

Napsal uživatel MUDr. Zbyněk Mlčoch
Neděle, 16. září 2012 (20:05)



[MUDr. Gita PEKÁRKOVÁ](#), vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí, Psychiatrická léčebna Bohnice navštívila Český rozhlas Praha 28.12.2010. Doslovný přepis hovoru a dotazů posluchačů si můžete přečíst [zde](#).

Vladimír KROC, moderátor

V Rodinném lékaři teď vítám doktorku Gitu Pekárkovou, vedoucí lékařku oddělení pro léčbu závislosti bohnické léčebny. Přeji dobrý den.

[MUDr. Gita PEKÁRKOVÁ, vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí, Psychiatrická léčebna Bohnice](#)

Dobrý den.

Vladimír KROC, moderátor

Paní doktorko, kdo to je alkoholik?

[MUDr. Gita PEKÁRKOVÁ, vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí, Psychiatrická léčebna Bohnice](#)

Kdo je to alkoholik? To je hezká otázka. Alkoholik, to je takové slovo, vždycky říkáme závislý na alkoholu, ale je to člověk, který už se opravdu dostane do závislosti, a to je rozdíl oproti tomu, kdo jenom užívá alkohol konzumenty a ještě s tím nemá problém. Takže alkoholik, neboli závislý člověk na alkoholu je ten, který má problém s alkoholem a je závislý.

Vladimír KROC, moderátor

Ten problém s alkoholem podle statistik má v České republice asi 25 procent mužů a 10 procent žen. Platí to podle, to jsem vyčetl na Internetu, podle vašich zkušeností?

[MUDr. Gita PEKÁRKOVÁ, vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí, Psychiatrická léčebna Bohnice](#)

Ano, ano.

Vladimír KROC, moderátor

Je to tak. Čili je to asi 550 tisíc lidí u nás závislých na alkoholu.

[MUDr. Gita PEKÁRKOVÁ, vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí, Psychiatrická léčebna Bohnice](#)

No, pane redaktore, je to určitě tak a tam je vždycky ještě otázka, že jo, ono si to můžeme asi i říct, se to i docela mění v tu chvíli, protože ne každý člověk se přizná, že už má problém s

Napsal uživatel MUDr. Zbyněk Mlčoch
Neděle, 16. září 2012 (20:05)

alkoholem, a potom že už je závislý. Takže určitě musíme i vycházet z toho, kolik lidí vůbec tu informaci o sobě je schopno připustit a podat dál.

Vladimír KROC, moderátor

Potíž je v tom, že ta hranice mezi tím, kdo užívá alkohol, jak jste řekla, a kdo už má závislost, tak je asi velmi tenká.

[MUDr. Gita PEKÁRKOVÁ, vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí, Psychiatrická léčebna Bohnice](#)

Ano, máte pravdu, máte naprostou pravdu, to jste řekl hodně dobře, a proto je to někdy tak těžký pro toho člověka to rozlišit. Ten, kdo se napije příležitostně, tak samozřejmě nemá problém s alkoholem. Ale člověk, který už..., co to je vlastně problém s alkoholem, že jo? To je to, kdy člověk už začne pod vlivem alkoholu dělat něco, co by udělat normálně nechtěl, neudělal, říká věci, které by normálně nedělal. Stává se mu to pravidelně. Začne mít problémy, třeba někdy nepřijde do práce, nebo si vůbec nepamatuje, co dělal. A ta závislost pak už je charakterizovaná tím, že člověk vlastně aby užíval alkohol, tak už začne ztrácet svoje tělesné, duševní a sociální zdraví. A v praxi to znamená to, že tomu, aby mohl pít, podřizuje všechno ostatní.

Vladimír KROC, moderátor

Jeden můj kamarád říkal, že má problémy s alkoholem, že mu přestává chutnat, ale o tom teď my nemluvíme, spíš naopak. Já to nechci samozřejmě zlehčovat, ale jsou nějaká stadia toho alkoholismu, tedy té závislosti?

[MUDr. Gita PEKÁRKOVÁ, vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí, Psychiatrická léčebna Bohnice](#)

Ano, určitě. A je tam vlastně důležitá ta věc, o které jste hovořil před chvílkou, a ta je ve chvíli, kdy člověk má jenom konzumentské užívání alkoholu, pak se začne dostávat do problémového užívání alkoholu a pak už se dostane do závislosti. A já si myslím, že pro nás je důležitá tahle fáze, protože ty fáze závislosti, kdy člověk třeba je ještě schopný abstinovat v ambulantní léčbě a pak kdy už není, to už jsou zase ty další fáze, ale důležité je, aby člověk rozeznal, že by vůbec měl ten problém s alkoholem řešit.

