



Centrum prevence v Brně

UŽÍVÁNÍ NÁVYKOVÉ LÁTKY

Osnova:

- Co jsou návykové látky (NL)?
- Jaké je základní dělení NL?
- Alkohol
- Tabák, kouření
- Marihuana
- Pervitin
- ŠKOLA: Jak předcházet užívání NL?
- ŠKOLA: Jak řešit různé situace spojené s NL ve škole?
- Odkazy na další informace a pomoc





Co jsou návykové látky? (NL)

Návykové látky jsou omamné a psychotropní látky, které ovlivňují psychiku, chování, ovládání nebo rozpoznávání člověka.

V oblasti užívání návykových látek (NL) rozlišujeme pojmy:

1. **Experiment:** jednorázové užití nebo několik nepravidelných užití NL. Nebezpečí; předávkování, zdravotní potíže, úrazy, rozvoj psychických problémů. Nemusí mít nutně negativní dopad na zdraví, může však vest k potížím v jiných oblastech, trestu nebo jiné formě postihu.
2. **Nadužívání (rizikové užívání):** užívání NL, které již představuje riziko pro zdraví, např. pití nadměrných dávek alkoholu, užívání konopných drog v situacích, kdy je nutné soustředění a je zde riziko úrazu.
3. **Zneužívání (problémové užívání):** opakované užívání NL i přes zjevné negativní následky.
4. **Závislost:** je nutkavé (kompulzivní) užívání NL bez ohledu na důsledky. Vzniká po delší době kontinuálního užívání (v řádu měsíců až let).



Základní dělení návykových látek

1. Tlumivé:

- Po užití vyvolávají útlum nervového systému, pocit euforie, mizí nepříjemné emoce jako strach, napětí.
- Alkohol, opioidy (heroin, metadon, kodein, subutex), léky (diazepam rohypnol, xanax), barbituráty.

2. Stimulační:

- Zvyšují aktivitu duševní i tělesnou, pocity síly a energie.
- Př. pervitin a kokain.

3. Halucinogeny:

- Mění vnímání reality, zostřené vnímání (barvy obzvláště krásné, hudba rozeznívá celé tělo, neživé předměty ožívají a promlouvají). Účinky se různí v závislosti na okolnostech užití.
- Př. Konopné látky (hašiš a marihuana), LSD, lysohlávky a ibogain.

ALKOHOL

V Evropské unii NL číslo jedna, vypijeme víc, než je dvojnásobek celosvětového průměru.

V ČR dlouhodobě nejužívanější legální NL. Podle zákona možné **podávat a prodávat od 18 let věku.**



RIZIKA:

- **Vážnější rizika a ohrožení vývoje u dětí:** negativní vliv na játra, mozek, myšlení, chování, paměť, prostorové vnímání, zpracování informací, školní úspěšnost, sociální schopnosti...
- **Akutní:** zhoršení pozornosti, poznávacích schopností, paměti, koordinace, snížení zábrán (úrazy, rizikové sexuální chování), sebevražedné chování, sebepoškozování, předávkování s následkem smrti.
- **Dlouhodobé:** poškozují činnost jater, nervové soustavy, vývoj plodu, nádorová onemocnění, duševní poruchy (deprese).

TABÁK, KOUŘENÍ

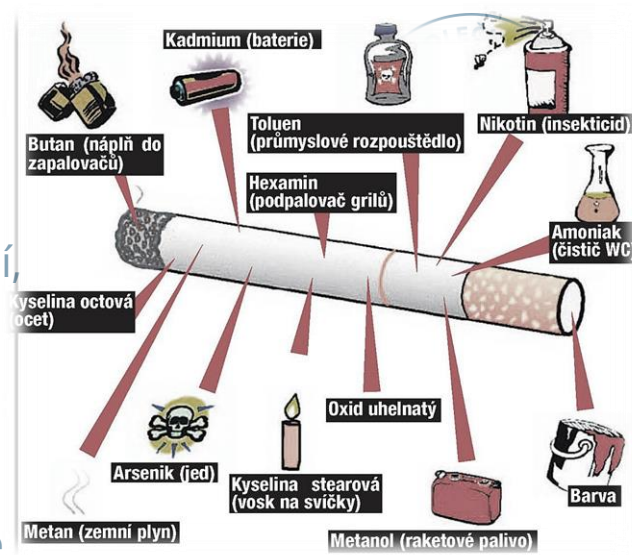
Cigarety, doutníky, dýmky, vodní dýmky, tabák šňupací, žvýkácí, porcovaný (snus = pytlíčky vkládané mezi ret a dásně), elektronické cigarety, zahříváný tabák.

Účinná látka **nikotin**: zvyšuje produkci slin, trávicích šťáv, potu, zvyšuje krevní tlak, zrychluje činnost srdce.

Když **poklesne hladina nikotinu** → **abstinenční příznaky**: třes, pocení, nevolnost, nervozita, podrážděnost a především neovladatelná chuť na cigaretu.

