

# Závislost na drogách u žen specifika a rizika



V čem je závislost u žen jiná než u mužů? Jaká jsou její specifika a signály, které mohou být poznávacím znamením rozvíjející se závislosti? Znáte rizika závislosti v těhotenství? Odpovědi přináší e-book, který máte právě před sebou.

## Termín závislost

- A** Ve spojitosti se zneužíváním návykových látek jde o stav, kdy se člověk bez dané látky nedokáže obejít a má nutkání ji opakovaně vyhledávat. Užívání návykové látky pro něj znamená únik od běžného života, povinností či problémů a důsledky jednání jdou v takové chvíli stranou.
- B** Pro závislost je typická ztráta kontroly nad vlastním tělem i chováním. Mění se vnímání situací a podnětů z okolí; závislý člověk má také narušenou pozornost a ztrácí schopnost posuzovat realitu okolo sebe.

Se závislostí se můžeme setkat jak na tělesné, tak duševní úrovni.

- Při té **fyzické** se tělo stává závislé na návykové látce, a pokud ji organismus nedostane, postihují závislého abstinční příznaky. V této souvislosti je potřeba zmínit také výraz tolerance, tedy jev typický pro rozvíjející se tělesnou závislost. Tělo závislého si postupně zvyká na danou látku a aby její užívání přinášelo stále stejný účinek, musí se dávky zvyšovat.
- Pro **duševní** závislost je charakteristické, že člověk pocituje silnou a neodolatelnou touhu požití návykovou látku. Pokud ji svému tělu nedodá, nastávají nepříjemné abstinční příznaky především v psychické rovině – depresivní stavy, apatie a touha obstarat si další dávku dané látky.

· Závislost se  
· může rozvinout  
· u kohokoliv bez  
· ohledu na věk nebo  
· pohlaví. Obzvláště  
· rizikové jsou ovšem  
· závislosti u žen  
· s ohledem na jejich  
· mateřskou roli.

## Specifika ženské závislosti

- Ženy v souvislosti s rozvojem závislosti čelí různým úskalím. Vznik závislosti u nich bývá rychlejší než u mužů a zdravotní dopady se u nich začínají projevovat dříve než u opačného pohlaví. Zároveň jsou ženy náchylnější k relapsům (opakovanému užívání návykové látky). To všechno může ovlivňovat také průběh léčby závislosti.
- Stavba ženského těla – jeden z důvodů, proč jsou ženy náchylnější ke zdravotním problémům souvisejícím například s nadměrnou konzumací alkoholu. Ženy většinou váží méně než muži a mají v těle více tuku a méně vody než muži. A protože tuk zadržuje alkohol, zatímco voda ho rozředuje, tělo ženy je účinkům alkoholu vystaveno ve větší míře. Ženy se sice častěji než muži zdráhají zahájit protialkoholní léčbu, pokud se pro ni ale rozhodnou, nijak jejich příslušnost k ženskému pohlaví nesnižuje účinnost léčby.
- Některé rozdíly jsou patrné také u nikotinu. Studie ukazují, že ženy jsou i po léčbě závislosti na tabáku náchylnější k opětovnému kouření. Vysvětlením může být například strach z nárůstu tělesné hmotnosti poté, co začnou abstinovat.
- Odlišnosti mezi pohlavími lze najít i v užívání opioidů. Do této skupiny látek patří například léky, které předepisují lékaři na bolest. Pacienti si na nich mohou vypěstovat závislost a ohroženější jsou v tomto případě právě ženy. Důvodem je častější užívání opioidů ženami, což může souviset s jejich větší náchylností k chronickým bolestem, které lékaři řeší často právě těmito léky.
- Při léčbě závislosti, kterou doprovází psychoterapie, se často ukazuje, že závislé ženy mají narušené vnímání vlastního těla, nejasnou ženskou roli a mají problémy s navazováním vztahů. Toto všechno může mít kořeny již v dětství a dospívání, a proto by v rámci léčby nemělo být toto specifické ženské téma tabu.
- Dalším rysem ženské závislosti na návykových látkách je také souběžná závislost na partnerovi – ať už existenční či psychická. Tato skutečnost pak mnohdy komplikuje léčbu a závislé ženy se musí také naučit, jak změnit svůj zavedený životní styl a vztahy. V případě těhotenství, které by jinak pro nastávající matky mohlo být silnou motivací pro boj se závislostí, se navíc ženy závislé na partnerovi dostávají do situace, kdy nemusí ustát tlak partnera nepodporujícího léčbu a závislost dlouhodobě neřeší.

