

Návyková rizika a reprodukční zdraví

Prim. MUDr. Karel Nešpor, CSc.

SZÚ a MŠMT, 20.10.2010



Osnova

- * Úvod
- * Návykové látky, STD a nechtěná těhotenství
- * Návykové látky a prostituce
- * Návykové látky a neplodnost
- * Návykové látky a poškození plodu
- * Všeobecná prevence
- * Prevence u ohrožených
- * Krátká intervence, léčba, mírnění škod.

www.drnespor.eu

www.youtube.com/dr.nespor

- * Materiály k prevenci v rodině i ve škole
- * Svépomocné příručky ke stažení
- * Relaxační nahrávky v mp3
- * Odborné práce
- * Zajímavosti a mnoho dalšího
- * Abstinentská videa

Střízlivosti zdar!



Rozsah problému

Kukla a spol. (1999) uvádějí, že alkoholické nápoje pije v České republice před otěhotněním 3/4 žen. Z nich třetina pokračuje v pití alkoholu během prvních 3 měsíců těhotenství a dalších 16 % i mezi 3 až 6 měsícem.

Králíková a spol. (2005) uvádějí, že v jejich souboru českých žen kouřilo během těhotenství tabák 23,8%

Návykové nemoci a STD

Grossman a spol. (2005) uvádějí, že existuje výrazná korelace mezi rizikovým sexuálním chováním a pitím alkoholu.

Alkohol a amfetamin představují rizikový faktor pro HIV/AIDS a dalších STD u homosexuálních mužů (Koblin a spol., 2006).

Korelaci mezi pitím alkoholu nebo zneužíváním marihuany a výskytem sexuálně přenosných nemocí u mladších dospělých zjistili Wu a spol. (2009).

Raj (2009) popisují vysoký výskyt STD včetně HIV/AIDS u ruských pacientů léčených pro závislost na alkoholu a drogách.

Korelace mezi pitím alkoholu a sexuálně motivovaným násilím a výskytem HIV/AIDS byla popsána i v Jihoafrické republice (Chersich a Rees, 2010).

Návykové látky a nechtěná těhotenství u dospívajících

Žena pod vlivem alkoholu je častěji vystavena násilí včetně sexuálního. Těhotné dospívající dívky, které byly vystaveny sexuálnímu násilí, zneužívaly častěji alkohol a jiné psychoaktivní látky (Martin, 1999).

Souvislost mezi zneužíváním alkoholu a nechtěným těhotenstvím zjistili také Haldre a spol. (2009).

Zneužívání, návykových látek a sexuálně rizikové chování vedoucí k nechtěnému těhotenství u dospívajících má společné rizikové faktory jako např. rodinu (Woodward a spol., 2001), předčasné dospívání, poruchy chování nebo rizikovou síť vztahů. Zneužívání psychoaktivních látek dále zhoršuje sebekontrolu.

Návykové látky a prostituce

Zneužívání návykových látek je u sexuálních pracovníků časté, návykové nemoci k prostituci někdy motivují („sex za drogy“). S homosexuální prostitucí u mužů souvisejí i hazardní hry (de Graaf a spol., 1994).

Zneužívání drog zvyšuje rizika spojená s prostitucí (sexuálně přenosné nemoci a násilí, de Carvalho et al., 2009). Prostituce patří k rizikovým činnostem (Potterat a spol., 2004). Mortalita za dobu provozování prostituce byla v jejich rozsáhlém souboru téměř šestinásobná (násilí a drogy a u nitrožilních uživatelů drog i AIDS). Blízko obchodu se sexem chodí smrt.

Zneužívání alkoholu je oproti běžné populaci častější nejen u prostitutek, ale i u jejich zákazníků (Li a spol. 2010).

Návykové látky a neplodnost

Negativní vlivu je vliv tabáku na fertilitu u mužů (např. Calogero a spol., 2009) i u žen (Soares a Mell, 2009).

