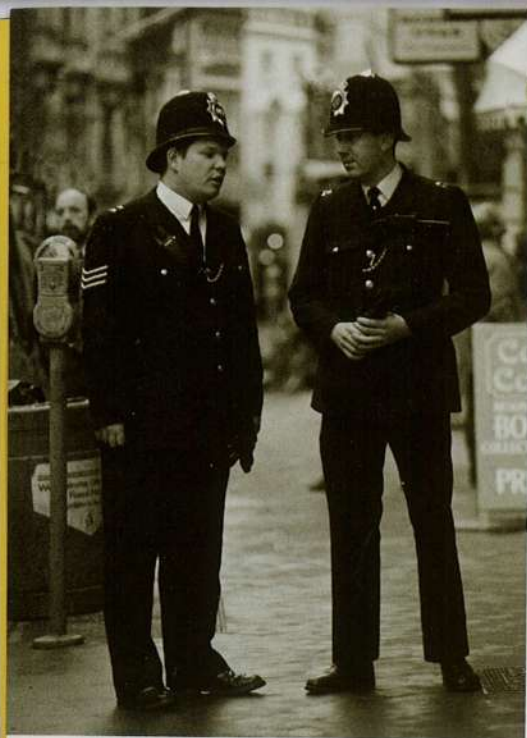


# Dekontaminace





# Praha není Londýn, Londýn není Praha

Napadlo mě, jak se asi má člověk závislý na drogách v Praze a jak třeba v Londýně. Má co závidět Honza Johnovi nebo John Honzovi?

Honza může jít do Káčka, může se se svým teréňákem potkat v pět na Muzeu, může mu dokonce zavolat na mobil, může zajít do kteréhokoliv krizového centra a může si být jistý, že ho nikdo neodmítne. Když nechce, nemusí sedat v podchodech, klepat se zimou a abstákem v zákoutích metra a žebrot o drobné do kelímku od coly. Nemusí dokonce ani spát na ulici, nechat se překračovat proudícím davem, shánět pod sebe karton a na sebe ubohou deku. Taky nemusí dojídat zbytky bramboráků ani párků. A může za dvacku nabízet Nový prostor.

John může na Oxford Street prodávat Big Issue, a to ostatní může mít v pohodě taky. Jenomže Johna, ať chce, nebo nechce, si Londýňané moc nevíšimají. Obcházejí ho na chodníku, odvracejí se od něj v metru a dívají se skrz jeho Big Issue.

V Londýně je v módě ignorance. Toho jsem si všimla hned, jak jsem do tohohle city přijela. Do Prahy ignorance zatím nedorazila. Protože ať máte desítky strupů po vpichách, neumyté vlasy, fleky na kalhotách, smrdíte a melete nesmysly, pořád vás lidi buď litují, nebo ztracují. Nic mezi. A to je asi ten rozdíl, ne?

ira



## OBSAH:

2 Úvodník, 4–5 Dámy na jehlách, 6–7 Dítě přes palubu, 8–9 Do kavárny na Internet, 10–11 Je čas se zamyslet, 12–13 Přímo do žíly, 14 Nezapomeň, rodiče nejsou bezmocní, 15 Profil zařízení: TK Karlov (matky s dětmi), 16–17 Stalo se, 18–19 Toxické psychózy I., 20 Recenze: Tygr a Drak, 21 Judra, Mudra, 22–23 Žily II.

### Redakce:

Daniel Tlampa  
Radka Prašilová  
Blanka Korčíšová  
Ivona Rožárková  
Petr Hrdina

### Grafická úprava, produkce a tisk:

[www.print-house.cz](http://www.print-house.cz)


### Ilustrace:

Petr Morkes

### Kontakt:

Terénní programy  
Novovysočanská 604A  
Praha 9, 190 00  
Tel.: 02/684 16 59

náklad: 2 000 ks.



Dítě leží v inkubátoru a nožičky se mu třesou. Pětatřicetiletá Ester se na svoje miminko takhle dívala šest týdnů. „Musela jsem plakat. Cítila jsem se hrozně provinile. Mojí malé holčičce bylo hrozně, protože nedostala svou dávku. Já sama beru sedmáct let, tak si umím představit, jak hrozné to je.“

Nešlo o první Esterino dítě, už má dva syny, desetiletého a sedmnáctiletého. Starší chlapec žije v adoptivní rodině a mladší u babičky. „Pro mě byla tohle třetí šance. Mám kolem sebe nejmíň šest lidí, kteří mě hlídají, abych to zvládla. Někdy je té kontroly trochu moc, ale většinou mi to pomáhá k tomu, abych se snažila. Už dvakrát se mi to zvrtno špatným směrem a já nechci, aby se to stalo znovu.“

Ester nebyla moc překvapená, když jí doktor řekl, že je těhotná. „Nebylo mi už chvíli úplně dobře, ale nebyla jsem si jistá, protože menstruaci nemám už léta. Na to, abych jí měla, jsem brala trochu moc. Zkoušeli mě přesvědčit, abych šla na potrat. Ale když zjistili, že si to nenechám vzít, začali mi okamžitě pomáhat. Na posledních šest týdnů těhotenství se mi podařilo přejít na metadon. Chtěla jsem být čistá, až se dítě narodí. Judita se narodila na začátku dubna. Pak jsem musela chodit do nemocnice na krmeni každé ráno celých šest týdnů. Musela jsem projevit aspoň nějakou zodpovědnost. A zvládla jsem to.“

**Z Mainline přeložilo Blko**

# DÁMY NA

**Dekontaminaci vydáváme pro uživatele drog bez rozdílu rasy, pohlaví, vyznání či politické orientace. A najednou je tu článek, který je určen pro menší a něžnější část našich čtenářů. Považujte to za upozornění, že holky mají kromě běžných starostí toxika, ještě nějaké navíc...**

O menstruaci se dá přijít docela rychle. Spolehlivě ji nedostanete, když berete tvrdé drogy (heroin, kokain). U pervitinu to není jednoznačné – měsíčky mohou vynechat, ale neztrácí se úplně. U heroínu stačí pár měsíců častějšího užívání, aby menstruační kalendář ztratit svoji funkci. K úplné ztrátě menstruace, přerušované občas různě silným krvácením, dochází tedy po celkem krátké době užívání tvrdých drog.

Na menstruační cyklus má vliv také tvůj celkový tělesný stav. Přetěžuješ-li organismus koňskými dávkami těch nejrůznějších roztoků, a přitom mu nedodáváš dostatek výživných látek, vitamínů a minerálů, nediv se, že máš osklivou pleť a nevypadáš vůbec přitažlivě. Avitaminóza a vyčerpání jsou předvojem pro ztrátu plodnosti. Šance mít zdravé dítě se v tuto chvíli začíná snižovat! Ale nechápej to prosím jako spolehlivou antikoncepci, protože i teď může dojít ke spontánní ovulaci (uvolnění vajíčka) a ná-

slednému otěhotnění. Také je ale klidně možné, že si své gravidity (těhotenství) ani nevšimneš, jelikož tvoje devastované tělo není schopno přijmout plod a raději jej vypudí ven v podobě silnějšího krvácení. Zkrátka samovolný potrat.

## Pečujte o svoje vajíčka

Kvalita a množství ženských pohlavních buněk – vajíček je dána už v období embryonálního vývoje (tj. v době, kdy je tato žena embryem – nenarozeným plodem). Každá dostane do vlnky asi dva miliony vajíček, z toho si do dospělosti přináší kolem čtyři set tisíc, z nichž ovuluje (uvolňuje se po dozrání z vaječnicků) jen malá část. Vývoj folikulu (vajíčka) je negativně ovlivněn pouze v době, kdy bereš drogy – nikoli před tím ani potom. Důvod je následující: drogy se vážou na receptory v centrální nervové soustavě, kde se zároveň tvoří hormony, které ovlivňují vývoj vajíček. Protože brání drog negativně působí

# JEHLÁCH

na vývoj hormonů, ty pak mají negativní vliv na vývoj vajíček (totéž platí o mužském spermatu, které se navíc tvoří v tříměsíčních cyklech během celého života, takže možnost momentálního ovlivnění je velká). Platí tedy, že jakmile přestaneš drogy užívat, riziko poškození plodu se – tak jako u normální populace – snižuje na 3 %.