RIZIKA: závislost, onemocnění dýchacích cest, srdce, mozková mrtvice, paradontóza, impotence, trombóza, embolie

Do 18 let ZÁKAZ prodeje tabákových výrobků včetně výrobků napodobujících (potravinářských, hraček) a pomůcek (cigaretový papír, dutinka, pomůcky pro čištění)



MARIHUANA

- Účinné látky: **THC, CBD, CBN**
- THC je rozpustné v tucích a alkoholu.
- **Způsoby užívání:** kouření (Joint, skleněnka, šlukovka, vodní dýmky, vaporizér), vaření z konopí (máslo, koláče)
- **Rizika:** plicní onemocnění, apatie a letargie, paranoidní stavy, neplodnost, narušení menstruačního cyklu, zhoršení krátkodobé paměti, sklon k schizofrenii, maniodepresivním stavům, závislost.
- Zákon: pěstování **jakéhokoli množství je nelegální**, množství určuje pouze závažnost, tedy zda jde o **trestný čin nebo přestupek**.
 - pěstování pro někoho jiného = vždy trestný čin bez ohledu na množství
 - sušení rostlin = výroba omamných látek = vždy trestný čin bez ohledu na počet rostlin
 - trestné činy: výroba (tedy i pěstování), jejich dovoz, vývoz, překupnictví, prodej a držení za účelem distribuce, šíření toxikomanie (svádění, podněcování, propagace)





PERVITIN (metamfetamin)

- Bílý krystalický prášek vyráběný z volně prodejných léků s efedrinem nebo pseudoefedrinem (Modafen, Paralen plus, Nurofen stop grip) → novela zákona - volně prodejné pouze léky do 30mg efedrinu na jednotlivce
- **Způsoby užití:** šňupání, polykání, kouření, nitrožilně
- **Účinky:** zrychlené myšlení, neklid, rozšíření zornic, halucinace, podrážděnost, vzrušení, třes, podezíravost, pocity pronásledování, úzkosti, po doznění účinku drogy útlum, spavost a deprese.
- **Následky, rizika užívání:** vysoký krevní tlak, zvýšení tepové frekvence, spalování energie, úbytek hmotnosti, minerálů, nechutenství, poruchy spánku, stres, toxické psychózy, agresivita, tiky, panika, halucinace, otrava, sociální propad, závislost.





ŠKOLA: Jak předcházet?

- **ZÁKAZ** užívání tabákových výrobků **ve škole a šk. zařízeních. Vymezit zákaz ve školním řádu.** Vchod do budovy školy a školského zařízení musí být označena grafickými značkami s nápisem „kouření zakázáno“ včetně textu o zákazu používání elektronických cigaret/zahřívání tabáku.
- **Zakotvení návykových látek do BOZP školy.**
- Poskytovat **rodičům** nezbytné informace.
- Poskytovat **žákům a rodičům s problémy** informace o **pomáhajících organizacích.**
- Poskytovat žákům **věcné a pravdivé** informace (př. preventivní programy na užívání návykových látek)
- Při řešení problému **spolupracovat** se odbornými institucemi.
- Ohlašovací povinnost.





ŠKOLA: Jak řešit?

ŽÁK PŘINESL DO ŠKOLY LEGÁLNÍ NL

Porušení školního řádu (zákon č. 561/2004 Sb., §31)

1. Odebrat látku žákovi
2. Předat policii
3. Nelikvidovat, neochutnávat, nepředávat zákonnému zástupci
4. Pokud žák řekne, kde NL koupil, informovat o tom policii
5. Spolupracovat s metodikem prevence (výchovným poradcem)



ŠKOLA: Jak řešit?

ŽÁK JE PŘISTIŽEN PŘI KONZUMACI NL

Porušení školního řádu (zákon č. 561/2004 Sb., §31)

1. Zabránit v další konzumaci
2. Látku uchovat do obálky před svědkem - podepsat všemi přes přelep
3. Sepsat protokol (je-li žák při smyslech) - předat metodikovi prevence
4. Volat PČR, záchranku
5. Volat zákonné zástupce (metodik prevence intervenuje)
6. Oznamovací povinnost OSPODu



ŠKOLA: Jak řešit?

NA PŮDĚ ŠKOLY BYLY NALEZENY NL NEBO VYBAVENÍ K JEJÍMU UŽÍVÁNÍ

Porušení školního řádu (zákon č. 561/2004 Sb., §31)

1. Zajistit bezpečné uložení látky (obálka)
2. Provést záznam případu
3. Informovat členy učitelského sboru
4. Kontaktovat Policii ČR a předat NL
5. Informovat žáky



ŠKOLA: Jak řešit?

ŽÁK SE SVĚŘÍ S TÍM, ŽE UŽÍVÁ NL

Porušení školního řádu (zákon č. 561/2004 Sb., §31)

1. Nabídnout radu a podporu
2. Vzhledem k věku mohou probíhat úvahy o mlčenlivosti
3. Obrátit se na navázané služby
4. Vhodnou formou informovat rodiče
5. Poskytnout poradenství



ŠKOLA: Jak řešit?

RODIČE ŽÁKA VYKAZUJÍ PROBLÉMY S NL

Porušení školního řádu (zákon č. 561/2004 Sb., §31)

1. Rodičům doporučit poradenské služby
2. Nabídnout žákovi příslušné informace a podporu
3. Dle závažnosti informovat OSPOD



Síť spolupráce a pomoci

- Školní poradenské pracoviště (školní psycholog, školní metodik prevence, výchovný poradce, speciální pedagog)
- PPP (pedagogicko-psychologické poradny)
- SVP (střediska výchovné péče)
- OSPOD (orgán sociálně právní ochrany dětí)
- Státní zastupitelství
- Policie ČR
- Sociální služby poskytující poradenství





Kde se dočíst další informace?

- MŠMT Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže (Příloha č. 4 Alkohol).
- MŠMT Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže (Příloha č. 13 Tabák).
- MŠMT Metodické doporučení k primární prevenci rizikového chování u dětí a mládeže
- Školní řád
- Školský zákon



Centrum prevence v Brně

Adresa: Hapalova 22, Brno 621 00

E-mail: prevence@podaneruce.cz

Mobil: 773 789 708



centrum_prevence_v_brne



Centrum prevence v Brně