Společnost/média přichází a „klame“ – přináší problém, nemocné děti (sněhové vločky/IG,...) – A chce „opravit“ nemocné děti!

Rodinná terapie vs dění v rodině/společnosti

- Pokud na tuto zakázku nepřistoupíme – pak pracujeme s celým rodinným systémem..
- Snažíme se nastolením změny v rodině dosáhnout vymizení daného symptomu, problému, závislosti..
- Ovšem jak pracovat s celým světem / společnostmi (?!)
- Pro začátek změnit uvažování – Nejsou děti zrcadlem společnosti, úzkosti dospělých, rozpadu rodin, nízké dostupnosti vzdělání a příležitostí, strachu společnosti, násilí, válek, ekonomické krize.. ??
- Nepotřebujeme opravovat děti, ale společnost??
- Můžeme každý začít v rodině.. („Nevidíme se přes týden, nemáme společné jídlo, nepovídáme si..“ ... „Jenom tady u vás si povídáme. Vždy se tu něco dozvím o rodině.“)

— ” —
Jediný univerzální
návod
na výchovu dětí
je láska.

— ” —
ZDENĚK MATĚJČEK
DĚTSKÝ PSYCHOLOG

„DROGY SE MĚNÍ – LÉČBA ZŮSTÁVÁ“

- NUTNÁ ZNALOST AKTUÁLNÍCH TRENDŮ V ADIKTOLOGII
- VS
- ADIKTOLOGICKÁ LÉČBA, RODINNÁ TERAPIE (DOPLNĚNÁ SKUP. A IND. TERAPIÍ) JAKO ZÁKLADNÍ STAVEBNÍ KÁMEN LÉČBY – PODPORY KLIENTA

In the Realm of Hungry Ghosts (Maté, 2008)



Primární prevence rizikového chování vs. léčba a hospitalizace



Princip snižování škod / Harm Reduction

- Princip snižování škod by měl být hlavním přístupem v politice v oblasti závislostí.
- ...i samotná politika musí být tvořena tak, aby nadělala co nejmenší škody.. (J. Vobořil, 2023)

Rychlost jako společný jmenovatel změn

- Rychlost změn
 - Nabídka trhu – „denně“ nové NL
 - Rychlost „života“
 - ONLINE „svět“, sociální sítě, NÁKUPY
 - Množství informací, víme co se stalo před minutou na druhém konci světa?!!
-
- Zpomalit?
 - Zastavit se?
 - Zaposlouchat se?



Opakem závislosti není střízlivost, ale blízkost



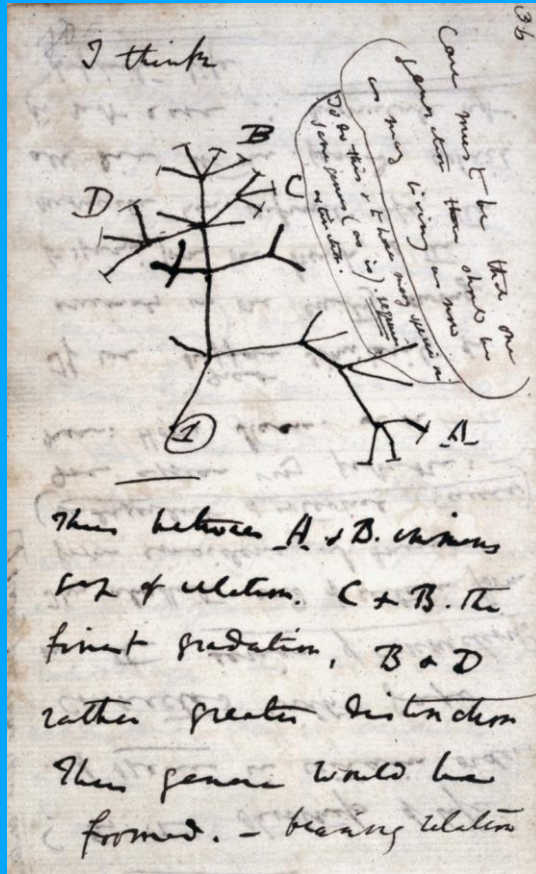
Your Plan



Reality



Revoluce nebo evoluce??



Stránka z Darwinova zápisníku s prvním náčrtem evolučního stromu (1837)

Děkuji za pozornost 😊

- **Mgr. Ondřej Sklenář**

adiktolog

tel: +420416723653

e-mail: ondrej.sklenar@kzcr.eu

web: www.kzcr.eu

Krajská zdravotní, a. s.

Trpí někdo z vašich
příbuzných duševní nemocí?

Ne...všichni
vypadají,
že si to
užívají!!!

