

Číslo 14
Prevenčia



ALKOHOL



DROGY




GAMBLING

NEWSLETTER

OBSAH

Highlight mesiaca	1
Príbeh zo života	2 - 3
Alkoholizmus u seniorov	4 - 5

HIGHLIGHT MESIACA


Pandémia koronavírusu a s ňou spojené protiepidemické opatrenia zasiahli do životov každého z nás. Žijeme v dobe, v ktorej sa výkon práce, školské vyučovanie, sociálne kontakty a voľnočasové aktivity presunuli do online priestoru a domáceho prostredia. Súčasná realita je spojená s preukázateľným nárastom psychických problémov v dôsledku izolácie, stresu a zmeny životných návykov. Požívanie alkoholu sa presunulo do domácností a je často za hranicou bežnej konzumácie. Rastie množstvo rizikových faktorov, ktoré sa podieľajú na vzniku závislostí. V aktuálnom čísle Newslettera sa v tejto súvislosti venujeme téme alkoholizmu u seniorov. 

SPOKOJNOSŤ
CENTRUM SOCIÁLNYCH SLUŽIEB n.o.



SPOKOJNOSŤ- centrum sociálnych služieb, n. o.

Bakalárska 2,
971 01 Prievidza
budova Žilinskej univerzity,
3. poschodie, č. dverí 321.

Všetci ste vítaní a anonymita
zaručená! 

Prevenčné a poradenské
centrum pre všetkých
obyvateľov okresu Prievidze.

Poskytované služby
sú **bezplatné**.

Ak si nás nájdete, ďakujeme za
prejavenú dôveru.

 0905 329 661, 0902 197 957

www.ispokojnost.sk

 poradca@ispokojnost.sk

 [Oáza Nssdr](#)

Príbeh zo života

Tomáš pochádza z rodiny, ktorá trpela kvôli alkoholizmu jeho otca. Už počas detstva často spomínal, že musel aj spolu s matkou odísť z domu, pretože sa báli otca, keď bol pod vplyvom alkoholu. Od útleho veku bol tichým chlapcom, pričom aj počas dospievania nemal veľa kamarátov. Von nechodieval. Väčšinu času trávil sám doma. Počas strednej školy sa venoval stolnému tenisu, v ktorom bol dosť dobrý. Pil len príležitostne, nefajčil. Nič nenaznačovalo, že by sa mohol vydať na zlé chodníčky. Po škole sa stále venoval svojmu športu, pričom chodil aj na rôzne súťaže, v ktorých často



vyhrával. Neskôr sa dostal na šampionát v zahraničí. Postúpil až do finále, ktoré bohužiaľ prehral. Nevedel sa s tým stotožniť, pretože si veril. Veľa ľudí si z neho začalo ťahovať, že keď to dotiahol až tak ďaleko, už to mohol vyhrať. On tento tlak neunesol a na svoju záľubu stolný tenis zanevrel. Prišiel teda o

činnosť, ktorá mu vyplňala väčšinu voľného času. Začal si ju nahrádzať prechádzkami v lese na okraji mesta. Spoznal ľudí, ktorí mali rovnako radi prírodu a vyhýbali sa spoločnosti. Spoznal sa tam s kamarátom, ktorý pestoval marihuanu. Odvtedy sa vychádzky do lesa zmenili na výlety s jednoznačným úmyslom „zahúliť a vypiť“. Časom sa k marihuane začali pridávať i halucinogénne huby, či LSD. Onedlho sa z kludného kamoša, ktorý bol introvert stal úplne niekto iný. Časom začali problémy aj doma, pretože nikde nepracoval, neprispieval na domácnosť, čo prekážalo jeho mame. Tolerovala mu to dlhú dobu až do momentu, keď začal marihuanu pestovať aj on, keďže už nemal peniaze na jej kúpu. V tomto momente nastal v jeho živote zlom. Mama ho vyhodila z domu. Stal sa z neho bezdomovec. Najskôr bol hrdina, že to zvládne, že zatiaľ bude bývať u kamarátov. Netrvalo dlho a prišiel do bodu, keď už o neho nikto nejavil záujem. Až v tomto okamihu si uvedomil, že je na dne a že niečo musí zmeniť. Uvedomil si, že v tak mladom veku takto ešte skončiť nechce. Tomáš od tej doby nedroguje. Na začiatok ho znova prichýlila jeho mama, pričom časom si našiel zamestnanie a začína znovu plnohodnotne žiť.

