

Číslo 17
Prevenčia



ALKOHOL



DROGY



GAMBLING

NEWSLETTER

OBSAH

Highlight mesiaca	1
Príbeh zo života	2 - 3
Vplyv alkoholu na zdravie obyvateľov	4 - 5

HIGHLIGHT MESIACA

Pandemické obdobie nám kladie nové otázky aj v oblasti závislostí. Zvýšená pozornosť sa venuje pitiu alkoholu v súvislosti so saturáciou potrieb, zvládaním stresových situácií, ktoré môže viesť k nadmernému požívaniu alkoholu až vzniku závislosti. Zraniteľnou skupinou sú mladí ľudia ale aj seniori, pričom v tejto rizikovej skupine je problémom najmä alkohol v kombinácii s liekmi. Alkohol má tiež zásadný negatívny vplyv na zdravotný stav ľudí, vrátane duševného zdravia. Následky dlhoročného pitia alkoholu tiež nadmerne zaťažujú rozpočet. Dôležitá je prevencia, ktorá je v porovnaní s liečbou niekoľkonásobne lacnejšia. →

SPOKOJNOSŤ
CENTRUM SOCIÁLNYCH SLUŽIEB n.o.



CENTRUM PORADENSKO - SOCIÁLNYCH SLUŽIEB
A PREVENČIE

**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

Pán Marián bol niekoľko rokov závislý na alkohole. Začalo sa to v jeho mladosti, kedy s kamarátmi konzumoval alkohol viac, ako by bolo únosné. Najprv sa z toho stali iba bežné posedenia pri pivku. Keďže je z dediny a ako to už na dedinách chodí, s partiou sa zvykli stretávať v miestnej krčme. Tu hrali rôzne kartové a iné spoločenské hry, pri ktorých si dali zopár pív a išli domov. Postupom času sa z toho stala rutina. Najprv sa ich stretnutia realizovali v piatky a soboty, keďže víkend bol čas, kedy sa nepracovalo a odpočívalo sa. Postupne sa začal dostávať do fáz, kedy mu už víkendy na požívanie alkoholu nestačili, stali sa z toho už aj utorky a štvrtky. Čaro popíjania alkoholu videl práve v stretnutí sa s partiou v krčme, holdovaním piva a rôzneho tvrdšieho alkoholu. Jeho životný štýl si začali postupne všímať aj ostatní kamaráti, ktorí síce boli v jeho partii, ale vedeli si svoj čas strávený nad pivom ustriechnuť. Začala si to všímať aj rodina. Boli časy, kedy sa nevrátil domov aj tri dni, dokonca ho hľadala aj polícia, no nakoniec sa našiel.

Po opakovaných absenciách v práci a nereagovaní na telefonáty a vyzvania od zamestnávateľa, dostal výpoveď. Najprv sa mu život nezamestnaného páčil. Hovoril, že si je sám sebe pánom a môže si robiť čo chce, no jeho ničnerobenie sa prejavovalo v poľakovaní a dlhom vyspávaní.

Po čase sa z konzumácie alkoholu stalo hranie automatov. Akoby nestačilo, že ho pre užívanie alkoholu vyhodili z práce, začal hrať automaty, ktoré boli v miestnej krčme. Bohužiaľ mu financie začali dochádzať. Z počiatku nemal finančné problémy, všetko v domácnosti platil na čas, ale postupne ako išli mesiace, začal čerpať z úspor, ktoré mu dochádzali. Jeho rodina a okolie, ktoré ho v tú dobu pozorovalo na neho naliehali, aby si našiel prácu, pretože takýmto štýlom sa žiť nedá. Najprv sa snažil. Hľadal si inzeráty v novinách, na internete sa zaujímal o rôzne pracovné ponuky.

Pán Marián bol šofér z povolania a dlhé roky pracoval ako kamionista. O prácu nemal nikdy núdzu, pretože vodičov z povolania bolo nedostatok. Jedno miesto a to konkrétne pozícia kuriéra sa mu videla veľmi sľubná. Po následnom pohovore ho vzali. V prvý deň práce však neprišiel, pretože deň predtým popíjal.

To, že holduje alkoholu začínalo byť na ňom vidno. Začal rapídne chudnúť, oči mal zažltnuté a v tvári ho chytala výrazná červeň. Prestal dodržiavať základné hygienické návyky, oblečenie si neprial, chodil v špinavých a roztrhaných veciach. Jeho láska k alkoholu sa odrazila aj v jeho osobnom živote.