## Než vpustíte spermie

Menstruace se samovolně obnovuje do jednoho až tří měsíců po vysazení drog. Většinou není třeba podávat speciální léky. Jasně že je ideální mít miminko až po detoxifikaci a následné rehabilitační terapii v doléčovacím zařízení. V kombinaci s dostatečně výživnou stravou je šance porodit zdravé dítě velká. Dítě bez trvalých vad se může samozřejmě narodit i těžce závislé narkomance, ale riziko je s ohledem na rytmus jejího fetálního života mnohem vyšší.

## Porod

I když třeba už dlouho nemáš menstruaci, můžeš být těhotná – poznáš to samozřejmě podle zvětšujícího se břicha. Nemusíš mít strach navštívit gynekoložku, protože je vázaná lékařským tajemstvím, takže by tvoji závislost neměla v žádném případě

„udat“. Jestli máš přece jenom obavy, běž přinejmenším pro radu do Káčka. Vyheň se tak ošklivému pohledu na zmodralé novorozeně třesoucí se v abstráku na porodním sále. Rozhodně však neváhej, jsi-li nemocná HIV/AIDS nebo máš-li žloutenku. Hrozí totiž, že bys svoje nemoci přenesla na dítě (přenašečkami jsou výhradně matky; otcové jsou v tomto případě přenašeči pouze při pohlavním styku). Žloutenka typu B se hned po porodu novorozeněte očkuje, na žloutenku typu C neexistuje očkovací látka a riziko postižení dítěte stoupá. Přestože se čas od času vyskytují i negativní případy (projev se však až třeba po dvou letech), přisoudit dítěti do kolíčky AIDS znamená poslat ho téměř s jistotou na smrt. Tehdy ti zřejmě bude doporučena interrupce (umělé ukončení těhotenství).

**ira**

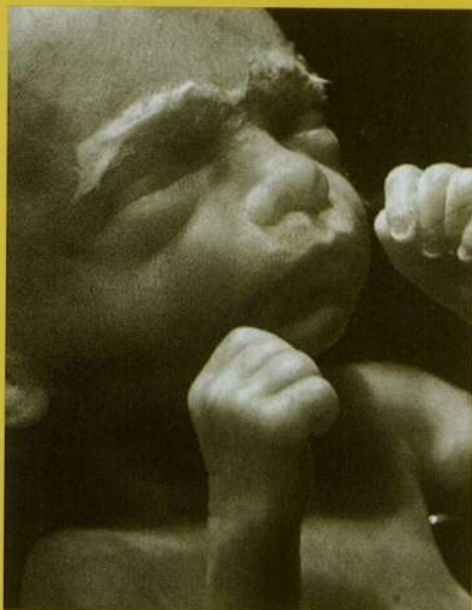
*Za cenné informace děkujeme MUDr. Hlaváčkové z gynekologické ordinace v Písku*

Pokud bereš drogy a máš nějaké gynekologické potíže nebo chceš předepsat antikoncepci nebo jsi těhotná obrať se na Káčko SANANIM, které Ti doporučí, případně telefonicky domluví návštěvu u konkrétního gynekologa, se kterým se nebudeš muset bát mluvit otevřeně.

# Dítě přes palubu

**Ženy, které berou drogy „z ulice“, mají díky svému životnímu stylu často velmi nepravidelnou menstruaci. Jejich plodnost však většinou není narušena a mohou otěhotnět stejně jako každá jiná žena. Proto se nyní budeme věnovat nežádoucímu vlivu, který mají drogy na dítě, a to ať ještě v břiše, nebo po narození.**

Těhotenství se rozděluje na tři trimestry po třech měsících. V prvním trimestru se utváří plod, během druhého se vyvíjejí orgány, pro poslední trimestr je charakteristický vývoj mozku a plic. Jestliže bereš drogy a otěhotníš, je velmi důležité navštívit lékaře a pravdivě mu říci, jaké drogy užíváš. Jinak se nebude moci dobře postarat o tebe ani o tvé dítě. Proto je třeba najít si lékaře, kterému důvěřuješ.



## **Vliv drog na dítě**

Většina drog se k dítěti dostane skrze placentu, později pak z mateřského mléka při kojení. Některé drogy způsobují vrozené vady, zejména užívá-li je těhotná žena během prvního trimestru. Nejopatrnější je třeba být s užíváním alkoholu a všech druhů léků, jako jsou barbituráty, antibiotika a prášky proti bolesti. Tvrdé drogy samy o sobě většinou nezpůsobují vrozené vady, ale mohou vyvolat předčasný porod, který nemusí dítě přežít.

Během těhotenství je pro dítě nejdůležitější stabilita. Pravidelný životní rytmus pomůže předejít předčasnému porodu a dalším rizikům. Nepřestávej užívat drogy naráz a bez konzultace s lékařem. Jedině kokain a amfetaminy (pervitin) jsou výjimkou, ty přestaň užívat hned, jak budeš mít dojem, že jsi těhotná.

## **Účinky jednotlivých drog na plod a dítě** **Alkohol**

Alkohol konzumovaný během těhotenství způsobuje trvalé mentální poškození a vrozené fyzické vady. Přílišná konzumace alkoholu může vyvolat předčasný porod, porodní komplikace a později způsobit opožděný vývoj dítěte. Abstinenční příznaky se u novorozeněte vyskytují se výjimečně.

Po porodu je třeba vědět, že pozřený alkohol jde rovnou do mateřského mléka. Když matka vypije před kojením jednu nebo dvě skleničky, dítě odmítá krmení. Jestli bez alkoholu nemůžete vydržet, pijte těsně po kojení. Méně je lépe!

## **Amfetaminy (kokain, pervitin, taneční drogy, které obsahují amfetaminy)**

Amfetaminy jsou nejnebezpečnější drogy pro těhotné ženy. U těhotných, které užívají tento typ drog jsou potraty daleko častější než u matek, které užívají jiné drogy.

Vrozené vady nejsou dostatečně prozkoumány, plod může trpět např. nárazovitým zvýšením krevního tlaku. Životní styl odpovídající užívání kokainu často způsobuje předčasný porod a zpomalený vývoj plodu, později i dítěte.

Pokud amfetaminy užívá žena, která kojí, dostávají se přímo do mateřského mléka. Dítě může začít být neklidné, může mít poruchy spánku a mohou se také dostavit epileptické záchvaty. Udělejte vše pro to, abyste se amfetaminům úplně vyhnuly.

### **Opiáty**

Nebyly zjištěny žádné vrozené vady, které by způsobovalo užívání opiátů během těhotenství. Nicméně rytmus života podřízený užívání opiátů často způsobuje předčasný porod a zpomalený vývoj plodu. Když má těhotná žena abstinenční příznaky, způsobené vysazením opiátů, plod trpí nejméně tolik jako ona. Nepravidelné užívání opiátů způsobuje nepravidelný přísun kyslíku plodu a vyvolává předčasný porod.

Pokud jde o abstinenční příznaky novorozence, záleží na míře užívání opiátů a také na dítěti samotném. Tři čtvrtiny novorozeňat mají stejné abstinenční příznaky jako dospělí – třes, křeče, neklid, nespavost, zrychlené dýchání a dlouhotrvající pláč. Abstinenční příznaky se u dítěte objeví po porodu a mohou trvat až dva měsíce.

Kojení je většinou v kombinaci se životním stylem matky na opiátech nemožné. Na methadonu je kojení možné, ale jen užívejte-li ho hned po kojení nebo večer před spaním. Čím pravidelnější a stabilnější život vedete, tím lépe. Když se rozhodnete přestat s opiáty, je to nejlepší ve druhém trimestru a pod dozorem lékaře. Jinak berte pravidelné minimální dávky – nejlépe metadon – z rukou lékaře, ne z černého trhu. Informujte porodnici, že vy i vaše dítě jste závislí na opiátech.

### **Benzodiazepiny**

Vrozené vady u dětí žen, které užívaly během těhotenství benzodiazepiny nejsou známy.

Během porodu však mohou nastat u novorozence potíže s dýcháním.

Užívá-li matka benzodiazepiny denně, můžou se u dítěte po porodu projevit abstinenční příznaky – neklid, potíže se spánkem a krmením, epileptické záchvaty. Ty pak mohou trvat od dvou týdnů do osmi měsíců.

Benzodiazepiny v mateřském mléce způsobují u dítěte utlumenost a netečnost. Trvá velmi dlouho, než se benzodiazepiny z mléka vyloučí. Takže je jen jedna možnost: buď benzodiazepiny nebo kojení.

