

# Prírodný stimulant, ktorý môže byť nebezpečnejší než morfium. Kratom dobýja Európu

19.4.2026 - | SITA

**Kratom sa v posledných rokoch dostal do pozornosti aj na Slovensku. Hoci ide o rastlinný produkt, jeho účinky na ľudský organizmus sú výrazné a môžu so sebou niesť aj riziká. Práve preto sa čoraz častejšie diskutuje o jeho regulácii a bezpečnosti.**

## Prípad, ktorý upozornil na riziká

Na možné nebezpečenstvá spojené s kratomom upozornili aj konkrétne tragické udalosti:

## Odkiaľ kratom pochádza

Kratom sa získava z listov tropického stromu *Mitragyna speciosa*, ktorý rastie najmä v Thajsku, Indonézii a Malajzii.

V týchto krajinách má jeho používanie dlhú tradíciu. Miestni obyvatelia – najmä pracovníci v poľnohospodárstve – ho využívali na zvládanie fyzickej námahy. Listy žuvali alebo z nich pripravovali nápoj, ktorý im pomáhal:

- potlačiť únavu
- zvýšiť sústredenie
- zmierniť bolesť

V tradičnom kontexte nešlo o rekreačnú drogu, ale o praktický pomocný prostriedok.

## Ako pôsobí na ľudský organizmus?

Hlavné účinné látky kratomu, mitragynín a 7-hydroxymitragynín, pôsobia na receptory v mozgu, ktoré ovplyvňujú vnímanie bolesti a náladu.

Účinok kratomu závisí od viacerých faktorov – množstva, kvality aj individuálnej reakcie organizmu:

- pri nižších dávkach môže pôsobiť povzbudzujúco
- pri vyšších dávkach má skôr tlmivý efekt

Treba však zdôrazniť, že účinky sa nedajú presne predvídať a medzi jednotlivými produktmi sú výrazné rozdiely.

## Podobnosť s opioidmi

Kratom sa niekedy prirovnáva k látkam ako morfín, pretože pôsobí na rovnaké receptory v mozgu. Odborníci však upozorňujú, že nejde o identickú látku.

Mitragynín má odlišný mechanizmus účinku a jeho účinky sú slabšie než pri klasických opioidoch.

Niektoré jeho deriváty môžu byť silnejšie, no v prirodzenej rastline sa nachádzajú len v malom množstve.

## **Riziká, ktoré netreba podceňovať**

Aj keď sa kratom často prezentuje ako „prírodný“, jeho užívanie nie je bez rizika. Medzi možné vedľajšie účinky patria:

- nevoľnosť a závraty
- problémy so spánkom
- zvýšené riziko závislosti pri dlhodobom užívaní
- abstinenčné príznaky po vysadení

Riziko sa výrazne zvyšuje najmä:

- pri vysokých dávkach
- pri kombinácii s alkoholom alebo inými látkami
- pri produktoch neznámeho pôvodu

Odborníci upozorňujú, že najväčší problém predstavuje práve nekontrolovaná kvalita výrobkov dostupných na trhu.

## **Situácia na Slovensku**

Na Slovensku nie je kratom v súčasnosti zaradený medzi klasické omamné a psychotropné látky, no jeho status sa môže meniť. Úrady aj odborné organizácie sledujú jeho rozšírenie najmä medzi mladými ľuďmi.

Kratom je možné zakúpiť napríklad cez internet alebo v niektorých špecializovaných predajniach. Práve dostupnosť a nízka informovanosť zvyšujú riziko nesprávneho užívania.

## **Skúsenosti mladých ľudí**

Podľa dostupných údajov sa kratom rozšíril najmä medzi mladšími ročníkmi. Často ho vnímajú ako legálnu a „bezpečnejšiu“ alternatívu k iným látkam.

Odborníci však upozorňujú, že ide o mylný predpoklad. Práve nedostatok informácií o dávkovaní a účinkoch môže viesť k zdravotným problémom.

## **Ako vznikajú rôzne druhy kratomu?**

Všetky druhy kratomu pochádzajú z jedného stromu – *Mitragyna speciosa*. Rozdiely medzi nimi sú spôsobené najmä spracovaním.

### **Vek listov**

- mladšie listy majú skôr stimulačný účinok
- staršie listy obsahujú viac látok s tlmivým efektom

## Spôsob spracovania

- sušenie na slnku alebo v tieni ovplyvňuje chemické zloženie
- fermentácia vytvára tmavšie druhy s výraznejším sedatívnym účinkom

Tieto faktory ovplyvňujú výslednú silu aj charakter účinku.

## Záver

Kratom je rastlinná látka, ktorá má reálne účinky na ľudský organizmus. Môže pôsobiť povzbudzujúco aj tlmivo, no zároveň so sebou prináša zdravotné riziká, najmä pri nesprávnom užívaní.

Najdôležitejšie je uvedomiť si, že:

**prírodný pôvod automaticky neznamená bezpečnosť.**

<https://sita.sk/byvaniehrou/prirodny-stimulant-ktory-moze-byt-nebezpecnejši-nez-morfium-kratom-do-byja-europu>