Alkoholizmus u seniorov

Nadmerná konzumácia alkoholu je rozšíreným problémom v našej spoločnosti a nevyhýba sa ani seniorom. Obdobie koronakrízy a s tým spojený lockdown ku vzniku alkoholovej alebo inej závislosti len prispieva. U seniorov môže mať konzumácia alkoholu vážne dôsledky, pretože okrem toho, že nadmerne konzumujú alkohol majú väčšinou aj iné, či už vážne alebo menej vážne zdravotné problémy, ktoré sa konzumáciou alkoholu iba zhoršujú. Okrem toho, že sa seniorom zhoršuje v dôsledku konzumácie alkoholu zdravotný stav, má to vplyv aj na sociálnu oblasť seniorov. Na jednej strane sa zhoršujú vzťahy s rodinou a okolím a na druhej strane môže dôjsť k tomu, že nebudú mať dostatok financií a prídu o svoje bývanie a majetok. Nadmerná konzumácia alkoholu alebo iná forma závislosti je vážnym problémom a je potrebné jej venovať pozornosť aj u seniorov. Je potrebné venovať sa prevencii závislostí u seniorov a tiež zaujímať sa o ich duševné zdravie.



V spoločnosti sa málo hovorí o závislostiach seniorov, či už od alkoholu, liekov alebo iných látok. Rovnako tak sa málo venujeme duševnému zdraviu.

„Alkohol patrí k najstarším a najviac rozšíreným drogám a napriek širokej škále ponúkaných drog zostáva na Slovensku drogou číslo jedna.“ (Hroncová, 2004, s.55).

Nielen u mladých ľudí, ale aj u seniorov alkoholizmus zanecháva výraznú negatívnu stopu. Alkoholizmus môže viesť k predčasnej smrti seniorov. Dôvody konzumácie alkoholu sú u každého iné a môžeme ich rozdeliť do piatich skupín:

- ➔ **Psychoreaktívne dôvody** – človek sa ocitne v zlej situácii a riešenie vidí len v pití alkoholu. Dôvodom môže byť strata partnera a osamelosť.
- ➔ **Sociogénne dôvody** – jedinca k pitiu alkoholu dovedli spoločenské udalosti, na ktorých sa často zúčastňuje alebo to môže byť odchod do dôchodku.
- ➔ **Profesionálne dôvody** – toto nastáva, keď je človek v každodennom styku s alkoholom, najčastejšie práca s alkoholom.

Alkoholizmus u seniorov

➔ **Symptomatické dôvody** – alkoholizmus zapríčinený psychickou poruchou alebo chorobou, alkoholizmus ako úchylka.

➔ **Latrogénne dôvody** – vyskytujú sa len zriedka a to vtedy, keď lekár odporučil konzumovať alkohol len v malých množstvách, ale pacient to nedodržiava a vznikla závislosť. (Klub abstinentov, 2020).

Alkohol má u seniorov rôzne dôsledky. Okrem rýchlejšieho starnutia medzi prvé dôsledky alkoholizmu patria poruchy CNS, kde je ako prvá postihnutá psychika človeka. Prejavuje sa to tým, že sa mení správanie, objavujú sa výpadky pamäte, človek je citlivejší a labilnejší. V živote seniorov alkoholizmus spôsobuje rôzne problémy a to nielen zdravotné, ale aj problémy vo vzťahoch, v rodine či s okolím. (Ochaba, Bartošovič, 2010)

Priemerný Slovák vypije až 12 litrov alkoholu ročne. Podľa štatistík Európskeho štatistického úradu Eurostat míňame 2,5 % z celkových mesačných výdavkov domácnosti na alkohol.

„Z aktuálneho výskumu King’s College vyplýva, že 20 percent ľudí v karanténe pociťuje strach z choroby, 18 percent nervozitu a 18 percent smútok. Ľudia, ktorí boli v izolácii dlhší čas, vykazovali aj symptómy posttraumatického stresu. To môže spôsobiť vyššiu konzumáciu alkoholu počas karantény. Ohrozené sú najmä krajiny, ktoré majú spotrebu alkoholu najvyššiu, kam patrí aj Slovensko.“ povedala Buchláková (2020).

ZDROJ:

BUCHLÁKOVÁ, L. 2020. [online].[cit. 2021-02-18]. Dostupné na internete: < Na Slovensku rastie spotreba alkoholu, stúpa aj počas karantény. Priemerný Slovák vypije ročne takmer 12 litrov – Slovenská sporiteľňa (slsp.sk)>.

HRONCOVÁ, J. 2004. *Sociálna patológia a jej prevencia*. Banská Bystrica: Univerzita Mateja Bela, Pedagogická fakulta. ISBN 80-8055-995-3.

OCHABA, R. - BARTOŠOVIČ, I. 2010. *Alkoholizmus a drogové závislosti*. [online].[cit. 2021-02-18]. Dostupné na internete:< <https://www.adzpo.sk/images/articles/adzpo-2010-45-1-052-059.pdf>>.

Tento projekt sa realizuje vďaka podpore z Európskeho sociálneho fondu a Európskeho fondu regionálneho rozvoja v rámci Operačného programu Ľudské zdroje

www.ia.gov.skwww.esf.gov.skwww.minedu.gov.sk

Strana | 4