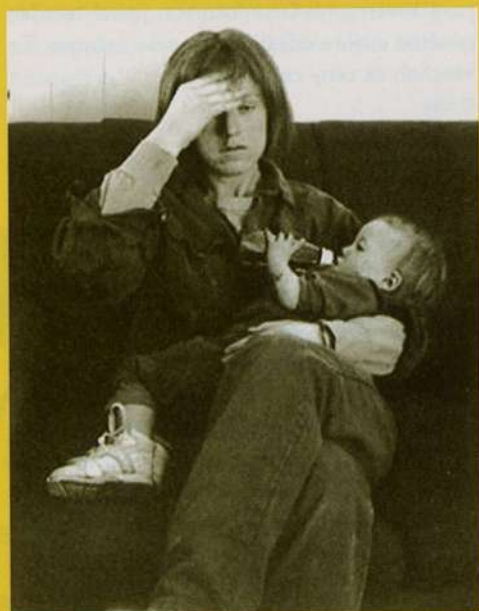
### **Tabák**

Kouření během těhotenství nezpůsobuje vrozené vady, ale plod má během kouření omezený přísun kyslíku a děti kuřáček mají obvykle menší porodní váhu. Je zde také riziko spontánních potratů, předčasného porodu a zvýšené riziko opožděného vývoje plodu.

*Abstinenční příznaky novorozence: žádné.*

*Rada: přestaň kouřit, můžeš-li.*

**Z Mainline přeložilo BLKO**



# DO KAVÁRNY

**Díky počítači a připojení na Síť můžeš být ve spoustě věcí v obraze. Obsahuje totiž informace – mimo jiné i o drogách.**

Internet dneska vládne světem. Fráze? Možná. Ale tak trochu to opravdu sedne. Tahle síť (raději psát s velkým S) nabízí pár užitečných možností snad úplně každému. A taky je pro všechny celkem snadno dostupná – tedy i pro čtenáře Dekontaminace. Člověk, který si chce trochu zasurfovát po Síti, už ani nepotřebuje mít na stole nějaké to PC. Internetové kavárny se líhnou jako houby po dešti dokonce i v menších městech. Co takové zařízení nabízí? Především snadný přístup k hromadě nejrozličnějších informací. A taky – a to je možná pro někoho ještě důležitější – neustálý rychlý kontakt s lidmi. Spousta lidí chodí do internetové kavárny hledat informace, jiní si tam jen přečtou maily a odešlou pár zpráv známým. To všechno za ceny celkem lidové.

## Mail je zadarmo

Pro ty, kdo se s internetovou poštou ještě neseťkali, jen pár stručných informací:

Prostřednictvím internetu je možné velmi rychle poslat zprávu z počítače připojeného k síti na "mailovou", tedy internetovou adresu jiného člověka. Tato adresa může většinou označovat paměťový prostor, který má adresát vyhrazený na některém poštovním serveru nebo internetovém portálu. Nejlepší na tom je, že tenhle prostor dostane každý, kdo o něj má zájem, zadarmo. U nás nejvíc lidí používá služby internetových portálů [www.seznam.cz](http://www.seznam.cz), [www.centrum.cz](http://www.centrum.cz) nebo [msn.atlas.cz](http://msn.atlas.cz), a taky poš-



tovní servery [mail.cz](http://mail.cz), [volny.cz](http://volny.cz) nebo [post.cz](http://post.cz). Ti, kteří trochu víc komunikují s lidmi za hranicemi naší malé zemičky, často dávají přednost americkému [yahoo.com](http://yahoo.com) nebo [hotmail.com](http://hotmail.com).

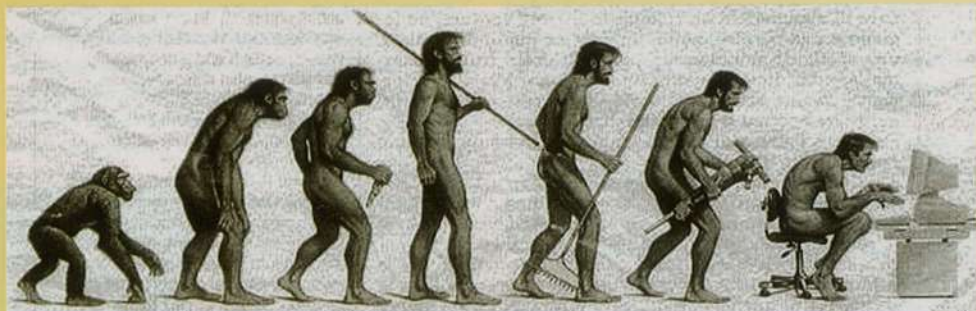
Jak získáš svoji vlastní mailovou schránku? Stačí přihlásit se na některou z těchto stránek (třeba [www.centrum.cz](http://www.centrum.cz)), najít si nabídku mailu a vyplnit příslušný formulář. Pak dostaneš přidělenou adresu, která se vždycky skládá z tvého jména a názvu konkrétního serveru – například [beda@centrum.cz](mailto:beda@centrum.cz). Trochu problém může být jen se jménem, pod kterým se chceš přihlásit. Musí se totiž odlišovat od jména všech ostatních lidí, kteří tam mají mailovou adresu. To znamená, že když už se jako beda přihlásil někdo před tebou, budeš si muset vymyslet něco nového.

## Záleží na rychlosti

K čemu je dobrá taková mailová adresa? Svoji poštu si můžeš přečíst, ať jsi kdekoli – samo-



# NA INTERNET



zřejmě pokud právě sedíš za počítačem připojeným k internetu. A tady se znovu dostáváme do internetové kavárny. Tam se může k počítači posadit každý. Podle čeho si takovou kavárnu vybrat? Pokud chceš jen přečíst poštu, stačí se orientovat podle ceny. V centru Prahy stojí čtvrt hodiny na Síti většinou okolo 25 Kč, mimo centrum se většinou dá pořídít levněji. Pokud si chceš něco najít, je důležité taky to, jak rychlé připojení k internetu kavárna má. Když se stránky budou otevírat


příliš pomalu, bude tě to stát víc času i peněz. Podle Karla Čapka z Café Electra na Rašínově nábřeží je ideální rychlost tak 256 kb/s. „Při takové rychlosti nemusíš čekat na obrázky a většinou to šlape,“ říká Karel. A co by člověk neměl v internetové kavárně nikdy dělat? „Hlavně nevypínat počítač. Ale to je většinou tak ošetřený, že se k tomu normální uživatel nedostane.“

**RAP**



**WWW.DROGOVAPORADNA.CZ**

provazuje občanské sdružení SANANIM

- Anonymní on-line poradna
  - Info o drogách
- 

# ...JE ČAS SE

**MUDr. Vratislav Řehák se řadu let zabývá léčbou virových hepatitid. Spolupracuje s mnoha centry, která se věnují léčbě závislostí. Působí v soukromém ambulantním zařízení na Praze I. Položili jsme mu několik otázek:**

**Zatímco počet lidí nakažených virem HIV v ČR ve srovnání se světem není tak velký, žloutenky (hlavně nebezpečné B a C) jsou mezi lidmi, kteří berou drogy injekčně, dost rozšířené. Můžete uvést nějaká čísla?**

Žloutenky, přesněji spíše hepatitidy, jsou u nás zatím větším problémem než HIV. Zdá se, že počet případů hepatitidy A a B mírně klesá. V roce 2000 bylo v ČR hlášeno 611 případů žloutenky typu A a 598 typu B. Je to samozřejmě pouze část případů, řada z nich není nahlášena nebo proběhne nepozorovaně, to ale neznamená, že nejsou nebezpečné a že ten, kdo hepatitidu má, nemůže nakazit své okolí. Mezi uživateli drog je jich stále hodně.

Nesrovnatelně horší však je situace s virovou hepatitidou typu C. Ta je mezi těmi, co si píchají, velmi častá a dále přibývá. V minulém roce bylo hlášeno 640 případů, více než polovina z nich u uživatelů injekčních drog. To je ale pouhý zlomek skutečných případů. Větší část infikovaných o své chorobě obvykle neví. Tato žloutenka je zrádná v tom, že u naprosté většiny postižených proběhne zpočátku zcela nepozorovaně. U více než 80 % infikovaných však přejde do chronického stádia, to znamená, že dotčený je nadále infikován, virus se v něm množí a poškozují játra, což obvykle trvá po celý život. Přitom dotčený nemusí mít velmi dlouho téměř žádné obtíže. Například ve Spojených státech jsou v současné době následky hepatitidy C nejčastějším důvodem k transplantaci jater. Také je důležité, že člověk s hepatitidou C ji může šířit dál. Zejména jehlami, přenos je však možný i pohlavní cestou, tetováním nebo piercingem. Také se může při porodu přenést z matky na dítě. Proti této žloutence očkování bohužel neexistuje.