Erektivní dysfunkce: K nejčastějším příčinám patří kouření tabáku (např. Heidelbaugh, 2010) a alkohol. Boddi a spol. (2010): „Priapus je šťastnější s Venuší nežli s Bakchem“. Alkohol vede k zhoršení kvality spermatu a snižuje tvorbu ženských i mužských pohlavních hormonů. Alkoholem se také zvyšuje riziko potratů. Některé z těchto poruch se už při dávkách 36 g 100% alkoholu za den. Při abstinenci od alkoholu a tabáku lze očekávat zlepšení. Ramlau-Hansen a spol. (2010) zjistili, že prenatální působení alkoholu negativně ovlivnilo spermogram v dospělosti.

Kombinace kouření tabáku a hormonální antikoncepce je spojena s rizikem žilní trombózy.

Poškození plodu alkoholem

- **Abnormality v oblasti hlavy a obličeje, malá velikost hlavy a mozkové abnormality.**
- **Srdeční a cévní vady, kosterní vady, vady ledvin, oční a sluchové vady.**
- **Nízká porodní váha, zpomalení váhových přírůstků a poruchy růstu.**
- **Poruchy týkající se pohybových dovedností, smyslového vnímání a koordinace, poruchy chování, špatné sebeovládání a pozornost, impulzivita, hyperaktivita.**
- **Problémy při učení, sociální adaptaci, vyjadřování atd.**
- **Závislost na alkoholu, tabáku a drogách a jiné duševní poruchy včetně antisociální.**
- **Nepřímé následky: výživa, compliance, přenos na další generace, náhlá smrt novorozenců.**

Poškození plodu tabákem

- **Zvýšené riziko krvácení.**
- **Placenta previa a odtržení placenty, potraty, předčasné porody.**
- **Rozštěpy patra a další vrozené vady.**
- **Některé druhy rakoviny v dětství**
- **Nízká porodní váha, zpomalený růst po narození.**
- **V dětství vyšší dráždivost, poruchy pozornosti, spánku, hypertonus, nižší soběstačnost a sebeovládání, v dospívání poruchy chování, antisociální tendence, vyšší riziko kouření a zneužívání alkoholu a drog.**
- **Pasivní kouření se podílí na syndromu náhlé smrti u novorozenců, zvyšuje riziko respiračních a ušních infekcí a zhoršuje se astma.**
- **Kouření zvyšuje riziko kardiovaskuálního onemocnění u dítěte.**

Jestliže žena přestane při těhotenství kouřit, rizika se snižují.

Poškození plodu jinými drogami

Kanabinoidy: Nižší porodní váha, menší obvod hlavy dítěte (Gray a spol., 2010), po narození se může objevit i odvykací stav. Kanabinoidy zvyšují zranitelnost mozku alkoholem.

Sedativa: Odvykací stav ohrožuje matku i plod. Podávání benzodiazepinů v prvním trimestru gravidity je spojeno s určitým rizikem kongenitálních malformací, např. rozštěpů. Hypotonie („floppy infant“ syndrom). V případě těžších intoxikací nitrazepamem v těhotenství se objevil zvýšený výskyt vrozených vad.

Halucinogeny: U MDMA ukazují pokusy na zvířatech na možná poškození plodu (např. hyperaktivita, horší paměť atd.

Poškození plodu jinými drogami

Opioidy: Anémie, endokarditida, žloutenky, odtržení placenty, nižší porodní váha. U novorozence může propuknout odvykací stav. Předčasné porody a mrtvorozenost. Rizika s sebou přináší patrně i metadon, např. při rozvoji mozkové kůry a zrakových funkcí. Buprenorfin je patrně o něco bezpečnější, ale i on přináší pro plod určitá rizika. Lze jistě správně namítnout, že injekční zneužívání heroínu by bylo pro matku i plod mnohem horší.