Vladimír KROC, moderátor

A jak my třeba u našich blízkých nebo kolegů poznáme, že jsou ohroženi právě závislostí na alkoholu?

[MUDr. Gita PEKÁRKOVÁ, vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí, Psychiatrická léčebna Bohnice](#)

To poznáme, protože víme, že ten člověk se třeba těší, až se napije, kdy už může jít konečně domů, aby se napil, nebo když konečně může jít někam večer, nebo když se těší, že tím alkoholem bude něco řešit, protože ve chvíli, kdy..., tomu se říká úlevové pití. Ve chvíli, kdy člověk, a to je jenom jeden z mnoha případů, ale mám málo prostoru, tak jsem si dovolila dát tenhle případ, kdy člověk vlastně tím pitím něco řeší, kdy pití využívá jako léčbu, jako terapii, tak to vždycky už začíná být problém.

Napsal uživatel MUDr. Zbyněk Mlčoch
Neděle, 16. září 2012 (20:05)

Vladimír KROC, moderátor

On alkohol je považován tedy odborníky za tvrdou a silně návykovou drogu, a to je vlastně to, co podceňujeme, asi jako laická veřejnost.

[MUDr. Gita PEKÁRKOVÁ, vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí, Psychiatrická léčebna Bohnice](#)

Máte naprostou pravdu, určitě.

Vladimír KROC, moderátor

Co ale dělat s tím, aby, protože člověk, který se rozhodne abstinovat, tak ve společnosti najednou se stává podezřelý, tedy v určité společnosti. A lidé se ho ptají, a není ti něco, ty jsi nemocný, proč nepiješ, dej si. Jak se zařídit?

[MUDr. Gita PEKÁRKOVÁ, vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí, Psychiatrická léčebna Bohnice](#)

Máte pravdu. No, to máte naprostou pravdu, protože většina lidí považuje alkohol za něco naprosto samozřejmého a vlastně si ani neumí představit, když jsme teď u Vánoc a u Silvestra, oslavu bez alkoholu. A často klade tu otázku, kterou vy jste dal. Ale když si zase na druhé straně vezmeme, že je spousta situací, ve kterých ten člověk doopravdy nemůže pít, třeba když užívá antibiotika, což je celkem běžná věc, nebo užívá nějaké léky jiné, nebo má třeba vyšší tlak, tak by neměl pít, nebo když má problémy se žaludkem, tak by neměl pít alkohol. A tam vlastně to řekne člověk úplně automaticky. Samozřejmě, protože to je pro něj jasný. A jasně a srozumitelně to tomu okolí vysvětlí. Ale ve chvíli, kdy nechce pít proto, že už má problém s alkoholem, tak najednou je to pro něj mnohem těžší, protože má pocit, že to na něm ti ostatní poznají a že se vlastně vyčleňuje ze společnosti.

Vladimír KROC, moderátor

Ono se o tom asi dost ví, ale přece jenom pojďme říci alespoň základ, jakým způsobem je možno závislost na alkoholu léčit?

[MUDr. Gita PEKÁRKOVÁ, vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí, Psychiatrická léčebna Bohnice](#)

Závislost na alkoholu, to je, myslím, hodně důležitá, hodně dobrá otázka, je možné léčit ambulantně, léčbu ambulantní nebo ústavní, ale základní věc je ta, aby ten člověk si uvědomil, že má problém, nebo závislost na alkoholu a že se chce léčit. Základem té léčby je psychoterapie.

Vladimír KROC, moderátor

Mně tak připadá z laického pohledu, že ten, kdo, musí být silná osobnost, aby se skutečně přiznala, že ten problém nastal, že je potřeba zajít za lékařem, a ta silná osobnost možná tak snadno nepropadne té závislosti. Čili asi málokdy se stane, že by za vámi přišel ten člověk sám od sebe, nebo ano? Stává se to?