**Co by měl člověk udělat, když se dozví, že má pozitivní test na žloutenku A, B nebo C?**

Myslím, že by se v té chvíli měl především zamyslet. Zamyslet nad svým dosavadním i dalším životem. Hepatitida často bývá první závažnou zdravotní komplikací v souvislosti s braním. Často tato komplikace může dotčeného provázet po mnoho dalších let, někdy i po celý život a může mu život i výrazně zkrátit. Je také rizikem pro jeho okolí. A to jsou skutečné důvody k velmi důkladnému zamyslení. Možná to může být první opravdu jasný důvod proč přestat.

Ale asi je důležité, co dělat prakticky. Asi nejprve by mělo být najít si lékaře. Lékaře, kterému bude důvěřovat a který poradí co lze a co nelze. Tento lékař také definitivně potvrdí diagnózu. Není dobré spoléhat na informace z doslechu, jsou často nesprávné. Asi nejlepší cestou, jak najít lékaře, který poradí co dělat s nově zjištěnou hepatitidou, je požádat pracovníka nebo terapeuta v některém kontaktním zařízení, aby takového lékaře doporučil.

Většinou půjde o to, že se náhodně zjistí, že dotčený má chronickou hepatitidu C. Jde o zánět jater, který může probíhat s různou intenzitou. K jeho zhoršení přispívá konzumace alkoholu. Je jednoznačně prokázáno, že pít při hepatitidě C výrazně zhoršuje jaterní zánět. Samozřejmě všechny další toxické vlivy na játra, tedy nepochybně i drogy chorobu zhoršují. Infekce dalším typem hepatitidy je též velmi nebezpečná. Očkování proti hepatitidě A a B je proto na místě a je vhodné jej absolvovat co nejdříve.



# E ZAMYSL ET

## Jak zhruba probíhá léčba alfa-interferonem, jaké jsou podmínky pro přijetí?

Nejdříve je třeba říci, že léčba chronické hepatitidy C, což bude asi nejčastější případ, je náročná pro pacienta i pro lékaře. Vlastní léčba trvá obvykle 1 rok, před tím je ovšem třeba ještě 2–3 měsíce na veškerá vyšetření a po léčbě minimálně 6 měsíců dalšího sledování. Takže dohromady je to práce téměř na 2 roky. Vlastní léčba v současné době spočívá v podkožním podávání injekcí interferonu 3x týdně, zpočátku v prvních týdnech někdy i denně. K tomu se užívá preparát Ribavirin 5–6 tablet denně. Nejčastější nežádoucí účinky léčby obvykle připomínají chřipku - velká únava, bolesti svalů a kloubů, někdy teploty, nechutenství apod. Vyskytují se obvykle pouze na počátku léčby. Jen u velmi malé části léčených jsou nežádoucí účinky závažnější.

Co je ovšem podstatné, zcela zásadní podmínkou léčby je naprostá abstinence všech drog. Je třeba aby ten, kdo podstupuje léčbu, abstinoval minimálně půl roku. Abych byl přesný, pacient, který má být léčen, by měl s drogami úplně přestat. Lékař, který léčbu interferonem povede obvykle kontaktuje terapeuta a perspektivu abstinence u konkrétního klienta si ověří. Také se obvykle sám přesvědčí, zda dotyčný nebere. Toto všechno není výmysl doktorů. Pokud se léčba interferonem přeruší, její výsledek bývá obvykle špatný. Hepatitidou C se lze také znovu infikovat.

K výsledkům lze říci tolik, že v současné době je úspěšnost léčby v průměru 40 %. U mladších osob

*Jestli chcete zjistit, jak jste na tom, nechte si udělat testy:*

### **Infekční centrum pro drogově závislé v Motole**

Praha 5, V úvalu 84, tel.: 02/2443 6928

### **Krajská hygienická stanice**

Praha 2, Dittrichova 17

tel.: 02/24914966

*Nebo na kterékoli jiné hygienické stanici.*

s kratším trváním infekce je obecně úspěšnější, je proto vhodné zahájit léčbu co nejdříve. V nejbližších letech lze očekávat účinnější léky, řekneme, že úspěšnost se zvýší tak o dalších 20 %.

**Realita je bohužel taková, že když se někdo dozví, že má například chronickou žloutenku C, většinou kvůli tomu nepřestane drogy brát. Existují nějaká minimální opatření, kterými by se měl řídit člověk, který dál bere?**

To minimum, co lze doporučit, je pravidelná pestrá strava s dostatkem ovoce a zeleniny. Žádná speciální dieta, která by zlepšila stav jater neexistuje. Různé bylinky, čaje apod. nedoporučuji. Často totiž játra spíše poškozují, mnohdy pocházejí z pochybných zdrojů. U léků, tzv. hepatoprotektiv jako je např. Essentiale či Flavobion nebylo prokázáno, že by ovlivňovaly průběh chronické hepatitidy a jejich užívání nemá význam. Peníze za ně vynaložené je lepší investovat do ovoce či zeleniny.

**Můžete zhruba porovnat, jak má užívání jednotlivých drog škodlivý vliv na játra?**

Na tuto otázku lze těžko odpovědět. Alkohol jednoznačně zhoršuje průběh chronické hepatitidy. Je i stále dobře známo, že ve větších množstvích působí velmi negativně i na játra jinak zdravého člověka. Jednotlivé drogy často poškozují játra různými příměsmi, kterými se droga ředí nebo které vznikají při její výrobě. Velmi často jsou to velice toxické látky. Takže, říci která droga je pro játra více škodlivá nelze.

dx

# Přímo do žíly

**500 lidí v České republice zatím ví, že v sobě mají virus HIV. Kolik jich je ve skutečnosti? „Virus se přenáší jen z člověka na člověka. To znamená, že se každý z těch, o nichž víme, musel od někoho nakazit. Ale zjistíme jich jen zlomek,“ říká Marie Brůčková ze Státního zdravotního ústavu. Skutečný počet nakažených se dá odhadnout jen těžko – podle statistiků se reálné číslo pohybuje okolo 2 000.**

Statistiky však v jedné věci mluví dost jasně. Podíl injekčních uživatelů drog na počtu HIV pozitivních lidí neustále roste. Už dnes se HIV šíří mezi injekčními uživateli rychleji než pohlavním stykem v Rusku nebo v jihozápadní Evropě (například ve Španělsku nebo v Portugalsku). „Stejná začíná být v současnosti situace v Polsku, kde k riziku přenosu infekce krví přispívá i způsob užívání drog (v Polsku oblíbený koktejl). Když si nebudete dávat pozor, mohlo by se něco podobného stát i v českých krajích. Už teď se lékaři domnívají, že se

4,4 procenta HIV pozitivních nakazili právě při injekční aplikaci. Proti 80 procentům těch, kdo k viru přišli při nechráněném pohlavním styku, to nevypadá moc dramaticky. Ale zatímco sex provozuje vlastně každý dospělý člověk, kolik procent obyvatel v tomhle koutě světa si šlehá do žíly? A je tu ještě jedna maličkost - skutečný počet lidí nakažených virem HIV nikdo nezná. První příznaky nemoci se mohou objevit třeba až po letech a lidi se, upřímně řečeno, na testy HIV positivity moc neženou – a o čtenářích Dekontaminace to platí dvojnásob. Takže vlastně nikdo neví, jak velké je riziko, že se s tímhle malým virem můžeš potkat zrovna ty třeba ve špinavé buchně.

## HIV/AIDS

AIDS je zkratka anglického Acquired Immundeficiency Syndrom, což v češtině znamená syndrom získané poruchy imunity. Poprvé bylo toto onemocnění popsáno v roce 1981 v USA, jeho původce, virus HIV, byl objeven v roce 1983. Za těch pár let si dokázal získat celkem dost pozornosti – a to poprávu. V některých středoafričských zemích je už virem HIV nakaženo více než 25 procent obyvatel, a jen o něco lepší je to ve východní Asii. Epidemie, která se v poslední době rozbíhá v Rusku, se od těch ostatních trochu liší. Za nejdůležitější způsob přenosu nákazy je tu totiž považováno injekční užívání drog, a teprve na druhém místě nechráněný pohlavní styk. U nás to zatím tak dramaticky nevypadá, a podle spousty lidí za to může taky fakt, že se tu poměrně rychle rozběhly programy na výměnu jehel. Kdo ví? V každém případě se čistá stříkačka rozhodně vyplatí.