## Co všechno hrozí při užívání návykových látek v těhotenství?

Právě v období gravidity je velmi důležité, aby se do těla ženy nedostávaly žádné škodlivé látky. Ovlivňují totiž nejen samotnou ženu, ale také vyvíjející se plod. Obecně vzato se jakákoliv závislost může podepsat na velikosti novorozence, na stavu jeho plic, mozku a srdce a způsobit mu doživotní psychické potíže nejrůznějšího charakteru. Nastávající matka je v souvislosti s těhotenstvím ohrožena především předčasným porodem, nebo samovolným potratem.

Následuje přehled nejčastěji zneužívaných látek a jejich stručný popis pro lepší orientaci v této problematice. V tabulkách je uveden vliv jednotlivých látek na ženy v těhotenství a na jejich nenarozené děti.



## Tabák

Mezi nejčastěji udávané důvody užívání tabáku patří lepší výkon, psychická úleva či snížení pocitu hladu. Závislost na nikotinu je ale jen jedním z mnoha rizik, které kouření přináší. Cigarety obsahují tisíce dalších škodlivých chemických látek, které se při kouření dostávají do těla a poškozují plíce a srdce jak u matky, tak nenarozeného dítěte.

Vliv tabáku na nastávající matku	Vliv tabáku na plod, novorozence a dítě v pozdějším věku
<ul style="list-style-type: none"><li>• Riziko předčasného odloučení placenty od dělohy, které ohrozí život matky i plodu</li><li>• Vyšší výskyt předčasných porodů</li><li>• Snížená tvorba mateřského mléka</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Snížený přísun kyslíku pro plod</li><li>• Nízká porodní hmotnost</li><li>• Vyšší riziko syndromu náhlého úmrtí dítěte</li><li>• Srdeční vady</li></ul>

## Alkohol

K obecným rizikům závislosti na alkoholu patří mimo jiné chronické onemocnění slinivky břišní, jater a žaludku. Alkohol také poškozují nervovou soustavu a škodí cévám. U silně závislých osob hrozí při nedostatečném množství alkoholu extrémní forma abstinčních příznaků – delirium tremens. V tomto stavu může závislý ztrácet vědomí, má silné halucinace a tělo postihují záchvaty třesu. Nebezpečí alkoholové závislosti u těhotných žen spočívá mimo jiné v novorozeneckém abstinčním syndromu, podrobně níže.

Vliv alkoholu na nastávající matku	Vliv alkoholu na plod, novorozence a dítě v pozdějším věku
<ul style="list-style-type: none"><li>• Zvýšené riziko potratu</li><li>• Zvýšené riziko porodu mrtvého dítěte</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Nízká porodní hmotnost</li><li>• Opožděný vývoj</li><li>• Poruchy spánku a pozornosti</li></ul>

## Kokain

Tato látka má coby droga silně nabuzující účinky. Jejich intenzita a délka trvání závisí na způsobu užití. Bez ohledu na to, zda se droga aplikuje nosem, ústy nebo do žíly, může mít pro těhotnou ženu i nenarozené dítě fatální důsledky.

Vliv kokainu na nastávající matku	Vliv kokainu na plod, novorozence a dítě v pozdějším věku
<ul style="list-style-type: none"><li>• Riziko srdečního záchvatu ve vyšším stádiu těhotenství</li><li>• Zvýšené riziko potratu</li><li>• Riziko předčasného odloučení placenty od dělohy, které ohrozí život matky i plodu</li><li>• Omezené proudění krve od matky k plodu</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Špatná poporodní adaptace novorozence</li><li>• Vyšší riziko syndromu náhlého úmrtí dítěte</li><li>• Deformace vnitřních orgánů</li><li>• Náchyllost k infekcím</li></ul>

## Marihuana

Cigarety z konopí setého silně dráždí plíce a obsahují více rakovinotvorných chemikálií než cigarety s tabákem. Kouření marihuany zatěžuje srdce a u psychicky labilních osob může vyvolat úzkostné a panické stavy, a to nejen v těhotenství.

