

## Několik slov o závislosti

Světová zdravotnická organizace (WHO) definuje alkoholika jako člověka, jehož závislost na alkoholu dosáhla takového stupně, že mu to působí zřetelné poruchy a újmu ve společenských vztazích, ve společenské činnosti a na tělesném i duševním zdraví.

Pokud máte po přečtení tohoto textu pocit, že není vše, jak by mělo být, nabízíme možnost konzultace v OAT (Ordinace pro léčbu alkoholismu a jiných toxikománií), která je součástí psychiatrického oddělení Ústřední vojenské nemocnice Praha.

*Nezměníme-li směr,  
skončíme nejspíše tam,  
kam máme namířeno (staré čínské přísloví)*

*Přejeme vám, aby jste vždy šťastně došli do cíle,  
který si sami vyberete.*

### Kontakt:

Psychiatrické oddělení ÚVN Praha  
Ordinace pro léčbu alkoholismu a jiných  
toxikománií

**Tel.: 973 203 426**

*Zpracovala:*  
Jana Vlachová  
edukační sestra pro závislosti

*Odborný garant informace:*  
MUDr. Stanislav Morávek

**... bonum aegroti suprema lex  
... dobro pacienta je nejvyšší zákon**

[www.uvn.cz](http://www.uvn.cz)



# ÚVN

ÚSTŘEDNÍ VOJENSKÁ NEMOCNICE  
PRAHA

**Vážená paní,  
vážený pane,**

dovolte abychom Vám  
nabídli několik informací  
o rizicích spojených  
s konzumací alkoholu.  
Přivítáme, když následující  
řádky budete vnímat  
jako nabídku pomoci  
pro Vás, pokud ji budete  
potřebovat.

AKREDITOVANÁ  
NEMOCNICE  
ACCREDITED  Joint Commission  
HOSPITAL INTERNATIONAL

Problémy s alkoholem

**Ordinace pro léčbu  
alkoholismu a jiných  
toxikománií**

(pavilon C5, přízemí)  
Tel: +420 973 203 426

V naší zemi je tolerance k pití alkoholu velmi vysoká. Možná i proto, že ho často vnímáme jako součást kulturní tradice.

My Vás však chceme upozornit na to, že s konzumací alkoholu mohou být spojená některá rizika. Byli bychom rádi, kdybyste následující řádky, nevnímali jako zdviženou hůl, ale jako nabídku pomoci pro Vás, pokud ji budete potřebovat.

### DOTAZNÍK ZÁVISLOSTI

Všechny následující otázky se týkají období posledních 12 měsíců. Vyberte tu z následujících odpovědí, která se nejvíc blíží skutečnosti, a zatrhněte ji.

1. Cítil jste během posledních 12 měsíců silnou touhu nebo nutkání pít alkohol?

*Ne - Někdy - Často*

2. Nedokázal jste se ve vztahu k alkoholu ovládat? (Pil jste i tehdy, když to bylo nevhodné, nebo jste vypil víc, než jste původně chtěl?)

*Často - Někdy - Ne*

3. Měl jste tělesné odvykací potíže („absták“) po vysazení alkoholu (např. nejčastěji třes po ránu)?

*Ne - Někdy - Často*

4. Zvyšoval jste dávku alkoholu, abyste dosáhl účinku, původně vyvolaného nižší dávkou?

*Často - Někdy - Ne*

5. Zanedbával jste dobré záliby kvůli alkoholu nebo jste potřeboval víc času k získání a k užívání alkoholu či k zotavení se z jeho účinku?

*Ne - Někdy - Často*

6. Pokračoval jste v pití alkoholu přes škodlivé následky, o kterých jste věděl?

*Často - Někdy - Ne*

### VYHODNOCENÍ

Spočítejte odpovědi „často“ a odpovědi „někdy“

0 odpovědí „často“ a „někdy“ znamená, že se patrně nejedná o závislost.

1 - 2 odpovědi „často“ a „někdy“ - tento výsledek vyžaduje důkladnější vyšetření.

3 - 6 odpovědi „často“ a „někdy“ znamenají, že se patrně jedná o závislost.

### CAGE TEST

1) Cítil/a jste někdy potřebu své pití snížit?

2) Dráždila Vás někdy kritika vašeho pití?

3) Měl/a jste kvůli pití pocitu viny?

4) Pil/a jste někdy po ránu, abyste se probrala?

### VYHODNOCENÍ

3 a 4 kladné odpovědi znamenají vysokou míru pravděpodobnosti, že je člověk na alkoholu závislý.

2 kladné odpovědi znamenají podezření, že by se o závislost mohlo jednat.

1 kladná odpověď může být podnětem pro další lékařská vyšetření.

### Několik slov o alkoholu

Alkohol je slovo pocházející z arabského al-kahal znamenající jemnou substancí.

Je to látka s rozporuplnými účinky. Může vyvolat pocity uvolnění, odstranění úzkosti, napětí. Může však také vyvolat agresivitu podrážděnost, netrpělivost, zuřivost i konfrontační postoje.

Poruší spojení mezi tělem a myslí, čímž se člověk může cítit velmi silný sebejistý, ale ve skutečnosti není schopen akce. Při nadužívání poškozuje důležité vnitřní orgány (např. játra, srdce, mozek).