## Z opice na člověka

Po použití v nádobíčku vždycky zůstane nějaké to množství krve. A do krve se také virus HIV musí dostat, aby se nakazil někdo další. Z tohoto hlediska jsou injekční uživatelé drog tou nejrizikovější skupinou, pravděpodobnost přenosu je totiž mnohem větší než u nechráněného pohlavního styku. Jakous takous výhodou třeba oproti žlutenkám je, že virus HIV mimo tělo nepřežije moc dlouho – jen několik hodin. Ale pokud se tahle infekce jednou dostane do těla, už jí z něj nikdo nedostane. Vyléčit se prostě nedá a s tím, jak rychle tento původně zřejmě opičí vir dokáže mutovat, to tak ještě nějakou dobu vydrží. Největší problém s HIV (tedy kromě AIDS a předčasné smrti) je v tom, že o něm člověk neví. Je to možná příjemnější než černá jistota, na druhou stranu to znamená ohrožení spousty dalších lidí. Navíc většina léků, které se

v současnosti dají použít na oddálení onemocnění, je neúčinnější dřív, než se objeví příznaky nemoci. A ty se s největší pravděpodobností dřív nebo později opravdu objeví – po deseti letech podle současných poznatků onemocnění AIDS minimálně padesát procent nakažených virem HIV. Zatím není přesně jasné, co po tak dlouhé době přiměje virus, aby začal ničit buňky bílých krvinek, ve kterých po celou dobu přežívá. Ale důsledky jsou dost nepříjemné – právě díky bílým krvinkám je totiž lidské tělo schopné přežít tak vážnou nemoc, jako je třeba chřipka, a spoustu dalších, ještě nepříjemnějších.



až tři měsíce, než si protilátky vytvoří, takže test může podezření vyvrátit nebo potvrdit jen tehdy, když byl provedený aspoň 12 týdnů po rizikovém chování, ať už je to nechráněný sex nebo půjčená buchna. Ale lepší něco než nic. Testy se dají udělat i anonymně. Dělají je v podstatě všechny hygienické stanice, a taky většina nevládních organizací, které pracují s uživateli drog.

Co řekne test? Jak to vypadá právě s tebou? Pokud nechceš čekat na to, až se nemoc projeví, dá se zjistit jediným způsobem – a to je test. Test ovšem neprokazuje virus HIV, ale protilátky, které si proti němu lidské tělo vytváří. Problém je v tom, že člověk potřebuje

**RAP**



## terénní programy

### Služby:

**Čisté jehly: B-D, Braun**  
**Desinfekce (Con-Zellin)**  
**Kyselina ascorbová**  
**Voda (Aqua for injection)**  
**Filtry, buničina, náplast**  
**Alobal**  
**Prezervativy**  
**Dekontaminace**  
**Jednoduché zdravotní ošetření**

### Poradenství:

**Bezpečné brání**  
**Infekce HIV – AIDS a žloutenky**  
**Bezpečný sex**  
**Informace o detoxech a léčebnách**  
**Pomoc v krizi**

Každý všední den 14.00 – 19.00 centrum Prahy

Stálá místa:

Palackého náměstí – park 15.00 – 16.30

I. P. Pavlova, Muzeum: 17.30 – 19.00

Pracovníci jsou označeni logem terénních programů

# NEZAPOMEŇ, RODIČE NEJSOU BEZMOCNÍ!

*„Dobrý den, my bychom chtěli požádat o umístění naší Marušky do výchovňáku, protože už jsme úplně bezmocní. Do Káčka nechodí, z léčeben utíká, doma krade věci a na nás je sprostá...“*

Takhle nějak může vypadat telefonát rodiče na příslušný odbor příslušného úřadu, když se pro něj sliby jeho dítěte stanou opravdu jenom slibý. Když ztratí naději, že někdy bude svému dítěti milejší než droga. Těžko si představit, kolik zoufalství je obsaženo v tom rozhodnutí, kolik pochybností a bolesti... Když rodič přestane věřit ve své dítě, je to zlé.

Ačkoli většinu povinností mají rodiče vůči dítěti, je několik povinností, které zákon ukládá dítěti vůči jeho rodičům.

Žije-li Maruška s rodiči v jednom bytě, je její zákonnou povinností jim podle svých schopností a možností pomáhat, a je jedno, jestli jí je čtrnáct, nebo dvaadvacet. Jenom s tím rozdílem, že ve čtrnácti jí za nepřiložení ruky k dílu nic nehrozí, zatímco je-li zletilá, mohou ji rodiče zažalovat za neplnění svých povinností. Dcera nedcera.

Jakmile si Maruška vydělává, musí něco ze svých peněz věnovat na chod domácnosti, kterou sdílí s rodiči – samozřejmě jen pokud to po ní rodiče vyžadují.

Je-li Maruška dítě nevďěčné, vykrádá rodičům

byt a všelijak jinak na ně kašle, mají rodiče právo použít průměrných výchovných prostředků k jejímu obrácení. Přiměřený v tomto případě znamená neohrožující Maruščinu důstojnost, takže nechá-li tatínek Marušku

klečet nahou na balkóně, může se Maruška ohradit a pohrozit mu žalobou.

Předpokládejme však, že tatínek se k Marušce chová trpělivě, snaží se jí pomoci, zařídí jí terapie, platí jí léčby, ale Maruška namísto spolupráce padá hloub a hloub, krade víc a víc, je agresivní. Tatínek se dozví, že mu zákon umožňuje požádat o pomoc sociálku. Co asi udělá? Požádá sociálku o pomoc, neboť sám už je bezmocný. Pak si ale vzpomene, že může Marušku ještě vydědit. Marušce je v jejích sladkých sedmnácti zcela jistě jedno, zda zdědí tatínkovu garáž, či nikoli, nicméně pro tatínka je to poslední možnost, jak dát Marušce za vyučnou za to, že o něj neprojevuje opravdový zájem, který by jako dcera projevovala měla. Nebo za to, že vede trvale nezřízený život. Nebo když pro úmyslný trestný čin pobyla alespoň jeden rok ve vězení. Což by Maruška při své závislosti mohla... Zkrátka, rodiče nejsou bezmocní.



# Terapeutická komunita Karlov - Léčba pro matky s dětmi

*O terapeutické komunitě Karlov jsme v Dekontaminaci psali už víckrát, vzhledem k hlavnímu tématu tohoto čísla se k popisu tohoto nejmladšího sananimského zařízení zase vrátíme. Tentokrát chceme připomenout jednu část tohoto programu a tou je léčba pro závislé matky s dětmi.*

Na úvod zopakují základní informace o karlovské komunitě:

Jedná se o střednědobou léčbu komunitního typu pro mladistvé a mladé dospělé - to znamená, že léčba probíhá 6 a 8 měsíců v téměř rodinném prostředí. V jednom domě bydlí pohromadě přibližně 15 klientů (ve věku 16–22 let) a terapeuti, kteří se střídají ve službách v třídních cyklech. Kromě samotné léčby, která je založena především na skupinové terapii se komunita společně stará o hospodářství, dům a společnou domácnost. Základní podmínkou přijetí je kromě věku, závislosti na drogách a absolvování detoxu také dobrovolnost rozhodnutí o vstupu do komunity a přijetí řádu, režimu a pravidel života v komunitě.

Vedoucí komunity Petr Vácha říká, že cílem této léčby je: „...aby klient, který z Karlova odchází byl schopen se normálně zařadit do života, aby si uměl najít práci, dokázal jednat na úřadech, nedělal dluhy, prostě, aby se o sebe dokázal postarat. A především musejí zůstat čisti. Je zapotřebí pochopit, že život se dá zvládnout i bez drogy.“

Karlovska komunita sídlí v jižních Čechách na statku, který patří knížeti Schwarzenbergovi. V komunitě se postupně, za výrazné pomoci klientů opravují jednotlivé stavby. V nejbližší době tu bude otevřen nový dům pro matky s dětmi...

V karlovské komunitě se totiž mohou kromě mladých léčit také závislé matky s dětmi. Pro ně neplatí žádná věková omezení, podmínkou přijetí je opět kromě závislosti na drogách, absolvovaný detox a další podmínkou je, aby dítě, které s matkou do léčby přichází bylo starší šesti týdnů.

Když se maminka (opět dobrovolně) rozhodne, že do léčby nastoupí, může tu spolu s dítětem po celou dobu bydlet, pečovat o něj, a zároveň také navštěvovat terapie; tedy léčit se. Během léčby a terapie je zajištěno hlídání dítěte, aby i matky mohly být rovnocennými členkami komunity.