[MUDr. Gita PEKÁRKOVÁ, vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí, Psychiatrická léčebna Bohnice](#)

Stává se to. Já myslím, že jste to řekl správně, že člověk, který si to musí uvědomit, nebo chce

Napsal uživatel MUDr. Zbyněk Mlčoch
Neděle, 16. září 2012 (20:05)

uvědomit, tak dost často je silná osobnost, pokud si to uvědomí sám. A člověk, který dokáže dlouhodobě abstinovat, je vždycky silná osobnost. A tím se dostáváme k začátku toho, o čem jste hovořil, a to jste řekl moc dobře, protože si často lidé myslí, že do závislosti se dostanou lidi slabí, neschopní, ale tak to není. Silná osobnost se přeci může dostat do závislosti, protože ta závislost je způsobená změnou odolnosti vůči alkoholu a ta odolnost se může měnit bez ohledu na právě sílu osobnosti, na vzdělání, na věk. Pak je to jenom o tom, aby ten člověk si to dokázal připustit a něco s tím dělat.

Vladimír KROC, moderátor

To říká doktorka Gita Pekárková, vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí bohnické léčebny. My dnes mluvíme o závislosti na alkoholu. Pojdme teď přizvat posluchače. Po písničce, máte-li nějakou otázku, můžete volat na čísla 221552598, anebo 99 na konci. Paní doktorko, ještě s námi chvíli vydržte.

Vladimír KROC, moderátor

Připomínám naše telefonní čísla, 221552598, anebo 99 na konci. Dnes mluvíme v Rodinném lékaři a teď tedy v Poradně Rodinného lékaře o závislosti na alkoholu s doktorkou Gitou Pekárkovou. Tak zatím tuším, že nemáme ještě telefonát, možná je to choulostivé téma, kdoví. Ostatně je toto období z vašeho pohledu, paní doktorko, nějak rizikovější, myslím Silvestr a svátky?

[MUDr. Gita PEKÁRKOVÁ, vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí, Psychiatrická léčebna Bohnice](#)

No, já si myslím, pane redaktore, že určitě je. Je rizikovější jednak proto, že v té první části, a to je část vánoční, dost často bývá třeba lidem smutněji, nebo jsou citlivější, a taky je to zimní období, které celkově bývá náročné. Druhá část potom je Silvestr, kdy, jak jsme už říkali, většinou každý k oslavě má pocit, že potřebuje alkohol, nebo velká část lidí to tak vnímá. A já bych, pane redaktore, si ještě dovolila říct, pokud nikdo netelefonuje, kam by lidé, kteří se časem rozhodnou, že by si chtěli zatelefonovat a nějakou informaci získat, tak můžou telefonovat každý čtvrtek od 8 do 23 hodin na AT linku, AT, to je alkohol a jiné toxikomanie. Je to anonymní telefonní linka pod Centrem sociálně zdravotních služeb Praha 17 a to číslo je 724307775.

Vladimír KROC, moderátor

Možná pro jistotu ještě zopakujme.

[MUDr. Gita PEKÁRKOVÁ, vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí, Psychiatrická léčebna Bohnice](#)

Ano, je to každý čtvrtek od 8 do 23 hodin, Centrum sociálně zdravotních služeb Praha 17, 724307775.

Vladimír KROC, moderátor

Tak a my máme první telefonát v Poradně Rodinného lékaře. Dobrý den. Haló, haló, máte slovo.

posluchačka

Napsal uživatel MUDr. Zbyněk Mlčoch
Neděle, 16. září 2012 (20:05)

Ano, Havlová, dobrý den.

Vladimír KROC, moderátor
Vítejte.

posluchačka

Já jsem se chtěla zeptat, těžko se vysvětluje, že člověk nepije, to jste měli plnou pravdu. A chtěla jsem se zeptat, je-li možný vliv alkoholu, i minimálního množství na vysoký vnitřní tlak? Po vypití jakéhokoliv množství alkoholu, minimálně třeba dvou, tří doušek slabého vína, tak s tím mám problém, že mě začne bolet hlava, jestli je toto možné?

Vladimír KROC, moderátor
Dobře, děkujeme za tuto otázku. Paní doktorko?

