

Stále více lidí chce své problémy s pitím řešit. Počet zájemců o léčbu v PREVENTU 99 roste

14.2.2024 - Kateřina Malečová Suková | PREVENT 99

Únor je měsíc, ve kterém zdravotně osvětová kampaň Suchej únor přichází s výzvou měsíční abstinence. V Česku si denně dopřeje alkohol asi desetina dospělých. Rizikově přitom pije více než milion lidí. Lidem, kteří se dostali do potíží spojených se závislostním chováním pomáhá i jihočeská nezisková organizace PREVENT 99. Eva Brožová se jako konzultantka a poradkyně v Adiktologické poradně PREVENT ve Strakonici setkává s lidmi, kteří přicházejí řešit své problémy s pitím. V čem vidí prospěšnost Suchého února, jak se začne projevovat závislost na alkoholu a kdy hledat pomoc u odborníků?



Čím je podle vás kampaň Suchej únor prospěšná?

Myslím, že jde hlavně o upozornění, že pití alkoholu je v Česku norma. Na rozdíl od abstinence, která rozhodně běžná není. Je to vlastně fajn experiment, takže proč to nezkusit.

Osvětová akce lidi vyzývá nepít celý měsíc alkohol. Co ale znamená abstinence pro vaše klienty, kteří se léčí se závislostí na alkoholu?

Myslím si, že pro spoustu klientů je abstinence v první řadě dlouhodobý stav, kterého chtějí docílit. Kdyby šlo ale jen o to, že se do smrti nenapiju a jinak bude v mém životě vše stejné, tak si troufnu tvrdit, že ten střízlivý život zas taková pecka nebude. Abstinence může být cesta ke změně. Doufáme, že ke změně k lepšímu. Dost možná k lepšímu vztahu sám k sobě. Měsíc bez alkoholu v kontextu Suchého února nebude mít pro naše klienty zas takový význam.

Jak se začne projevovat závislost na alkoholu?

Máme k dispozici diagnostická kritéria, která mluví poměrně jasně. Ať už dle MKN – 10 nebo ve Spojených státech užívaných DSM-IV. Z mojí zkušenosti se čím dál tím více vyhýbám slovu závislost. Asi spíš proto, že má víc negativní konotaci, než je nutné. A pravdou je i to, že do služeb přicházejí i lidé, kteří závislí nejsou v tom pravém slova smyslu, ale užívání alkoholu může být nějakým způsobem zvykovou reakcí na to, co se jim v životě děje. Obecně si myslím, že průšvih začíná tam, kdy začnu dávat alkoholu přednost před tím, co mám rád, a co potřebuji k životu. Někdy člověk pije, protože je mu tak líp. Těch důvodů je jistě mnohem víc. To by bylo nadlouho.

Kdy byste lidem doporučila návštěvu adiktologické poradny?

Když to bude jejich vlastní rozhodnutí. Pak se dá opravdu dost věcí změnit k lepšímu. Není to ale hned.

Kolik je v jižních Čechách odhadem lidí, kteří mají problémy s alkoholem?

Dokázala bych dát dohromady počty klientů adiktologických poraden PREVENTu 99. To číslo ale nebude zdaleka odpovídat realitě. Pro příklad, v roce 2023 využilo služeb strakonické poradny 127 klientů. Odborné služby navštíví ale jen část těch, kteří by pomoc potřebovali a PREVENT 99 zdaleka nepokryje celý jihočeský region. Natož všechny osoby, které se chtějí léčit. V celém Česku je ročně zhruba 30 tisíc osob v kontaktu s psychiatrickou péčí v souvislosti s užíváním alkoholu. Ve skutečnosti je ale takových lidí mnohem víc, protože tady vidíme jen čísla, která se týkají zdravotnictví. Chybí tam také ti, kteří se do kontaktu s pomocí nikdy nedostali nebo ti, kteří využívají sociálních nebo privátních služeb. Ročně se zhruba 1,5 až 1,7 milionu dospělých nachází v kategorii rizikového pití alkoholu, z toho 800 až 900 tisíc osob spadá do kategorie škodlivého pití. Nechtě si každý spočítá, jaký poměr patří jižním Čechám.

Adiktologické poradny provozuje PREVENT 99 v Českých Budějovicích, Strakonících a Prachaticích. Narůstají za poslední dobu počty uchazečů o léčbu?

Ano. A nejde jen o alkohol. Myslím ale, že je to i tím, že se lidé přestávají bát vyhledat pomoc, a to je dobře.

Co byste poradila lidem, kteří drží Suchej únor, ale jejich okolí to nechápe a alkohol jim nabízí? Mělo by se změnit chování většinové společnosti k lidem, kteří pít prostě nechtějí?

Já se vlastně setkávám hlavně s podporujícími a chápavými reakcemi, když se někdo rozhodne přestat pít. Obzvlášť, když řekne, jak to s alkoholem má. Tím mám na mysli hlavně reakce okolí u klientů. V jejich životním kontextu ale nemá Suchej únor až tak velký význam. Určitě bych nechtěla poučovat většinovou společnost v tom, jak se má chovat k lidem, kteří nechtějí pít alkohol. Myslím, že stačí obyčejná slušnost a respekt k druhému.