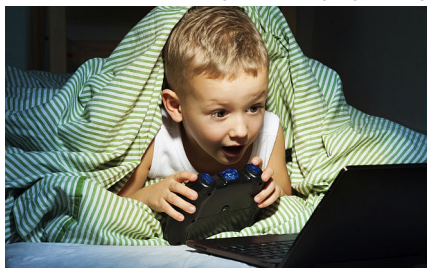

Nelátkové závislosti u dětí se stávají stále větším problémem

Nelátkové závislosti u dětí se stávají stále větším problémem, adiktologové hledají řešení

Situace v užívání návykových látek u dětí řadí Českou republiku k jednomu z nejhůře hodnocených států ve světě. Česko má nejvyšší spotřebu alkoholu na osobu, vysoký počet kuřáků tabáku a zhoršuje se i situace v oblasti tzv. nelátkových závislostí – roste počet dětských patologických hráčů, dětí závislých na užívání chytrých telefonů, sociálních sítích apod. Podle konzervativních odhadů je na komunikačních technologiích závislých nebo má jiné vážné související problémy 1–5 % dětí, odvážnější odhady využívající méně rigorózní kritéria uvádějí až 20 %.



Škodlivý vliv rizikového požívání alkoholu, kouření tabáku i užívání drog je známý. Zdraví dětí a jejich životní styl ale negativně ovlivňuje i závislost na komunikačních technologiích. Nese s sebou pokles fyzické aktivity, úbytek reálných vztahů tváří v tvář či problémy a konflikty v osobních vztazích. Děti zanedbávají své povinnosti, což může představovat problémy ve škole – pozdní příchody, nesoustředěnost, sníženou výkonnost, vyšší nehodovost i úrazovost. Mohou také trpět chronickými bolestmi zad, šíje a hlavy, únavou a napětím očí a v důsledku nedostatečného pohybu i obezitou.

„Podařilo se nám mimo jiné prokázat, že zájem o návykové látky a jejich spotřebu snižují intervence, které vycházejí z modelu sociálního vlivu a které kultivují sociální dovednosti dětí. Znamená to například, že je žádoucí, aby rodiče stanovili pro děti určitá pravidla a důsledně dbali na jejich dodržování. Je zapotřebí, aby mnohem aktivněji komunikovali se svými dětmi a zajímali se o jejich kamarády a volný čas. Ukazuje se, že extrémně liberální přístup v oblasti závislostí, ať už látkových či nelátkových, není tou nejlepší cestou, a u dítěte i dospívajícího nepůsobí preventivně tak silně jako jasná pravidla a struktura,“ říká přednosta [kliniky adiktologie 1. LF UK a VFN](#) prof. PhDr. Michal Miovský, Ph.D.

Dalším poznatkem, který adiktologové využívají v intervenčních programech, je, že děti se chtějí chovat „normálně“ jako jejich vrstevníci. Tlak vrstevníků a normy jsou jedny z vysoce rizikových faktorů, které se však naopak v prevenci s úspěchem dají využít jako faktory protektivní. „Je tedy zapotřebí, aby o normách chování dostávaly děti ty správné informace, tedy ne zkreslené, které se k nim mohou dostat zprostředkovaně přes média a sociální sítě,“ uvedl prof. Miovský. V intervenčních programech, jež na klinice zpracovali a zavádějí do praxe ve školách, hrají roli také vrstevníci žáků, kteří jim vysvětlují, co je „normální“ a co už je za hranicemi.

Přednosta kliniky upozornil, že 1. LF UK spolu s partnery letos představila výsledek unikátního 15 let trvajícího procesu spolupráce s mnoha tuzemskými i zahraničními institucemi. „Výsledkem je komplexní návrh preventivního systému v ČR, který zahrnuje rovněž oblast závislostí u dětí a mládeže. Vznikla kolekce čtyř monografií, které představují moderní pojetí prevence z pohledu teorie i praxe. Celá tato práce souvisí se snahou kliniky adiktologie etablovat v ČR zcela nový a postupně se rodící typ zdravotní služby v podobě dětské a dorostové adiktologie,“ doplnil prof. Miovský.

Kde hledat pomoc

V případě již existujících problémů, způsobených užíváním návykových látek nebo jinými, zdraví škodlivými návyky, se mohou děti, mladiství a jejich blízké osoby obracet na adiktologickou ambulanci, která je součástí kliniky adiktologie 1. LF UK a VFN. „Zde se jim věnují zkušení pracovníci – psychiatři, psychologové, adiktologové –, kteří jsou schopni komplexně posoudit konkrétní situace a navrhnout odpovídající postup pro jejich zvládnutí,“ uvedl primář kliniky adiktologie MUDr. Petr Popov, MHA.