



**NELÁTKOVÉ ZÁVISLOSTI A „NEW
ADDICTION“ NAPŘÍČ VĚKOVÝMI A
SOCIÁLNÍMI SKUPINAMI**

Brno 2023



- nové nebo novodobé závislosti jsou často spojeny s informačními a komunikačními technologiemi, do virtuality posunutých či přenesených běžných činností
- tzv. new addictions jsou podle Baczeka „závislostmi všeho druhu, při kterých chemické látky nehrají významnou úlohu“
- závislostní chování látkové a nelátkové povahy patří mezi nejzávažnější sociálně patologické jevy (RCH) a je velmi důležité, aby je pedagog, rodič, trenér rozpoznal a reagoval jak v primární prevenci, tak i při řešení daného problému



- Nové typy závislostí jsou také označovány jako:
- behaviorální závislosti
- nedrogové závislosti bez substancí
- závislost na procesech

(Vacek 2011)



ZÁLIBA-KONÍČEK, ZÁVISLOST, PATOLOGICKÁ ZÁVISLOST

○ **Záliba-koníček, hobby**

Oblíbený druh činnosti, kterou se lidé zabývají se zájmu a ve svém volném čase, na kterém nebyvají existenčně závislí

Závislost

je stav, kdy je jedinec podmíněn nějakou okolností, kterou potřebuje ke své existenci. Je to začarovaný kruh, ve kterém se člověk točí. Dává si opakovaně předsevzetí, že už se to nesmí stát, že to nepřipustí. Nezvládá však situaci sám, nechce si nechat pomoci s odůvodněním, že



- Nemám pevnou vůli, ale až budu chtít, tak přestanu.....
- Je to jako nemoc, když si vezmu nějaké léky, tak se vyléčím.....
- Dostupné informace si najdu na internetu, u kamarádů



PŘÍZNAKY PATOLOGICKÉ ZÁVISLOSTI

- Silná touha po předmětu závislosti
- Potíže se sebeovládáním k předmětu závislosti (tělesné, duševní, společenské, finanční)
- Zanedbávání jiných potřeb
- Zvyšování tolerance k závislosti

- Závislost na intenzitě
- Závislost na dokonalosti
- Závislost na potřebě vědět
- Závislost na zjišťování, co nefunguje, než na to, co funguje
- (Angles Arrien 2000)



Charakteristika některých vybraných „new addictions“

- 1) Závislostní chování související s „kultem těla“
 - anorexie
 - bulimie
 - záchvatové kompulzivní přejídání
 - dietování
 - ortorexie
 - bigorexie
 - drunkorexie
 - tanorexie
 - semirexie



2) závislostní chování související s konzumní a na výkon orientovanou společností

- workoholismus
- shoppingholismus (oniománie)
- značkoholismus (závislost na oděvních či jiných značkách)



- 3) Závislostní chování související s moderními informačními a komunikačními technologiemi
 - nomofóbie (mobiling)
 - netolismus (internet, chat, PC, počítačové hry)
 - on-line casina
 - on-line poker
 - on-line pornografie
 - cybersex



BIGOREXIE (ADONISŮV KOMPLEX, DYSMORFOBICKÁ PORUCHA, PORUCHA BODY IMAGE)

- Bigorexie je méně známou poruchou příjmu potravy. Ačkoliv se u této poruchy snaží postižení jedinci nabrat svalovou hmotu, řadí se do stejné skupiny jako anorexie a bulimie.
- Adonisův komplex – nadměrné zaujetí pro optimální tělesný vzhled, fyzickou zdatnost a výkonnost.
- Jedná se poruchu vnímání vlastního těla, přičemž jedinec často nereálně usiluje o dosažení maximálních hodnot ve své fyzické zdatnosti.



