

## **Prim. MUDr. Karel Nešpor, CSc. a PhDr. Ladislav Csémy : Prevence problémů působených alkoholem v rodině – nová zjištění**

### **Úvod**

Děti a dospívající v Česku patří z hlediska zneužívání alkoholu a jiných látek k nejohroženějším na světě. Podíl na tom má nízké zdanění alkoholu a nedostatečná a nedůsledně prosazovaná legislativa. O nestoudnosti zainteresovaných skupin svědčí např. snaha zařadit piva s obsahem 0,5 % alkoholu mezi limonády, aby bylo možné je propagovat mezi dětmi (Hospodářské noviny, 2012).

### **Prevence u dětí obecně**

V prevenci je třeba se soustředit na ty činitele, které lze ovlivnit. K těm patří mimo jiné rizikové a ochranné faktory na úrovni rodiny, jimž se v této práci zabýváme. Tyto faktory vstupují do interakcí s jinými a to pak rozhoduje o tom, zda u dítěte vzniknou problémy působené alkoholem nebo ne.

### **Některé ochranné a rizikové činitele na úrovni rodiny**

#### **Viditelnost a dostupnost alkoholu**

Van den Eijnden a spol. (2011) zjistili, že omezení viditelnosti a dostupnosti alkoholu doma, usnadnilo prevenci problémů působených alkoholem u dětí a dospívajících. Jednalo se o longitudinální studii, která kromě spotřeby alkoholu, zjišťovala i s alkoholem související problémy u dětí. Faktor viditelnosti a dostupnosti vstupuje do interakce s dalšími. Např. rodiče často reagují na problémy působené alkoholem u dětí tím, že sníží jeho dostupnost v domácím prostředí a začnou prosazovat ve vztahu k alkoholu přísnější omezení (Van den Eijnden a spol., 2011).

#### **Dostatek času na dítě**

S tím souvisí přiměřený dohled ze strany rodičů, který je zvláště důležitý během období časného a středního dospívání (Latendresse a spol., 2008).

#### **Jasná a prosazovaná pravidla a rozumná (tedy ne samoúčelná a přehnaná) disciplína**

Ukázalo se, že tak lze posunout začátek pití alkoholu do vyššího věku, což je v prevenci důležité (Van der Vorst a spol., 2006).

#### **Zákaz pití alkoholu doma**

Rodiče by rozhodně neměli dovolit dětem pití alkoholických nápojů v domácím prostředí, protože by tak zvyšovali riziko, že děti budou alkohol více zneužívat i mimo rodinu. Zvláště nebezpečné je nechat děti pít doma alkoholické nápoje v nepřítomnosti rodičů (Gilligan a spol., 2012).

#### **Příklad rodičů**

Zdrženlivost rodičů ve vztahu k alkoholu je z tohoto hlediska velmi prospěšná. Zneužívání alkoholu nebo závislost rodičů zvyšují riziko u dětí (např. Latendresse a spol., 2008). Zdá se, že tento faktor získává na velké důležitosti zvláště v době středního a pozdního dospívání a stává se ještě významnější nežli výchovný styl (viz také Nešpor, 2012). Je také třeba brát v úvahu skutečnost, že nekontrované pití alkoholu na straně rodičů pronikavě zhoršuje jejich schopnost konsistentně a efektivně prosazovat rozumná pravidla.

Jedná se o rozšířený a závažný problém. To lze ilustrovat údaji z Velké Británie (Manning a spol., 2009). Podle těchto autorů přibližně 30 % dětí ve věku pod 16 let žije v rodině, kde jeden z rodičů pije v tazích, 22 % žije v rodinách, kde jeden z rodičů pije alkohol rizikově a 6 % v rodinách, kde je jeden z rodičů závislý na alkoholu. Vzhledem k vysoké spotřebě alkoholu v Česku nelze přepokládat, že by podobný výzkum provedený zde přinesl příznivější výsledky.

Úspěšné protialkoholní léčení se příznivě projevuje i na chování dětí z rodin závislých rodičů, zejména co se agresivity a delikvence týče (např. Andreas a O'Farrell, 2009).

