

Závislost na lécích je v Česku už větším problémem než klasické drogy. Vyplývá to z průzkumu lékárny Pilulka. Narostlo zejména zneužívání hypnotik

11.12.2023 - | PROTEXT

Náš benevolentní přístup k nadměrnému užívání léků prakticky na všechny zdravotní neduhy, co nás trápí, je fenoménem celé západní společnosti, Česka nevyjímaje. Potvrzuje to i průzkum online lékárny Pilulka.cz a výzkumné agentury Behavio, který se realizoval ve čtyřech středoevropských zemích, kde Pilulka podniká - v ČR, na Slovensku, v Rakousku a Maďarsku. „Z výsledků vyplývá, že každý den nebo několikrát týdně si bere léky proti bolesti 10 % populace těchto států včetně nás Čechů a dalších cca 16 % je užívá několikrát za měsíc,“ uvádí Daria Zverevska, tisková mluvčí Pilulka.cz.

Analgetika (léky tlumící bolest) jsou přitom jen jednou ze tří skupin léčiv, jichž se celková problematika nadměrného užívání a závislosti na nich týká. Dalšími dvěma jsou hypnotika (léky, které pomáhají při nespavosti) a anxiolytika (léky užívající se při léčbě úzkosti). *„Právě hypnotika rostou velmi významně. V období let 2014 až 2020 se jejich užívání během těchto šesti roků zvýšilo dvojnásobně. Aktuálně jejich spotřeba mírně převyšuje i dříve více preferované léky na úzkost,“* dokládá Aleš Kuda.

Kdy vlastně dochází ke zneužívání léků? Hypnotika a anxiolytika by se měla užívat jen přechodně, maximálně 4–6 týdnů. U analgetik je pak potřeba zohlednit jejich předepisování lidem s chronickými bolestmi, takže dlouhodobé užívání nelze v těchto případech brát jako jejich zneužívání.

„Jednoznačně jde o léky, které užíváme bez lékařského předpisu, nebo si je necháváme pokoutně předepsat. Sháníme si je u kamarádů nebo na černém trhu, kde je možné všechny bez potíží sehnat. Postupně se zvyšuje užívání látky a roste fyzická závislost na ní. V ordinaci mám kupříkladu klienty, kteří denně spolýkají 15–30 tablet hypnotik,“ definuje svůj pohled na závislost Aleš Kuda.

Co se týká jednotlivých věkových nebo sociálních skupin v Česku, tak z uvedeného průzkumu Pilulka.cz též mj. vyplynulo: „Nejvíce jsou na lécích proti bolesti závislí ovdovělí lidé (30 % z nich užívá tyto léky denně nebo několikrát týdně), lidé s vážnými finančními problémy (27 %), senioři ve věkové hranici 65+ (23 %). A dále lidé, co se často cítí v nepohodě (20 %) nebo rozvedení (18 %),“ dodává Zverevska. Z praktických zkušeností pak vyplývá, že roste ochota mladších generací užívat léky. *„Není výjimkou, že se mi objevují klienti, kteří jsou ve věku 30 až 35 let a mají problémy s léky,“* potvrzuje Kuda.

Adiktologové považují závislost na lécích v porovnání s dalšími „neřestmi“ (alkohol, klasické drogy) za nejnebezpečnější a nejkomplikovanější. *„Já mám největší respekt právě k odvykání z léků. Tam je opravdu potřeba velká ostražitost například ve srovnání s alkoholem. Ze znalosti řady výzkumů se jednoznačně ukazuje, že se nemá pospíchat. Udržitelnost výsledku se zvyšuje, když se odvykání protáhne na delší čas,“* podotýká k složitosti léčby Aleš Kuda.

Narozdíl od protialkoholové nebo protidrogové prevence navíc bohužel v ČR dosud ve vztahu k zneužívání léků neexistuje žádný podobný program, což je obrovský společenský dluh. Podle Aleše Kudy by určitě pomohla kontrola předepsaných léčiv, případně regulace reklamy. Ani represe tady sama o sobě fungovat nebude. V rámci základní prevence by se pak měla zapojit rodina. *„Když my*

dospělí budeme sahat po lécích, nedělejme to před dětmi. Je to stejné jako s alkoholem. Děti vedme k tomu, že když dostávají prášek, tak to není samozřejmost na každou maličkost,” dodává Aleš Kuda.

Celý rozhovor s adiktologem Alešem Kudou si můžete poslechnout v novém díle podcastu ŽIVOTOZPRÁVY o závislosti na lécích, který vydala lékárenská skupina Pilulka.

Kdo je Aleš Kuda? Přední český adiktolog, psycholog a terapeut. Má dlouholeté zkušenosti ze státních i soukromých zařízení v oblasti terapeutické a adiktologické péče. Je též ředitelem institutu Origanum, kde se odborníci z různých oborů specializují na léčbu závislostí (alkohol, léky, drogy, gambling). Více info na: <https://www.institutoriganum.cz/>

O Pilulce - Pilulka je největší online lékárna v České republice a na Slovensku. Společnost založili bratři Kasové se záměrem významně se podílet na digitalizaci a modernizaci evropského lékařství 21. století.

Zákazníci na Pilulka.cz najdou vše pro zdravý životní styl. Od léků a doplňků stravy přes produkty pro rodiče a miminka až po elektroniku. Jednou z velkých výhod online lékárny je doručení v ten samý den přes vlastní kurýrní službu Pilulka Expres nebo do výdejních Pilulka Boxů. Díky pestrému sortimentu a mobilní aplikaci Pilulka je nákup jednoduše pohodlný.

<https://www.ceskenoviny.cz/tiskove/zpravy/zavislost-na-lecich-je-v-cesku-uz-vetsim-problemem-nez-klasicke-drogy-vyplyva-to-z-pruzkumu-lekarny-pilulka-narostlo-zejmena-zneuzivani-hypnotik/2452297>