PRŮBĚH BIGOREXIE



BOGOREKTIK PODŘÍDÍ SPORTU VŠE



ORTOREXIE NERVOSA

- Chorobná - patologická posedlost zdravou výživou a zdravým stravováním (z řeckého orthos- správný a orexis – chuť)
- kontrola potravin
- obsah živin
- konzumace pouze biopotravin , biofarmy
- rostou obavy z nezdravého jídla „bio-fanatismus“
- extrémní odmítání všech ostatních potravin
- (vše ostatní jsou jedy, kterými by se zhoršil zdravotní stav)
- seznam zdravých potravin se neustále zužuje



ZDRAVÉ JÍDLO JAKO POSEDLOST

- PhDr. Rodná
- Zdraví a štíhlá postava se staly synonymy úspěchů. Čím dál více lidí je povyšuje na alfu a omegu svých životů. Nejedí, aby žili, ale žijí, aby jedli. A to nejen tak ledajak, ale dokonce zdravě. Odměnou za dodržování tvrdých pravidel je nadpozemsky opojný pocit z vlastního zdraví – také nazývána ortorexie.
- Zdravý životní styl se stává celosvětovým fenoménem, lidé jsou přehlčeni informacemi, které však neumí třídit



DRUNKOREXIE – AŇVAHOLISMUS (ALKOREXIE)

- (drunkenness-opilství + anorexie)
- opakované redukování příjmu potravin s cílem snížit příjem kalorií
- upřednostňování pití nápojů – voda, minerálka, neslazený čaj místo jídla
- **možnost pít větší množství alkoholických nápojů – zejména tvrdý alkohol (více kalorií)**
- hlavní roli hraje nespokojenost se svým tělem a úzkost s přibírání na váze
- drunkorexie zahrnuje cílené zvyšování výdeje energie na párty a diskotékách kombinováním tvrdého alkoholu s energetickými nápoji



TANOREXIE

- chorobná závislost na opalování (slunce i solária)
- frustrace z vlastní barvy kůže (Michael Jackson)
- kult těla – často spojována s anorexií
- atraktivita
- společenská nutnost (modeling)
- některé sportovní disciplíny – snědá kůže je součástí image
- zvýšení rizik rakoviny kůže - melanomů
- stárnutí kůže – vrásky
- finanční náročnost



SEMIREXIE

- velmi rozvážený, soustředěný způsob konzumace potravin
- nejedná se o vychutnání jídla, ale o souběžné počítání kalorií
- semirexie není tak nebezpečná jako anorexie
- snižuje kvalitu života
- nenápadná epidemie
- anorexie – duševní nemoc
- semi....(lat.) ..poloviční
- neúnavný hon za menší konfekční velikost
- touha získat kontrolu nad svým životem
- úbytek energie, únava, změna nálad, deprese



TETOVÁNÍ + SKARIFIKACE (JIZVOVÉ TETOVÁNÍ)

- Módní doplněk
- Vyjádření vlastní identity
- Revolta
- Vyjádření sounáležitosti k druhé osobě

- Negativa
 - -zdravotní problémy
 - - psychické problémy
 - - profesní problémy



KRATOM

POTRAVINOVÝ DOPLNĚK NEBO NELEGÁLNÍ DROGA?

- Získává se z tropického stromu *Mitragyna speciosa* – původem z Asie, který je podobný a příbuzný s kávovníkem. Výška 4-16 metrů.
- V našich podmínkách nelze vysadit a pěstovat, ale velmi rychle roste spotřeba produktů vyrobených z jeho listů.
- Sušené listy se prodávají např. ve formě plněných kapslí, lisovaných tablet, extraktu nebo pryskyřice. Obliba roste- lidé často netuší, že je to návyková látka.
- (Hana Válková, Vitalia.cz 24.9.2021)



- Podle Státní zemědělské a potravinářské inspekce (SZPI) se nejedná o potravinu, ale o sběratelský předmět. Prodej není nijak regulován, v současné době velmi nízká informovanost veřejnosti o rizicích užívání.
- V roce 2021 proběhlo dotazníkové šetření mezi VŠ studenty (Adiktologie 3/2021)
- Barevné modifikace
 - bílá a zelená (stimulující účinky)
 - červená (léčba chronické bolesti)