Vliv marihuany na nastávající matku	Vliv marihuany na plod, novorozence a dítě v pozdějším věku
<ul style="list-style-type: none"><li>• Riziko předčasného porodu</li><li>• Vyšší riziko úrazů v souvislosti se zhoršenou koncentrací a koordinací</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Třes</li><li>• Zvýšená lekavost a úzkostlivost miminka</li><li>• Problémy s pamětí, hyperaktivita</li><li>• Depresivní stavy</li></ul>

## Heroin

Typickou formou užívání heroínu je aplikace do žíly. To představuje vysoké riziko různých infekčních onemocnění (např. hepatitida typu B a C, HIV/AIDS, tetanus a další), které jsou nebezpečné za všech okolností. Obzvláště rizikové tyto nemoci ale mohou být pro těhotné ženy s ohledem na jejich stav a vývoj plodu.

Vliv heroínu na nastávající matku	Vliv heroínu na plod, novorozence a dítě v pozdějším věku
<ul style="list-style-type: none"><li>• Zvýšené riziko preeklampsie (závažný stav, který ohrožuje zdraví matky i dítěte, provází ho vysoký tlak a může vést k silným křečím)</li><li>• Krvácení v posledním trimestru těhotenství</li><li>• Vyšší riziko porodu koncem pánevním</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Závislost novorozence a abstinční příznaky po narození</li><li>• Dýchací potíže</li><li>• Nízká porodní hmotnost</li><li>• Narušený psychický vývoj</li></ul>

## Pervitin

Pervitin je silně stimulující látka a opakované užívání způsobuje psychické problémy spojené s halucinacemi, falešnými představami o realitě a různými bludy. Riziko pervitinu spočívá mimo jiné v tom, že jeho uživatelé mnohdy přecházejí na další drogy, například opiáty.

Vliv pervitinu na nastávající matku	Vliv pervitinu na plod, novorozence a dítě v pozdějším věku
<ul style="list-style-type: none"><li>• Zvýšené riziko potratu</li><li>• Riziko předčasného odloučení placenty od dělohy, které ohrozí život matky i plodu</li><li>• Vyšší riziko předčasného porodu</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Nedostatečné zásobení plodu kyslíkem</li><li>• Vyšší riziko syndromu náhlého úmrtí dítěte</li><li>• Srdeční a plicní problémy</li></ul>

## Závislost a těhotenství – myslete dopředu!

Pokud žena zjistí, že je těhotná, není jednoduché (a někdy ani možné nebo žádoucí), aby ze dne na den přestala návykové látky užívat.

- Prvním krokem, bez kterého se žádná závislost nebo zneužívání návykových látek neobejde, je přiznat si, že něco není v pořádku. V případě příležitostného užívání návykových látek bývá těhotenství dostatečně silnou motivací, aby ženy odložily cigarety, alkohol či se vzdaly užívání dalších látek.
- Případy, kdy je nastávající matka závislá, se ale většinou bez odborné pomoci neobejdou. Už proto, že dlouhodobé užívání drog nepříznivě ovlivňuje vnímání a závislý člověk sám neumí reálně vyhodnotit celou situaci a její důsledky. Přesto je i v takovém momentě klíčovým výchozím bodem rozhodnutí svůj stav změnit. Vědomí, že podobné problémy úspěšně zvládlo mnoho dalších žen-matek, může hrát při boji se závislostí důležitou roli.

**Pokud patříte do skupiny závislých, své problémy v těhotenství přestaňte tajit. Pro lékaře jsou informace o závislosti velmi důležité, aby se o vás mohl správně postarat v případě abstinenčních příznaků a aby vám mohl vysvětlit nejlepší možný postup na následující týdny a měsíce. Když bude vědět, s jakým problémem se potýkáte, může lépe doporučit zařízení, kde vám pomohou odborníci.**

Když o svých problémech řeknete také někomu blízkému, komu důvěřujete, významně vás to může podpořit během léčby a v náročných situacích, které mohou léčení provázet.



Čemu byste se naopak měly určitě vyhýbat, je kontakt s lidmi, kteří ve vašem případě nějakým způsobem ke zneužívání návykových látek přispívají. Ať už se na něm přímo či nepřímo podílejí nebo je máte spojené s konkrétními rizikovými místy či aktivitami. Mnohdy bývá do závislosti aktivně zapojen také partner ženy, který je sám na nějaké návykové látce závislý nebo jinak přispívá k závislosti své partnerky. Takové situace jsou velmi komplikované a bez pomoci se z tohoto začarovaného kruhu ženy dostávají jen obtížně.