Pokud je to třeba, je součástí léčby také pomoc matkám naučit se, jak se o dítě dobře starat. Léčba trvá stejně dlouho jako u ostatních a po jejím skončení je zajištěna následná péče v pražském Doléčovacím centru. Doposud byla na Karlově tři místa pro matky s dětmi, až pro ně bude otevřen nový dům, bude těchto míst deset.

Maminky s dětmi jsou do Karlova přijímány prostřednictvím Denního stacionáře SANANIM, čekací list obhospodařuje PhDr. Ilona Preslová – tel.: 02/ 803130

Mladiství a mladí dospělí jsou přijímáni do Karlova pouze prostřednictvím Kontaktního centra SANANIM, čekací list obhospodařuje Petr Nosek – tel.: 02/83872186

# Stalo

Při hlasování na sklonku loňského roku zastupitelé Prahy I těsnou většinou zamítli zřízení aplikační místnosti („šlehárny“) a k řešení tohoto problému vyzvali Magistrát hl. m. Prahy. Magistrát nedávno odmítl nejen zřízení aplikačních místností, ale i podporu programům výměny injekčních stříkaček a dalším ve světě běžně prováděným způsobům ochrany společnosti před negativními důsledky užívání drog. Tato zdravotní opatření se rozhodl nahradit tvrdším prosazováním represe a náměstkovi pro zdravotní péči Otto Köchnerovi nařídil v tomto smyslu přepracovat program magistrátní protidrogové politiky.

Ruský profesor Gennadij Danilenko (45), zemřel poté, co se zhroutil v letadle z Amsterdamu do Detroitu.

Posádka předpokládala, že jej postihl infarkt a mimořádně přistála na nejbližším letišti v kanadském Newfoundlandu. Překvapení lékaři však při akutním chirurgickém zákroku vyňali z Danilkova těla deset plastových balónků obsahujících kokain. Zatím není jasné, zda některý z nich praskl a způsobil tak profesoru smrt, nebo zda „pašerák“ zemřel z jiné příčiny. Představitelé univerzity, na nichž Danilenko od roku 1997 působil – Wayneovy státní univerzity, právnické fakulty Michiganské univerzity, univerzity v San Diegu a v Berkeley v Kalifornii – vysoce ocenili jeho kvality jako hostujícího profesora mezinárodního práva a vyjádřili naprosté nepochopení nad tím, že by mohl pašovat drogy.

Čtyři pašeráci drog, jeden Tchajwanec, jeden občan Hongkongu a dva Thajci, byli popraveni v Thajsku. „Thajská vláda chce uklidnit svět a ukázat mu, že se seriózně zabývá problémem drog,“ zdůraznil vládní mluvčí. Na trest smrti nyní v thajských věznicích čeká zhruba 150 odsouzených pašeráků drog. Nový premiér Tchaksin Šinavatra nedávno slíbil urychlit jejich popravu, které mají působit jako odstrašující příklady.

Zaměstnanec olomouckého supermarketu Delvita našel ráno na odkládacím pultě prodejny za pokladnami sportovní plátěnou tašku, ve které byl dělostřelecký granát ze 2. světové války. Policisté prodejnu vyklidili a na dvě hodiny uzavřeli. Nebezpečnou municí zajistili pyrotechnici.

Krajský soud v Hradci Králové konečně stanovil termín hlavního líčení s osmapadesátiletým Václavem

Novotným-Urbánem, který se podle obžaloby podílel v roce 1997 na propašování nejméně 60 kilogramů čistého kokainu z Kolumbie do Opočna na Rychnovsku. Vyšetřovací spis má přes 2 000 stránek. V obžalobě se uvádí, že Novotný-Urbán v září 1997 zorganizoval s dalšími lidmi dodávku 4 500 plechovek kávy z Kolumbie do Česka. Kriminalisté objevili kokain v této zásilce, kterou tehdy převzal dnes třiašedesátiletý Alfonso Calderon Ramirez. Toho v únoru 1999 poslal královéhradecký soud na 11 let do vězení.

Jen malou část kořisti včetně několika vakcín proti žloutence našli policisté u zloděje, který vyplnil českolipské centrum pro drogové závislé. V K-centru nebyl dvaadvacetiletý mladík z Jablonného v Podještědí poprvé. Ukradl nejen dva počítače, kancelářskou elektroniku, ale i padesát balení multivitaminů a devět balení očkovacích vakcín proti žloutence za čtrnáct tisíc korun. Zloděj při vloupání nepohrdl ani jídlem, které zanechal pracovníci centra v ledničce.

Možnosti léčení uživatelů závislých na heroínu rozšiřuje nový lék Subutex s účinnou látkou buprenorfin. Podle primáře oddělení pro léčbu závislosti Všeobecné fakultní nemocnice Petra Popova tento lék pomáhá podobně jako metadon lidem závislým na opiátech zvládat abstinenci příznaky a je vhodný především pro ty, kdo ještě neberou heroin tak dlouho a nemají na něj výraznou toleranci, a dále pro mladistvé uživatele drog či pro těhotné ženy. Výhodou je, že lék může předepsat lékař, zatímco metadon dostávali narkomani jen v několika centrech. Léčbu mohou podstoupit i lidé žijící daleko od těchto center. Nový lék je ve formě tablet, ve třech různých koncentracích. Měsíční dávka léků nejslabší koncentrace vyjde na 400 korun, nejsilnější koncentrace na 4 300. Při léčení v nemocnici ho mají pacienti hrazen z nemocničního paušálu, při ambulantní léčbě si ho však musejí platit sami.



# se...

Ruští odborníci varují, že užívání drog v Rusku se masově šíří a stává se celonárodním problémem, který přímo ohrožuje stát. Počet registrovaných uživatelů drog vzrostl od roku 1990 o 400 procent. Znepokojivý je též růst užívání a distribuce drog v ruské armádě, zejména mezi vojáky sloužícími v Čečensku. V minulém roce došlo údajně k více než 20 případům, kdy vojáci kvůli drogám prodali municí a uniformy.

Římskokatolický kněz z amerického státu New York, který s oblibou diskutoval po internetu s nezletilými chlapci o sexu, uvázl v nastražené pasti amerických policistů. Odhalil ho agent, který se v konverzaci vydával za čtrnáctiletého žáka. Kněz mu nabízel nemravné časopisy a další materiály zobrazující sex s dětmi. Reverend byl obviněn z pokusu šíření nemravných materiálů, za což mu hrozí odnětí svobody nad čtyři roky. Je to zatím poslední zatčení ve speciální policejní akci, při níž skončilo v celách již 42 lidí, z toho šest učitelů.

V arizonské poušti zemřelo na přehřátí nejméně dvanáct lidí, kteří se snažili přejít hranici z Mexika do USA. Dalších 13 běženců se podařilo zachránit. Americká pohraniční policie našla prvních sedm obětí asi čtyřicet kilometrů od hranic. O kus dále ležela další čtyři mrtvá těla. Dvanáctý muž byl sice ještě nalezen živý, ale po převozu do nemocnice zemřel. Teplota v arizonské poušti dosahuje přes den až 46 stupňů Celsia a je prakticky nemožné v ní bez zvláštní ochrany a zásob vody přežít.

Brazilská policie zatkla muže, který je podezřelý, že v oblasti Rio de Janeiro ukradl každý den nejméně čtrnáct aut. Podle místních novin Globo má 43letý Valdir de Oliveira jen za poslední rok na svědomí krádež 5 373 vozů. Podle policejních statistik jde o třicet procent krádeží aut v regionu.

Pro čtyřčlennou rodinu z Českokobudějovicka se stalo ranní probuzení hororem. Po zazvonění vpadla do bytu po zuby ozbrojená policejní zásahová jednotka a k smrti vyděsila manžele se dvěma dětmi. Policisté hledali nebezpečného pachatele, ale spletli si domy. Manželé podali stížnost na krajskou správu jihočeské policie.

Březí opičí samice druhu makak magot s dalšími asi pěti jedinci utekla z výběhu chomutovského zooparku. Při výletu mimo výběh pokousala v areálu parku pět dětí. Jejich zranění ale nebyla vážná. Pracovníkům zooparku se podařilo opice odchytit. dx

## BEZPEČNÁ LIKVIDACE



Použitá nádobičko si vyměňte.

Popřípadě alespoň vložte  
do plechovky a rozšlápněte.

Pak teprve vyhoďte.



