

# 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 Strakonících 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. Doufejme, 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. Obzvláště, 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.