### **Každé těhotenství závislé ženy se považuje za rizikové.**

Pokud porodí žena, která je závislá na drogách nebo je v substituční léčbě, dozví se o tom od zdravotníků přímo sociální pracovnice. Následně dojde na prověřování řady faktorů – kontroluje se prostředí, do kterého se matka po porodu chystá vrátit, její připravenost starat se o dítě, ochota léčit se, partnerské zázemí a další. Sociální pracovnice rozhodne, zda bude dítě po propuštění z porodnice v péči matky nebo jiné osoby, například z širšího okruhu rodiny, případně v péči nějakého zařízení.

**Se všemi sociálními aspekty mateřství mohou ženám ještě před porodem pomoci pracovníci specializovaných center nebo stacionářů, kteří nastávající matky připraví na všechny důležité kroky.**

⋮ Tisíce dalších škodlivých chemických látek, které se při kouření dostávají do těla a poškozují plíce a srdce jak u matky, tak nenarozeného dítěte.

## Jak probíhá léčba

Léčba závislosti je velmi individuální záležitost a závisí na mnoha faktorech – mimo jiné na typu návykové látky a stupni závislosti, zdravotním stavu, případném těhotenství a jeho stádiu a dalších okolnostech.

V případě závislosti na opioidech může zásah lékaře spočívat například v zahájení substituční terapie, která snižuje touhu po návykové látce. Kromě dosažení abstinence, která je cílem léčby, je zásadním opatřením také předcházení relapsům, tedy opětovnému užívání dané látky. Proto se do terapie zařazuje i psychologická pomoc, aby se závislé ženy naučily, jak zvládat touhu po droze.

### **Svá specifika má také substituční léčba závislosti na opiátech v období těhotenství:**

- Podává se během ní minimální množství zvolené látky, která potlačí abstinenci příznaky, a dávka musí být stabilní. Případné snižování dávky je možné ve 4. – 6. měsíci těhotenství. Náhlé vysazení by mohlo být příčinou předčasného porodu.
- Cílem je také zabránit vzniku novorozeneckého abstinenciho syndromu. V těhotenství se k substituční léčbě používá metadon a buprenorfin.
- Pokud těhotná žena vyhledá odbornou pomoc, nespornou výhodou takového rozhodnutí je nejen samotná léčba závislosti, ale také možnost sledovat vývoj nenarozeného dítěte.
- K léčbě je ovšem nutné poznamenat, že i substituce metadonem může mít vliv na novorozenecký abstinenciho syndrom – ten může trvat dále a být intenzivnější než například při užívání heroinu. V případě buprenorfinu bývá abstinenciho syndrom naopak mírnější.

Bez ohledu na to, zda je závislá žena těhotná, nebo již děti má, léčba samozřejmě nekončí překonáním abstinenciho příznaků. Po této prvotní fázi nastává období, kdy je nutné se zbavit psychické závislosti a systematicky pracovat na svém zázemí, péči o dítě, dalším uplatnění a budovat kvalitní mezilidské vztahy.



## Novorozenecký abstinenční syndrom (NAS)

Tento výraz se používá pro všechny příznaky, které se vyskytují u novorozence, a způsobila je droga užívaná matkou v těhotenství. Lékaři ho zaznamenávají až u 90 % dětí, jejichž matky v těhotenství užívaly drogy (opiáty, stimulační látky, konopné drogy i alkohol).

To, jak rychle se problémy u novorozence projeví, jak budou silné a jak dlouho budou trvat, závisí na typu návykové látky i na době trvání závislosti. Nejrychleji se NAS objevuje u dětí matek závislých na heroinu.

### K nejčastějším problémům novorozenců s NAS patří:

- poruchy dýchání, sekrece z nosu, dušnost, zívání
- křeče, podrážděnost, nespavost
- problémy s udržení tělesné teploty
- průjmy, zvracení, problémy při krmení, zhoršená schopnost sání

Jedním ze způsobů, jak se NAS vyhodnocuje, je bodování několika sledovaných oblastí: hodnotí se mimo jiné reflexy, reakce nervové soustavy, zažívací potíže, dýchání. Podle dosažené hodnoty se buď přistupuje k léčbě novorozence pomocí léků (například morfinu a fenobarbitalu, pokud žena v těhotenství užívala opioidy), nebo se dbá na co nejvhodnější režim a podpůrnou péči.