# TOXICKÉ PSYCHÓZY I.

***Chtěli jste si někdy za zády svého lékaře přečíst lékařskou zprávu, kterou vám dal? A nedošli jste dál než ke změní čísel, která vám o vašem zdravotním stavu řekla asi tolik jako japonská průvodkyně německým turistům o Praze? Tak čtěte dál...***

Pro užívání drog a s tím spojené stavy mají lékaři k ruce rozsáhlou skupinu diagnóz. Označují je čísla F10. až F19., podle toho, o jakou drogu jde. Například 0 znamená alkohol, 1 opiáty (heroin), 5 pervitin a 9 všechno dohromady. Za tečku se píše další číslo, které označuje stav pacienta. Nejčastěji se objevuje číslo 2 (závislost) a 3 (abstinenční stav, absták). Tato čísla najdete na všech lékařských zprávách z detoxů a léčeben.

## **Číslo 5 žije!**

Pětkou jsou označeny právě toxické psychózy. Co vůbec jsou toxické psychózy? Jednoduše řečeno, jde o různé „nenormální“ psychické stavy, tzv. psychotické, kdy člověk vnímá okolní realitu jinak, než je běžné, a to díky užívání drogy. Toto

je důležitý rozdíl mezi toxickými a ostatními psychózami, které vznikly samy od sebe a se kterými se lidé léčí na „normální“ psychiatrii.

Toxické psychózy jsou nejčastěji vyvolány užitím stimulačních drog (pervitin) nebo halucinogenů (tripy, houbičky, tráva, durman...). Mohou se ale objevit i při těžkém abstáku po opiátech nebo benzodiazepinech (Rohypnol). Trochu podobné je alkoholové delirium (tremens).

## **Pervitin**

Určitě znáte ve svém okolí někoho, kdo má „stíhy“ z perníku. „Stíha“ neboli stíhomam (také paranoia nebo paranoidní psychotický stav) je typický psychotický stav vyvolaný užíváním pervitinu. Většinou nevzniká náhle nebo po jednom užití. Kdy, a zda vůbec, se stíha objeví, se však hodně liší. Někdo ji začne mít po několika dávkách, někdo může brát i čtyři pět let, než se mu něco takového přihodí. Dříve či později se s ní ale setká každý uživatel perníku.

Začíná to nenápadně. Člověk se stává podezíravější, ve všem hledá úklady proti sobě, vidí souvislosti tam, kde nejsou. Všichni na něj něco šijou, domlouvají se o něm, dávají mu něco do matroše atd. Na chvíli mu to lze vymluvit, chvílemi si dokonce sám uvědomuje, že má „stíhy“ z perníku, ale brzy jim zas propadne. Může mít pocit, že ho



někdo pronásleduje (tajná policie, okolní osoby a auta), postupně se dostávají vizuální a sluchové halucinace („hlasy“). Člověk začne vidět a slyšet to, co ve skutečnosti vůbec neexistuje. Někdo na něj křičí, přikazuje, co má dělat, nebo mu to naopak zakazuje. Někdo mu „vkládá“ do hlavy myšlenky nebo mu jeho myšlenky čte a „vidí do něj“ (ví o něm, že bere, že něco ukradl ap.). To všechno se mu zdá natolik skutečné, že se svými halucinacemi hovoří, nezřídka se s nimi pere, zaměňuje je se skutečnými osobami a ty pak slovně i fyzicky napadá. Čím to je? Pervitin totiž v mozku mění rovnováhu některých látek, které jsou zodpovědné nejen za naši náladu, ale i za to, co vidíme a slyšíme a jak vnímáme okolí. První stíhy se většinou dají zažehnat pauzou v braní, pořádným spánkem a jídlem. Chvilí pak trvá, než se zase objeví. To se postupně zhoršuje a po delším braní je potřeba půl roku až rok abstinence, než zase zmizí, ovšem při dalším užití se objeví většinou okamžitě.



Pokud ale člověk nebere, má od nich pokoj.

## Halucinogeny

Kýženým účinkem halucinogenů je vyvolání halucinací a změn vnímání. Pokud se však dávkování vymkne kontrole (což se u durmanu a někdy i houbiček stává poměrně snadno), dojde k psychotickému stavu (proto se jim také říká psychedelika). Ani silu tripu nejde předem odhadnout a taková jízda pak bývá hodně nepříjemná („bad trip“). Pokud se dotyčná osoba ani do 3–4 dnů ze svého tripu neboli výletu nevrátí a zůstává dále ve změněném stavu vnímání skutečnosti, nebo se jí tyto stavy několikrát denně vracejí, aniž by cokoliv znovu užila, mluvíme opět o toxické psychóze. Abstinence nestačí a je třeba vyhledat psychiatra a užívat patřičné léky. Bohužel v případě halucinogenů se nemusí jednat „jenom“ o toxickou psychózu, ale o halucinogenem spuštěnou psychózu „skutečnou“, jejíž kořeny tkví hlouběji v osobnosti uživatele a která už zůstává a vrací se i při abstinenci.

...to be continued

**Dr. Dan**

# Tygr a drak

Dva slavní bojovníci (samozřejmě kladní hrdinové) se pokoušejí zastavit zlého protivníka, do toho se připele krádež starodávného meče a padouchův učedník váhající mezi dobrem a zlem. Na první pohled vypadá příběh filmu, který letos dostal Oscara v kategorii zahraničních počínů, jako tuctová variace na hongkongské kung-fu filmy, ale tím se nedejte splést. Tenhle žánr dostal v podání režiséra Ang Leea (natočil mimo jiné také Rozum a cit nebo Ledovou bouří) úplně novou podobu.

Za vidění stojí už kvůli technickým vychytávkám použitým při natáčení všech bojových scén. Mimochoodem – jsou dílem opravdového mistra, choreografa Yuen Woo-Ping. Svůj systém tažných lan a závěsů umožňující hercům téměř létat si vyzkoušel při natáčení Matrixu. (Vzpomínáte si na skvělou scénu, při které Keanu Reeves zlikviduje mramorové obložení vstupní haly v sídle zloduchů?) V Tygru a drakovi ho Yuen Woo-Ping dovedl k dokonalosti. Nejsou v tom žádné počítačové čáry ani kaskadéři. Když se herec Yun-Fata třicet metrů nad zemí přeskakuje z jedné bambusové větvičky na druhou a při tom se ohání mečem, je to opravdu on a opravdová bambusová větev. Na počítači byly z filmu odstraněny jen závěsná, vlečná a záchranná lana.

Vypadá to trochu jako balet. Ostatně hlavní roli si v tomhle filmu zahrála Zhang Ziyi, teprve devatenáctiletá studentka a baletka.

Skvělé scény jsou přitom jen doprovodem lehce magického příběhu, ve kterém je namíchaný slušně vyvážený koktejl čínské mentality, lásky, přátelství a dalších lidských emocí. To všechno dokonale vizuálně zpracované od výborného kameramana Petera Paua. Výborné jsou taky exteriéry. Asi nejvíc mě dostala atmosféra pouště Gobi a náhorních rovin Kurdistánu, nebo pohled na starý Peking. Výsledkem je poetické dílko okořeněné akční scénou. Ty dvě hodiny v kině jsem se rozhodně nenudila.



## JUDRA

**Co hrozí tomu, kdo uteče z infekčního oddělení, přestože ví, že je infekční?**

Je-li někdo hospitalizován na infekčním oddělení, doporučuji tam setrvat a odejít až po domluvě s lékařem. Nikdo, tedy ani lékař, nemá právo pacienty nutit k hospitalizaci. Výjimkou je skutečně pouze situace, kdy pacient může být rizikem pro své okolí. To je případ zejména žloutenky typu A.

A pouze lékař by měl posoudit, zda dotyčný pacient představuje nadále riziko pro své okolí. Pokud tomu tak není, pochybuji, že by hospitalizaci svévolně prodlužoval. Ten, kdo uteče, se skutečně může za určitých okolností dopustit trestného činu obecného ohrožení, za což se dá jít i do vězení. Je proto vhodné vše řešit po domluvě s ošetřujícím lékařem.