[MUDr. Gita PEKÁRKOVÁ, vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí, Psychiatrická léčebna Bohnice](#)

Určitě. Já si myslím, že paní, která telefonuje, pravdu. Samozřejmě alkohol tlak zvyšuje /výpadek signálu/. Myslím, si, že pro vás bude lepší, pokud nebudete pít. A pokud to sama vnímáte potom jako problém, tak vám určitě udělá dobře, když se nenapijete. Ale možná je pro vás právě těžká ta věc, jak odmítnout alkohol. Tak v tu chvíli si můžete říct, že opravdu vám vaše zdraví asi bude třeba přednější.

Vladimír KROC, moderátor
Tady nám přišla taková SMSka. Ideální pro léčbu závislosti na alkoholu je úplná změna prostředí a zřechování všech alkoholických vztahů v okolí. Což je jistě pravda, ale asi se to lépe, nebo snadněji řekne, než uskuteční.

[MUDr. Gita PEKÁRKOVÁ, vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí, Psychiatrická léčebna Bohnice](#)

Ano, je to tak. Předpokládám, že to už je celé znění té otázky. A chtěla bych...

Vladimír KROC, moderátor
Málo jsem zdůraznil ten otazník na konci, promiňte.

[MUDr. Gita PEKÁRKOVÁ, vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí, Psychiatrická léčebna Bohnice](#)

Moc děkuju, pane redaktore. Chtěla jsem říct, že ten, kdo se ptá, se ptá velmi správně, sám si vlastně odpovídá dobře. To znamená, že nejlepší je zřechovat všechny vazby. Ano, pokud člověk pije sám doma, protože je mu smutno, tak je ta situace jiná, to tak prostě je. Ale ve chvíli, kdy pije se svými toxickými přáteli, protože alkohol je toxická látka, tak samozřejmě se mu bude velmi špatně abstinovat někde v kruhu lidí, kteří budou stále pít a budou se i intoxikovat alkoholem. To tak prostě je.

Vladimír KROC, moderátor
Takže měli bychom si přát do nového roku samé netoxické přátele.

Napsal uživatel MUDr. Zbyněk Mlčoch
Neděle, 16. září 2012 (20:05)

[MUDr. Gita PEKÁRKOVÁ, vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí, Psychiatrická léčebna Bohnice](#)

To by bylo úplně báječný.

Vladimír KROC, moderátor

Máme další telefonát, dobrý den. Haló, prosím, jste ve vysílání. Ano?

posluchač

Dobrý den, zdravím, pane Kroc.

Vladimír KROC, moderátor

Také zdravím.

posluchač

Tak a měl bych na paní doktorku, posluchač z Příbrami. Měl bych na paní doktorku takovej dotaz, co alkohol a zábavní pyrotechnika?

[MUDr. Gita PEKÁRKOVÁ, vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí, Psychiatrická léčebna Bohnice](#)

Můžu?

Vladimír KROC, moderátor

Ano, ano.

[MUDr. Gita PEKÁRKOVÁ, vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí, Psychiatrická léčebna Bohnice](#)

Tak děkuji vám. Alkohol a zábavní pyrotechnika, to je taková, bych řekla, velmi nebezpečná kombinace. Už jenom jak to říkáte, vidíte. Protože ve chvíli, kdy člověk manipuluje se zábavní pyrotechnikou, tak to někdy nedopadne dobře, to tak je bohužel. A ve chvíli, kdy se napijete, tak máte prodloužený reakční čas, máte horší koordinaci pohybů, hůř si uvědomujete jednotlivé souvislosti. Takže pokud je člověk opilý alkoholem a upadne mu sklenička, tak rozbije skleničku, ale pokud něco zapálí špatně, jak nemá, tak to může mít dopad docela drastický.

Vladimír KROC, moderátor

Tak dobře připomenout zejména v tomto čase. Máme další telefonát, dobrý den. Prosím?

posluchačka

Dobrý den.

Vladimír KROC, moderátor

Ano, máte slovo.

posluchačka

Tady je posluchačka z Prahy. Prosím vás, jenom jsem se chtěla informativně zeptat, souvisí závislost na alkohol se závislostí na kouření?

Napsal uživatel MUDr. Zbyněk Mlčoch
Neděle, 16. září 2012 (20:05)

Vladimír KROC, moderátor
Paní doktorko?

posluchačka

Že se tak brání těm nekuřáckým, ale já myslím, že tam se i pije v těch nekuřáckých místnostech.

Vladimír KROC, moderátor
Tak jak odpovíme?