Metamfetamin (pervitin), amfetamin, kokain: Vrozené vady a abnormální vývoj, nižší porodní hmotnost, zpomalení růstu, předčasné porody, riziko mrtvorozenosti následkem abrupce placenty. V pozdějším věku jsou častěji poruchy chování v rodině i ve škole (Richardson a spol., 2010). Pokusy na zvířatech ukazují na možná další postižení.

Celospolečenská prevence

Politická opatření, která snižují spotřebu alkoholu, vedou zároveň ke snížení výskytu sexuálně přenosných nemocí, zdanění alkoholu v pivu vedlo k nižšímu výskytu kapavky a snad i HIV/AIDS. Důležitá jsou věková omezení pro kupování alkoholu. Zhang (2010) zjistil, že i malé zvýšení daní na alkohol vede k poklesu počtu dětí, které se narodí s nízkou porodní váhou. Ženy, které plánují (nebo ho nevyklučují) těhotenství, by měly od alkoholu zcela abstinovat už před početím. Plod je nejzranitelnější v časných vývojových stádiích těhotenství, kdy žena o svém těhotenství ještě často ani neví.

Reklama alkoholických nápojů by se měla zakázat či spojit se zdravotním varováním

Plod i matku poškozují i pasivní kouření. Proto velmi překvapuje nedostatečná ochrana nekuřáků, mezi nimiž je i mnoho těhotných žen.

Celospolečenská prevence

Politická opatření, která snižují spotřebu alkoholu, vedou zároveň ke snížení výskytu sexuálně přenosných nemocí, zdanění alkoholu v pivu vedlo k nižšímu výskytu kapavky a snad i HIV/AIDS. Důležitá jsou věková omezení pro kupování alkoholu. Zhang (2010) zjistil, že i malé zvýšení daní na alkohol vede k poklesu počtu dětí, které se narodí s nízkou porodní váhou. Ženy, které plánují (nebo ho nevyklučují) těhotenství, by měly od alkoholu zcela abstinovat už před početím. Plod je nejzranitelnější v časných vývojových stádiích těhotenství, kdy žena o svém těhotenství ještě často ani neví.

Reklama alkoholických nápojů by se měla zakázat či spojit se zdravotním varováním

Plod i matku poškozují i pasivní kouření. Proto velmi překvapuje nedostatečná ochrana nekuřáků, mezi nimiž je i mnoho těhotných žen.

Prevence ve zdravotnictví

Doporučení hlavního lékaře USA (U. S. Surgeon General, 2005) zahrnují: Těhotné ženy by neměly pít žádný alkohol. Těhotné ženy, které alkohol v těhotenství pijí, by alkohol měly přestat pít. Ženy, které plánují těhotenství, by neměly pít žádný alkohol. Zhruba polovina těhotenství je ale neplánovaných. Zdravotníci by měli soustavně zjišťovat spotřebu alkoholu žen v produktivním věku a informovat je. Krátká intervence pro problémy působené alkoholem a jinými návykovými látkami může probíhat v různých prostředích. Používat krátkou intervenci souběžně s léčbou pro sexuálně přenosné nemoci je logické a v tomto směru existují i určité zkušenosti.

Krátkou intervenci pro problémy působené alkoholem doporučuje Světová zdravotnická organizace provádět u všech pacientů, kteří pijí alkohol škodlivě nebo rizikově. To se zvláště týká i těhotných žen.

Prevence a krátká intervence

Otázky týkající se alkoholu, tabáku a jiných látek musí být součástí anamnézy i u žen ve fertilním věku. Nejprve je vhodné klást otázky, které vzbudí nejmenší odpor.

Neodsuzující přístup a pochopení. V případě negativní anamnézy je správné to ocenit. U pozitivní anamnézy:

- Doporučit abstinenci. Zvláště varovat před pitím v tazích.
- Doporučit specializovanou léčbu a pokusit se o aktivní předání.
- Zůstat v kontaktu, i když léčbu pacientka odmítne.
- Práce s motivací („když přestanete pít alkohol, bude vaše dítě zdravější“), terapeutický kontrakt, nabízet svépomocné příručky pro závislé na alkoholu a drogách (volně ke stažení na www.drnespor.eu), poskytovat kontakt na linky telefonické pomoci a nabízet pomoc prostřednictvím telefonu a pracovat s rodinou.
- Celou záležitost je vhodné dokumentovat.