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 | 2

Príbeh zo života

Peniaze sa mu začali míňať a nastala situácia, kedy nevedel ako a kde si zoženie peniaze na jedlo a alkohol. V dôsledku neplatenia účtov a nesplácania hypotéky, ktorú mal na byt, ho najprv odpojili od vody a elektriny a neskôr došlo k najhoršiemu. Exekútor mu zobral byt. Ostal doslova na ulici. Našťastie ho prichýlili rodičia. Ani tam veľmi nechcel ísť bývať, no nič iné mu neostávalo.

U rodičov v dome sa situácia ešte zhoršila. Jeho otec bol tiež naklonený alkoholu a tak mama ostala v dome s dvomi alkoholikmi. Mariánovi tu bolo dobre. Mal čo jesť, piť, vždy mal navarené, opraté a vyžehlené. Mama sa o neho príkladne starala.

Po čase hýrenia a vedenia tohto spôsobu života nastali zdravotné ťažkosti. Z počiatku len mierne problémy s tlakom. Následne sa to začalo zhoršovať a on sa rozhodol, že nastúpi na protialkoholické liečenie. Išiel samozrejme dobrovoľne, po vlastnom zvážení a na odporúčanie od lekára. Začal mať zo seba a zo života znovu radosť, pretože nádej videl práve v liečbe. Po nástupe to po dvoch týždňoch vzdal. Takto absolvoval tri liečenia, ktoré sa mu nepodarilo ukončiť a vždy predčasne odišiel.

Zdravotné problémy sa začali stále viac a viac zhoršovať. Najprv sa u neho začala prejavovať alkoholická žltáčka, ktorá neskôr prerástla v cirhózu. Pečeň mal tak poškodenú, že mal na výber len dve možnosti: buď prestane piť a podstúpi transplantáciu alebo bude piť ďalej a zomrie. Nakoniec si vybral prvú možnosť a zapísal sa na čakaciu listinu. Jeho stav bol taký vážny, že transplantáciu musel podstúpiť čo najskôr, inak sa mohlo stať, že zo dňa na deň zomrie. Transplantáciu úspešne podstúpil. Pečeň sa ujala a on tvrdí, že sa druhýkrát narodil.

Pán Marián je opäť šťastný a znovu sa môže naplno venovať činnostiam, ktoré vykonával predtým. Každoročne chodí na kontroly, kde ho dôkladne sledujú a zatiaľ sa zdá byť všetko v poriadku. S pitím definitívne skončil a nehodlá sa k nemu vrátiť.

Vplyv alkoholu na zdravie obyvateľov

Národné centrum zdravotníckych informácií (NCZI) vo svojej najnovšej štatistike prináša zaujímavé informácie o vplyve alkoholu na zdravie obyvateľov SR. Monitoruje osoby s poruchami psychiky zapríčinené užívaním alkoholu, hospitalizácie pacientov kvôli nadmernému užívaniu alkoholu, samovraždy pod vplyvom alkoholu a tiež matky, ktoré si ani počas tehotenstva neodopreli alkohol. NCZI svojou činnosťou prispieva k plneniu úloh stanovených v Národnom akčnom pláne pre problémy s alkoholom na roky 2013 – 2020.

Uvedené informácie a štatistiky sú uvádzané za rok 2019. Odborníci vplyvom súčasnej situácie očakávajú možný nárast riešenia problémov cez alkohol či užívanie drog ako následok dlhodobého lockdownu a chýbajúcich sociálnych kontaktov.

Pre poruchu psychiky a správania zapríčinené užívaním alkoholu (skupina diagnóz F10.0 – F10.9) bolo v minulom roku v psychiatrických ambulanciách vyšetrených 30 203 osôb (23 115 mužov a 7 088 žien), pričom až u 75,7 % z nich bol diagnostikovaný syndróm závislosti od alkoholu.

Prvýkrát v živote boli poruchy psychiky a správania zapríčinené užívaním alkoholu zistené u 7 239 osôb, z toho u viac ako polovice (58,7 %) išlo o syndróm závislosti. Medzi novodiagnostikovanými boli najviac zastúpené vekové skupiny 45 – 54-ročných a 55 – 64-ročných.

V zdravotníckych zariadeniach ústavnej zdravotnej starostlivosti bolo roku v 2019 ukončených 14 868 hospitalizácií na ochorenia, pri ktorých bol hlavnou príčinou ich vzniku alkohol. Najviac hospitalizácií si vyžiadali poruchy psychiky a správania zapríčinené užívaním alkoholu (skupina diagnóz F10.0 – F10.9), v rámci ktorých prevažovali hospitalizácie pre diagnózy F10.2 - syndróm závislosti (6 311 osôb), F10.3 - abstinenčný syndróm (2 665 osôb) a F10.0 - akútna intoxikácia (1 022 osôb).