Novorozenec by neměl okolo sebe mít žádné rušivé vlivy, veškerá manipulace s ním musí probíhat velmi jemně, ideálně v temném a tichém prostředí. Není ničím výjimečným, že závislé těhotné ženy mají špatné stravovací návyky a plod tak nemá dostatek všech potřebných živin. Po narození se proto musí velmi pečlivě dbát na výživu novorozence.

## Kde si říct o pomoc

Pro vývoj dítěte po narození (stejně jako pro budoucnost matky obecně) je samozřejmě zásadní zázemí, ve kterém budou žít, zájem o dítě ze strany matky či její schopnost o potomka samostatně pečovat. Všechny tyto otázky by měla žena řešit co nejdříve, ideálně ještě před porodem, protože ponechat jakákoliv zásadní rozhodnutí na dobu po porodu může být velmi komplikované.

- ⋮ [Pomoc se dá vyhledat na různých místech.](#)
- ⋮ [Hlavní je, aby to bylo včas.](#)

Jakýkoliv prvotní kontakt s některou z organizací, stacionářem nebo terapeutickou komunitou, které se zabývají pomocí drogově závislým, se může už v rané fázi těhotenství stát odrazovým můstkem pro další kroky. Pracovníci, kteří se v problematice závislostí a návykových látek velmi dobře orientují, doporučí další kontaktní místa, která jsou v daném případě důležitá. Nastávající matky tak mohou začít řešit nejen vhodný typ a místo léčby, ale i sociální záležitosti, kontakt s lékaři, výběr porodnice a další související záležitosti.



## Matka se závislostí je problémem i pro starší děti

Závislost na návykových látkách není pro ženy problematická zdaleka jen v době těhotenství nebo při sžívání se s mateřskou rolí. Závislost zásadně ovlivňuje také výchovu dětí a prostředí, ve kterém vyrůstají. I velmi malé děti dokážou vnímat napjatou atmosféru, ve které se žena soustředí primárně na návykové látky a svoje potřeby související s jejich obstaráváním a užíváním.

Pro děti z prostředí, kde nemají potřebné citové zázemí, je typická nejistota, úzkosti, ale také přecitlivělost a agresivita. Zásadní je ale vysoké riziko vzniku závislosti u dětí v pozdějším věku, tedy reprodukování chování, kterým byly v dětství obklopeny.

V domácím prostředí narušeném jakoukoliv závislostí matky postrádají děti základní pocit jistoty, nemají vzory ani návyky související se zvládnutím náročných životních situací. Ve školním věku se tak stávají tím, kdo má horší prospěch i problémy s chováním a přijímáním autorit.

Závislost matky se pak v dlouhodobém horizontu promítá i v horším uplatnění v pracovním životě, může být příčinou komplikovaných osobních vztahů i problematického formování vlastní rodičovské role.

## Máte starost o někoho ve svém okolí?

Možná jste se ocitli v roli osoby, která má podezření, že v jejím blízkém okolí je nějaká nastávající, nebo již zkušená matka s problémy s návykovými látkami. Pokud ano, pak je na místě pokusit se podat takové ženě pomocnou ruku. Třeba právě vyhledáním nebo kontaktováním nejbližšího zařízení, kde se závislými matkami pracují. Čím dříve se zneužívání návykových látek začne řešit, tím lépe pro matku i dítě.

Mezi známky zneužívání návykových látek či závislosti patří:

- změny v chování jako např. zapomnětlivost, podrážděnost, zvýšená agresivita
- omezení dřívějších zájmů, kontakty s jinými lidmi
- pocity vyčerpání, bezmoci, depresivní sklony
- rychlé změny nálad
- zarudlé oči, časté posmrkávání a popotahování nosem
- pokles zájmu o svoje okolí
- vyhýbání se rodině, přátelům
- nabádání ostatních například ke konzumaci alkoholu nebo dalších látek
- problémy v zaměstnání

Pokud se objeví vážné obtíže, jako jsou silné křeče, sebevražedné myšlenky či sklony ubližovat ostatním, ale třeba i necitlivost některých částí těla, neměl by nikdo z okolí váhat s přivoláním lékařské pomoci. I to může být po překonání akutního stavu výchozím bodem pro budoucí léčbu.