#### **Schopnost rodičů řešit problémy**

Neřešené rodinné problémy vyvolávají v dětech nejistotu a napětí a mohou vést k tomu, že se děti pokoušejí unikat k alkoholu či jiným látkám. Z tohoto hlediska jsou velmi prospěšné manželské poradenství a rodinná terapie, které u nás poskytují např. poradny pro rodinu, manželství a mezilidské vztahy.

#### **Volnočasové aktivity**

V prevenci problémů působených alkoholem a jinými drogami se často zdůrazňuje prospěšnost kvalitních zálib, zejména sportovních. Údaje z české populace dospívajících ale naopak svědčí pro to, že některé sporty, jako fotbal nebo box, zvyšují riziko zneužívání alkoholu. Domníváme se, že je to způsobeno tím, že často dochází ke společnému pití alkoholu po tréninku nebo po zápase. Tento faktor svojí závažností často převáží pozitivní vliv fyzické aktivity (Nešpor a Csémy, 2012).

### **Využívání poznatků v praxi**

Gilligan a spol. (2012) správně upozorňují na skutečnost, že přenositelnost teoretických poznatků do výchovné praxe v rodinách představuje vážný problém. Z tohoto hlediska mohou sehrát významnou úlohu praktičtí lékaři, jiní zdravotníci i pedagogové, s nimiž přicházejí rodiče často do styku a kterým důvěřují. Další informace o prevenci v rodině viz Nešpor a Csémy (2003). Tento materiál je volně ke stažení [www.drnespor.eu](http://www.drnespor.eu).

### **Literatura**

Andreas JB, O'Farrell TJ. Alcoholics Anonymous attendance following 12-step treatment participation as a link between alcohol-dependent fathers' treatment involvement and their children's externalizing problems. *J Subst Abuse Treat.* 2009; 36(1):87-100.

Gilligan C, Jahnsen N, Lynagh M. Parental supply of alcohol and adolescent risky drinking. *Drug and Alcohol Review* 2012; 31(6):754-62.

Hospodářské noviny. Pivovary chtějí přeřadit nealko piva mezi limonády. Můžou je pak nabízet dětem. 21. 11. 2012. citováno podle internetové verze.

Latendresse SJ, Rose RJ, Viken RJ, Pulkkinen L, Kaprio J, Dick DM. Parenting mechanisms in links between parents' and adolescents' alcohol use behaviors. *Alcohol Clin Exp Res.* 2008; 32(2):322-30.

Manning V, Best DW, Faulkner N, Titherington E. New estimates of the number of children living with substance misusing parents: results from UK national household surveys. *Source BMC Public Health.* 2009; 9:377.

Nešpor K. Prevence návykových nemocí v rodině. *Alkoholizmus a drogové závislosti (Bratislava)* 2012; 47(2):115-120. Volně dostupné na [www.drnespor.eu](http://www.drnespor.eu).

Nešpor K., Csémy L.: Alkohol, drogy a vaše děti. Jak problémům předcházet, jak je rozpoznávat, jak je zvládat. 5. revidované vydání. Praha: Sportpropag 2003; 104. Volně dostupné na [www.drnespor.eu](http://www.drnespor.eu).

Nešpor K, Csémy L. Těsná aktivita a návykové nemoci: překvapivá zjištění. *Lékařské listy ZDN* 2012, 61(12): 29-30. Dostupné na [www.drnespor.eu](http://www.drnespor.eu).

Van den Eijnden R, Mheen D, Vet R, Vermulst A. Alcohol-specific parenting and adolescents' alcohol-related problems: the interacting role of alcohol availability at home and parental rules. *J Stud Alcohol Drugs.* 2011; 72:408-17.

Van der Vorst H, Engels RC, Meeus W, Deković M. The impact of alcohol-specific rules, parental norms about early drinking and parental alcohol use on adolescents' drinking behavior. *J Child Psychol Psychiatry.* 2006; 47(12):1299-306.

Prim. MUDr. Karel Nešpor, CSc.

[www.drnespor.eu](http://www.drnespor.eu)

[www.youtube.com/drnespor](http://www.youtube.com/drnespor)