Na diagnózu alkoholová cirhóza pečene sa liečilo 2 401 osôb a na toxický účinok etanolu bolo hospitalizovaných 331 pacientov.

Pri poruchách psychiky a správania zapríčinených užívaním alkoholu dominovali hospitalizácie mužov (74,7 %) nad hospitalizáciami žien (25,3 %). Najviac sa týkali osôb vo veku 45 – 54 rokov, 35 – 44 rokov a 55 – 64 rokov. S alkoholovou cirhózou pečene boli najčastejšie hospitalizovaní 55 – 64-roční pacienti.

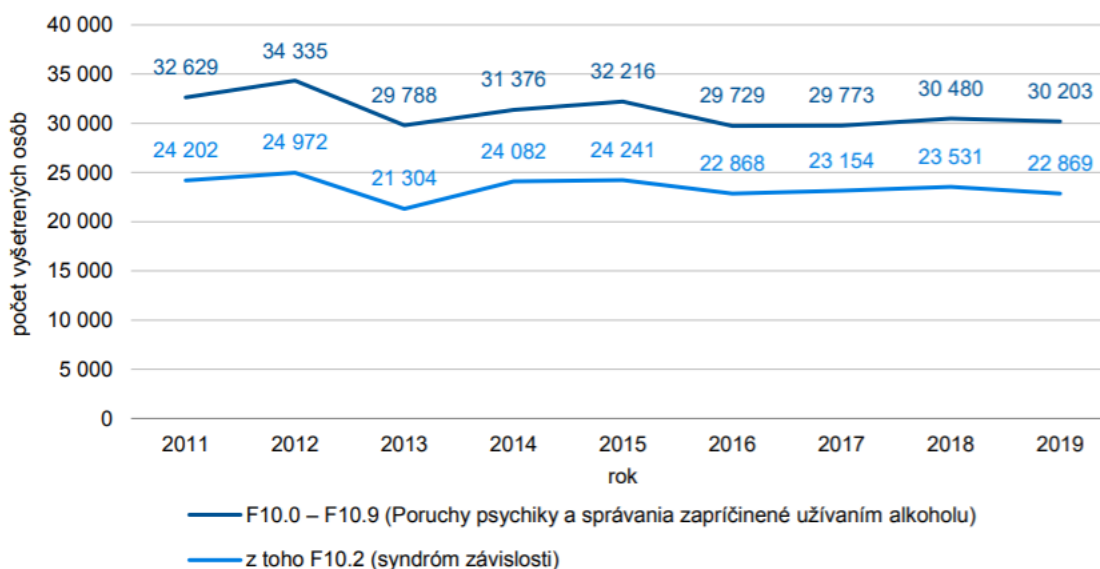
Vplyv alkoholu na zdravie obyvateľov

Alkohol zvyšuje riziko samovražedného konania. V minulom roku na Slovensku spáchalo samovraždu 498 osôb, z toho takmer 40 % samovrážd bolo vykonaných za prítomnosti alkoholu alebo návykovej (psychotropnej) látky. Samovraždy mužov (39,7 %) za prítomnosti alkoholu boli o niečo častejšie ako u žien (31,7 %).

Zo 743 samovražedných pokusov bolo až 44,3 % vykonaných za prítomnosti alkoholu alebo návykovej (psychotropnej) látky.

Konzumácii alkoholu sa nevyhýbajú dokonca ani tehotné ženy. Z celkového počtu pôrodov 57 059 v roku 2018 bolo 200 prípadov rodičiek, ktoré užívali alkohol počas tehotenstva. Najviac takýchto pôrodov bolo v mladších vekových skupinách 15 – 17 rokov, 18 – 19 rokov a 20 – 24 rokov.

G 1 Celkový počet vyšetrených osôb s dg. F10.0 – F10.9 Poruchy psychiky a správania zapríčinené užívaním alkoholu



Publikačné tabuľkové výstupy a datasety prinášajú prierez ukazovateľov zdravotného stavu zameraných na monitorovanie výskytu poškodenia zdravia spôsobeného konzumáciou alkoholu. Ukazovatele sú sledované v rámci vykonávaných štatistických zisťovaní v ambulantnej aj ústavnej zdravotnej starostlivosti.

ZDROJ: NÁRODNÉ CENTRUM ZDRAVOTNÍCKYCH INFORMÁCIÍ. 2020. *Poškodenie zdravia konzumáciou alkoholu v Slovenskej republike 2019*. [online]. [citované 2021-05-20]. Dostupné na internete: <http://www.nczisk.sk/Aktuality/Pages/Poskodenie-zdravia-konzumaciou-alkoholu-v-Slovenskej-republike-2019.aspx>.

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