

# Autodestruktivní závislosti – alkohol

## 1. část – teoretická

**Alkoholické nápoje** (zkráceně nazývané *alkohol*) se vyznačují různě vysokým obsahem etanolu. Jejich požití způsobuje v menších dávkách (v závislosti na metabolismu jedince) uvolnění a euforické stavy, ve větších dávkách útlum, nevolnost až otravu.

Jejich soustavným požíváním v nadměrné míře se může vyvinout (jak duševní, tak i tělesné) onemocnění – alkoholismus.

Za alkoholický je považován nápoj obsahující přes 0,75 % objemových procent alkoholu.



Alkohol se zařazuje mezi sedativa. Alkohol má tlumivé účinky na centrální nervovou soustavu, proto lidé tuto návykovou látku s oblibou užívají, aby zmírnili své stavy úzkosti, stresu apod. Tlumivý účinek alkoholu má však i své negativní vedlejší účinky – odbourání zábran, snížení kontroly nad svým chováním. Tlumivý efekt postihuje zejména mozeček, takže se snižuje taky schopnost pohybové a svalové koordinace (hrozí úrazy, pády, poranění).

Vzájemné užití alkoholu společně s některými léky může způsobit závažné vedlejší účinky a komplikace. Z fyzických komplikací kombinace léků a alkoholu způsobuje poškození jater, krvácení do žaludku, krevní sraženiny, má tlumivý efekt na srdce a oběhový systém, hrozí potíže s funkcí srdce a dýcháním, zástava, křeče až smrt.

Alkohol může mít na různé lidi různé účinky. Existují krátkodobé účinky (změny nálady, poruchy koordinace, pohybů, paměti apod.), ale i projevy, které

se objevují až po delší době. To, jaký vliv má užití alkoholu na daného člověka, závisí také např. na množství požitého alkoholu, hmotnosti jedince, na tom, co jedl (protože potrava v žaludku zpomaluje přechod alkoholu do krevního řečiště a tedy se i pomaleji dostává do celého organismu). Taky je zde vliv toho, jak rychle osoba alkohol vypila, protože lidské tělo dokáže odbourávat alkohol z krve jen velice pomalu. Na ženy a mladistvé působí alkohol silněji, protože se víc váže na vodu a té mají ženy v porovnání s muži v těle méně. Tím, že mají v organismu méně vody a mají obvykle nižší tělesnou hmotnost než muži, tak u žen a mladistvých dochází rychleji ke stavům opilsti a negativním vlivům pití na organismus.

Dlouhodobé a pravidelné požívání alkoholu může vést k závažným zdravotním potížím. Krátkodobé projevy předávkování alkoholem (jako např. nucení na zvracení, zvracení, ztráta svalové koordinace a rovnováhy, problémy s řečí a chůzí, zmatenost, zhoršení až poškození zraku, ztráta vědomí aj.) se můžou překlenout do chronických potíží a nemocí, jako je např. cirhóza a rakovina jater či jiné nádorové onemocnění. Zde je riziko v tom, že příznaky těchto onemocnění se můžou objevit až v době, kdy je už daný orgán nevratně poškozen.



U dětí a mladistvých může i stejná dávka alkoholu, jakou by vypil dospělý, způsobit vážné a nezvratné poškození tělesných orgánů. Je to zapříčiněno tím, že organismus dítěte a nezletilého jedince se ještě pořád vyvíjí a tělo se neumí s alkoholem natolik vypořádat, nedokáže jej metabolizovat a odbourat natolik a tak rychle a v takové míře, jako u dospělého.

Alkohol ovlivňuje centrální nervovou soustavu a duševní rozpoložení jedince. Dochází ke zhoršení a ztrátě pozornosti, reakčního času a zejména ke kvalitativním poruchám emocí. Lidé pod vlivem alkoholu hůř ovlivňují svoje chování a jednání, můžou ohrožovat druhé. Podle statistik má alkohol nejen

neblahé důsledky na procento dopravních nehod a úmrtí při dopravních nehodách, ale alkohol taky sehrává roli při násilné trestné činnosti (vražda, znásilnění). Alkohol může v těchto případech zvyšovat emocionální rozpoložení (hněv, podráždění, strach) a vyústit do stavů afektu (kdy jedinec ztrácí kontrolu nad svým jednáním, neví, co v danou chvíli koná).

Pro své silné účinky je alkohol nebezpečný zejména v profesích, které vyžadují nepřetržitou pozornost nebo svalovou koordinaci. Alkohol je z tohoto důvodu nebezpečný při řízení motorového vozidla, ale také např. při pracích ve výškách (na stavbách, lešeních; ale třeba i při domácím mytí oken).

## **2. část – zápis**

### **Alkohol**

- závislost
- zpomalené reakce, špatná pozornost
- agresivní chování, snaha prosazovat se
- poruchy vidění, rovnováhy
- žaludeční potíže
- útlum, spavost, ztráta vědomí
- poškození jater, srdce, vysoký krevní tlak
- rozpad rodiny
- zkrácení délky života

### **Projevy závislosti**

- nedaří se přestat brát látku
- látka je užívána několikrát denně
- látka je užívána, i když jsou známá zdravotní rizika
- dávky se zvyšují
- při odebrání látky – abstinenční příznaky
- při problémech opět návrat k látce