Kratom lze koupit na e-shopu, ale i v automatech



KRATOM NENÍ SUPERPOTRAVINA

- Zelený a bílý kratom
- Malá dávka 5 gramů – stimulující účinky
- (energie, euforie- oblíben u studentů a řidičů kamionů – koncentrovanost, pozornost – účinek cca 1-1,5 hodiny)
- Vysoká dávka 10-15 gramů – naopak sedativní účinky , které jsou srovnatelné s účinky morfia
- (uvolněný stav, ospalost – účinek cca až 5 hodin)



- Červený kratom
- Využíván i k léčbě chronických bolestí, někdy bývá podáván jako náhražka opia
- Konzumace s alkoholem může způsobit zdravotní komplikace
- Účinky srovnatelné s opiem, morfinem, kokainem



NEŽÁDOUCÍ ÚČINKY

- Jedná se o rizikovou návykovou látku s řadou vedlejších účinků
- Bolesti břicha, nevolnost, bolest svalů, sucho v ústech, únava, hubnutí, náladovost, úzkosti až deprese, agresivita
- Od bolesti břicha – po selhání orgánů
- Projevy jsou odvislé od míry závislosti, abstinenční příznaky



BYLINKA, KTERÁ VÁS ZBAVÍ VŠECH PROBLÉMŮ A NEMOCÍ ?

- Kakum
- Ithang
- Biak
- Thom
- Mambog
- Aka legal light – je oblíbený u dobře vydělávajících lidí ve středním věku



LEGISLATIVA

- V roce 2021 se tímto problémem začala zabývat vláda, zda kratom bude zařazen na seznam nelegálních drog
- Polsko – kratom je na seznamu „tvrdých drog“
- Rakousko – prodej je přísně regulován



NETOLISMUS – ZÁVISLOST NA INTERNETU, PC A POČÍTAČOVÝCH HRÁCH, INTERNETOVÁ ZÁVISLOST

- společnost netolismus stále nepovažuje za nemoc (Mgr. Růžička)
- jedná se o závislost nejen fyzickou, ale i psychickou,
- všeobecně se závislost na užívání internetu definuje jako používání internetu, které sebou přináší do života jedince psychologické, sociální, pracovní a nebo studijní komplikace
- nastávají stavy podobné transu – hlavní příznaky při hraní her, i když je dán časový limit, není hráč schopný ho akceptovat
- nepřiměřeným chováním reaguji na zákaz hraní na PC nebo omezení k jeho přístupu



NOMOFÓBIE - MOBILING — PROBLÉMOVÉ UŽÍVÁNÍ MOBILNÍHO TELEFONU (MEZINÁRODNÍ KLASIFIKACE NEMOCÍ F63.8 – JINÉ NUTKAVÉ A IMPULZIVNÍ PORUCHY)

- většina dětí a zejména adolescentů má k mobilnímu telefonu vztah jako k živé osobě
- závislost na textových a obrazových zprávách (SMS, MMS)
- kyberšikana – nahrávání pedagogů, spolužáků, náhodných situací
- lidé, kteří trpí touto závislostí nejsou schopni se vzdálit od svého mobilu
- nevypínají ho ani v noci, přes víkend
- neustále kontrolují, zda nepřišla SMS, MMS zpráva, nepřijatý hovor (touto fobií trpí údajně už každý druhý Čech)



6 PŘÍZNAKŮ JAKÉKOLIV BEHAVIORÁLNÍ NEBO DROGOVÉ ZÁVISLOSTI

- Podle profesora Jamese A. Robertse
- **Salience** – míra důležitosti, stav, kdy se daná aktivita stane tím nejdůležitějším v životě jedince
- **Euforie** – změny nálady jedince, který může zažívat vzrušení či pocit úlevy
- **Tolerance** – dotyčný potřebuje k dosažení více aktivity než na počátku
- **Syndrom z odnětí** – podrážděnost a náladovost, u behaviorální závislosti jako je závislost na telefonu však chybí fyzické abstinenční příznaky



- **Konflikt** – potíže ve vztahu či zaměstnání, pocity ztráty kontroly nebo výčitky svědomí
- **Relaps** – návrat k původním vzorcům chování po období abstinence



DĚKUJI ZA POZORNOST



PhDr. Alena Plšková
alena.plskova@centrum.cz