**MUDr. V. Řehák**

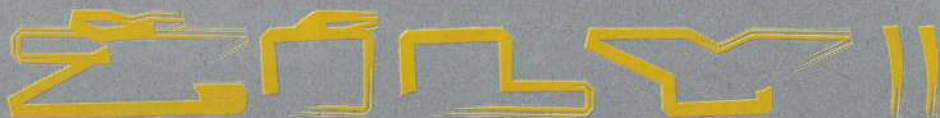


## MUDRA

**Jaká existuje antikoncepce po pohlavním styku?**

Postkoitální antikoncepce (také nazývaná nouzová nebo „potratová“ tabletky) dosažitelná v Čechách je POSTINOR. Postinor, který získáte jen na lékařský předpis (buď u svého gynekologa, nebo na gynekologické pohotovosti) lze použít až do 72 hodin po pohlavním styku. Jedno balení postinoru obsahuje dvě tablety, první z nich se užije, co nejdříve po pohlavním styku a druhá 12 hodin poté a cena jednoho balení se pohybuje kolem 250 Kč. Správné užití postinoru zabrání nežádoucímu těhotenství v 98,8 %. Jako antikoncepční metodu nelze postinor doporučit dlouhodobě, užívá se jen v nouzových případech.

**blko**



**Začíná léto – to znamená, že budeme nosit krátké rukávy. Abychom mohli nosit krátké rukávy nesmíme mít abscesy a modřiny po vpichách.**

### Takže zpátky do školy.



Všichni jistě víte, co je to alkoholový desinfekční tampón a jak se používá. O.k., než začnete číst dál, zkuste si to sami pro sebe zopakovat. Výborně. Teď si to zopakujme společně.

Alkoholový desinfekční tampón je polštářek napuštěný alkoholem, který můžete dostat od terénních pracovníků v terénu – jmenuje se Conzellin nebo Alkomed. Když nesežnete terénní pracovníky, kupte si v lékárně Jodisol nebo čistý líh – ten je lepší, protože nebarví.

Tak, máme polštářek nebo flaštičku s lihem. Polštářek vyndáme z obalu a potřeme místo, kam si chceme aplikovat. Místo potřeme jedním směrem a jen jednou, abychom si špínu nerozšmrdlali. Když nemáte po ruce Conzellin, nalejete trochu lihu na vatičku a uděláte to samé. Počkáme až ruka oschne, abychom si do žil nezanесли alkohol (ten vysouší žíly a ty potom praskají, a taky trochu pálí) a aplikujeme.

Použitý desinfekční tampón ani vatičku už potom NEPOUŽIJEME, ale VYHODÍME do koše – ne na zem. Po aplikaci vezmeme sterilní čtvereček buničiny (tu můžete dostat také od terénních pracovníků, stejně tak





náplastí) a silně zmáčkneme, abychom neměli modřiny. Když nemáme buničinu, dá se použít čistý papírový kapesník. Pak místo aplikace přelepíme sterilní náplastí. Později je dobré místo vpichu promazat nějakým krémem (Heparoid, Ketazon), aby kůže zvláčněla.

**Alkoholový desinfekční tampón ani líh nezničí virus HIV ani žloutenky B nebo C.** Jediné co opravdu zničí jsou bakterie, takže byste se měli vyhnout abscesům a místa po aplikaci by vám neměla hnisat. Jediný způsob, jak předejít žloutenkám a HIV, je nesdílet s nikým nejen jehly a stříkačky, ale veškeré nádobíčko (lžice, filtry...).  
**G.**

#### Pravidla:

1. umyj si ruce antibakteriálním mýdlem
2. alkoholový tampón používej jen před vpichem
3. přetři místo vpichu jedním směrem a jen jednou
4. počkej až alkohol zaschne
5. alkoholový tampón je na jedno použití
6. po aplikaci použij sterilní čtvereček buničiny – místo silně zmáčkní
7. místo aplikace přelep sterilní náplastí
8. později natři krémem

## Nová služba kontaktního centra SANANIM

Do Káčka dochází každé úterý od 17–19 hodin probační pracovnice. Jestli nevíš, kdo to je, tak pracuje u nové služby (Probační a mediační služba ČR), která u nás funguje od ledna tohoto roku. Probační pracovník může sedět na soudě, na státním zastupitelství nebo taky úplně jinde. A k čemu ti může být? Jestli máš průšvih se zákonem a policajti vyšetřují trestný čin, kterej si udělal, ale zároveň máš chuť se sebou a i s tímh-



le průšvihem něco dělat, tak ti probační pracovník možná může být, co platnej. Pokud se ti podaří začít měnit něco na tom, jak funguješ, může probační pracovník spolu s tebou dát dohromady pro soudce zprávu o tom, co se ti už podařilo změnit a co všechno chceš ještě udělat. Fakt, že budeš s probačním pracovníkem spolupracovat, neznamená záruku, že nedostaneš nepodmíněnej trest, ale je to prostě jediná šance, jak se můžeš pokusit tyhle průšvihy ovlivnit. A k čemu ti může být dobrá probační pracovnice, která je každý úterý odpoledne v Káčku? Může ti poradit v tom, co se dá dělat s tím tvým průšvihem (pokud se s ním dá něco dělat) a poradit ti, na kterýho probačního pracovníka se pak můžeš obrátit.

# KONTAKTNÍ ZAŘÍZENÍ

## Kontaktní centrum Sananim

Osadní 2, Praha 7, Tel.: 02/83872186  
Provozní hodiny: po – ne 8.00 – 21.00  
(Kontaktní místnost: 15.00 – 19.00)

výměnný program, poradenství, individuální terapie,  
zajišťujeme detox i léčbu, hygienický a potravinový  
servis, sociálněprávní poradenství, krizová intervence.

## Drop in

Karolíny Světlé 18, Praha 1, Tel.: 02/22221124  
Provozní hodiny: po – čt 9.00 – 17.30, pá 9.00 – 16.00  
výměnný program, poradenství, individuální terapie,  
sociálněprávní poradenství, krizová  
intervence

## Kontaktní centrum Plzeň

Haviřská 11, 320 25 Plzeň,  
Tel.: 019/7421374, Fax: 019/7421034  
Provozní hodiny: po – pá 8.00 – 18.00,  
so 12.00 – 18.00

poradenství, individuální terapie,  
terapeutické skupiny, primární  
prevence, výměnný program –  
(tel.: 0602/458626)

## Kontaktní centrum Brno

Vídeňská 3, 639 00 Brno,  
Tel.: 05/43249343, Fax:  
05/43246524  
Provozní hodiny: po – čt 9.00 –  
18.00, pá 9.00 – 15.00  
výměna jehel, hygienický servis,  
sociální a terapeutická pomoc

## Kontaktní centrum Hradec Králové

Okružní 699, 500 02 Hradec Králové,  
Tel.: 049/5515907, Fax: 049/5515907  
Provozní hodiny: 8.00 – 19.00  
kontaktní práce, terénní programy, zdravotnický  
servis, výměnný program, testy, rodičovské skupiny

## Kontaktní centrum Liberec

Rumunská 5, 460 01 Liberec, Tel.: 048/2710276,  
048/424360, Fax: 048/2710276  
Provozní hodiny: 15.00 – 19.00,  
možnost volat od 11.00

výměnný program, testy – HIV,  
sociální servis,  
krizová intervence

## Kontaktní centrum Ústí nad Labem

Stará 1, 400 01 Ústí nad Labem,  
Tel.: 047/5211483, 047/5210626  
Provozní hodiny: 14.00 – 18.00,  
možnost volat od 7.00  
výměnný program, testy  
gravidity, terapie pro rodiče,  
terénní programy, sociální  
práce, primární prevence



## S E Z N A M D E T O X I F I K A C E

**PL Apolinář,** Apolinářská 4, Praha 2, 120 00, Tel: 02/24 91 31 19, **PL Bohnice,** Ústavní 98, Praha 8,  
Tel: 02/84 01 62 31 (331) – pavilon 31 – Pro muže, 02/84 01 66 55 – pavilon 8 – Pro ženy, **Nemocnice  
Na Míčáncích,** Na Míčáncích 2, Praha 10, Tel.: 02/67 16 83 70 – II, FN Plzeň, Alej Svobody 80, Plzeň, 304 60,  
Tel: 019/710 31 11, **Nemocnice Most,** ul. J. E. Purkyně, Most, 434 01, Tel: 035/617 21 09, (617 21 34  
– lékařka), **Masarykova nemocnice Ústí nad Labem,** Ústí nad Labem, 400 07, Tel: 047/568 31 26,  
568 31 27, 568 31 33 (lékařka), **Nemocnice Liberec,** Husova třída 10, 460 00 Liberec, Tel: 048/531 22 29,  
**PL Brno,** Húskova 2, Brno – Černovice, 618 32, Tel: 05/48 12 33 39 (48 12 31 11 – ústředna), **FN Motol,**  
V úvalu 84, Praha 5, Tel.: 02/24 43 69 50–1.