[MUDr. Gita PEKÁRKOVÁ, vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí, Psychiatrická léčebna Bohnice](#)

No, děkuji vám. Já vám odpovím určitě. Závislost je vždycky jenom jedna a jenom se mění ta návyková látka, ať už je to alkohol, samozřejmě nikotin, nealkoholové drogy, jako pervitin, marihuana, heroin, nebo léky, /nesrozumitelné/, nebo hra, hráčství. A někdy se právě stane, že člověk, který začne odvykat od alkoholu, víc kouří, a může to být samozřejmě i opačně. Člověk, který začne odvykat od nikotinu, tak se možná víc může víc napít, ale je dobře, když o tom ten člověk ví a dá si pozor.

Vladimír KROC, moderátor

Tak vypadá to, že budeme mít ještě jeden telefonát. Přivítáme posluchače v Poradně Rodinného lékaře. Dnes mluvíme o závislosti na alkoholu. Prosím, máte slovo. Dobrý den.

posluchačka

Dobrý den. Prosím vás pěkně, já jsem se vás chtěla zeptat, já jsem z Prahy, ale slyšela jsem taky vaši takovouhle podobnou relaci a tam jsem slyšela, myslím si, že jsem se i na tom ne teda osobně, ale přesvědčila, že kdo pije, tak může být i silně závislý, i když pije jednou třeba za tři neděle, nebo za měsíc, ale už tomu se říká závislost, že ten člověk prostě jak se nemůže napít jednou, ne každéj den, nebo za tejdén, ale třeba i za tři neděle. Já jsem se chtěla zeptat, jestli je to pravda?

Vladimír KROC, moderátor
Takže odpověď zní?

[MUDr. Gita PEKÁRKOVÁ, vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí, Psychiatrická léčebna Bohnice](#)

Ano, je to samozřejmě pravda. To jsou právě ty různé fáze, různé variace závislosti na alkoholu. Závislost může být jednak ta, že člověk pije každý den, udržuje si hladinku, takový ten neodborný název je hladinka. Pro toho klienta, který pije alkohol, tak trochu jako benzin, aby mohl fungovat, aby vlastně od rána jel. Ale pak jsou lidé, kteří pijou epizodicky, a to je taková nebezpečná forma závislosti. Ne, že by ta první byla bezpečná, ale tahle ta je taková klamná, protože ten člověk vlastně v tom mezidobí abstínuje. Abstínuje dobře, abstínuje se mu hezky, nemá s tím problém. Hladinka se nadře, aby abstinovala každý den. A ten, který je epizodicky závislý..., prosím?

Vladimír KROC, moderátor

Napsal uživatel MUDr. Zbyněk Mlčoch
Neděle, 16. září 2012 (20:05)

Já jsem se chtěl zeptat, jestli to je takzvaný kvartální alkoholik?

[MUDr. Gita PEKÁRKOVÁ, vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí, Psychiatrická léčebna Bohnice](#)

No, kvartální, ano, ano, ale myslím, že lepší název je právě ta epizodická závislost. Máte naprostou pravdu, že původně je to kvartální pití, ale nemusí to vždycky být po kvartálu. Může to být tak, jak říkala posluchačka, třeba jednou za měsíc, jednou za tři týdny. Někdo má dokonce ten tah třeba jednou za půlroku, ale pak pije týden v tahu a zničí všechno, co za ten půlrok vytvořil. A i to je závislost.

Vladimír KROC, moderátor

Tak myslím, že jsme toho řekli dost, i když ne samozřejmě zdaleka všechno. Snad na rozloučenou ještě jednou připomeňme číslo vaší linky, kam je možno ve čtvrtek volat.

[MUDr. Gita PEKÁRKOVÁ, vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí, Psychiatrická léčebna Bohnice](#)

Děkuju, pane redaktore. Je to tedy Centrum sociálně zdravotních služeb Praha 17, každý čtvrtek od 8 do 23 hodin, telefon je 724307775. Děkuju vám.

Vladimír KROC, moderátor

My děkujeme vám. To byla vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí v bohnické léčebně, doktorka Gita Pekárková. Já bych vám rád popřál co nejméně pacientů, nebo aspoň co nejvíce vyléčených. Mějte se hezky, na shledanou.

[MUDr. Gita PEKÁRKOVÁ, vedoucí lékařka oddělení pro léčbu závislostí, Psychiatrická léčebna Bohnice](#)

Moc děkuju, na shledanou.