Prevence u zvláště ohrožených

Je poskytována s ohledem na specifické potřeby cílové populace. Následují dva příklady.

Existují programy pro ohrožené skupiny, např. prostitutky (Surratt a Inciardi, 2010) - použili kromě obvyklých postupů (informace, nácvik, laboratorní vyšetření, nabídka pomoci) i peer prvek, tj. účast předem připravených žen, které měly s prostitucí zkušenost.

Dětem rodičů, u nichž se vyskytla závislost na alkoholu nebo drogách, by se měla věnovat při prevenci větší pozornost. Je třeba jim, s ohledem na genetická i jiná rizika, doporučit trvalou abstinenci od alkoholu i drog. K mírnění hostility a agresivity těchto dětí se používá také nácvik sociálních dovedností (Keil a spol., 2010) a kognitivně-behaviorální terapie, užitečné mohou být i výuka řeči, gramotnosti a matematiky, trénink paměti i další postupy (Peadon a spol., 2009).

Léčba a mírnění škod

V mnoha směrech podobné jako u netěhotných. Odvykací syndromy v těhotenství léčit zvláště opatrně

Disulfiram je kontraindikován. Naltrexon (Revia) lze v těhotenství a laktaci používat.

Dle okolností může být vhodné závislou těhotnou ženu před porodem hospitalizovat. Podle možností pracoviště by léčení pro závislost mělo být doplněno přípravou na porod a mateřství. Léčba pro závislost a další péče i po porodu.

V případě závislosti na nikotinu se doporučuje při léčbě používat především psychosociální intervence, i když nikotinové náhražky nevedly ke komplikacím ani nižší porodní váze (ale nekombinovat!). Bupropion použít lze. Pozor na recidivy po porodu.

Jiné drogy: Prevence vertikálnímu přenosu infekcí, léčba souběžnými nemocemi matek. Speciální podpůrné programy.

Alkohol a domácí násilí

U vzorku české populace došlo nejčastěji k domácímu násilí za situace, kdy před tím oba nebo alespoň jeden z aktérů pili alkohol. Přítomnost alkoholu byla udávána u dvou třetin všech případů násilného chování.



Nešpor, K., Csémy, L.: Domácí násilí a alkohol. Česká a slovenská psychiatrie 2005; 101(3):174-175.

Závislost

- **Vyvolává craving**
- **Zhoršuje sebeovládání**
- **Může vyvolat odvykací stav**
- **Často roste tolerance**
- **Vede k zanedbávání zájmů.**
- **Pokračuje navzdory nepříznivým následkům.**

3 a více znaků za poslední rok= závislost

Co můžete pro svůj mozek udělat

Veselý mozek bystrého abstinenta →



- **Abstinovat. Mozek začne lépe fungovat.**
- **Tělesně cvičit nebo chodit, naučit se správně dýchat.**
- **Chránit mozek před úrazy.**
- **Kvalitně se stravovat.**
- **Trénovat paměť.**
- **Vyhýbat se depresím a nadměrnému stresu.**
- **Dostatečně spát a přijímat dostatek tekutin.**

Alkohol a jiné látky u žen - specifika

- **Vyšší hladiny alkoholu v krvi při stejné dávce.**
- **Závislost na alkoholu po kratší době a menších dávkách.**
- **Zdravotní problémy rychleji.**
- **Zvýšené riziko rakoviny prsu.**
- **Vyšší konzum alkoholu v premenstruálním období.**
- **Nepředvídatelné účinky (kombinace s tlumivými léky).**
- **Psychiatrická onemocnění častěji.**
- **Častěji návaznost na zátěžové životní události.**
- **Častější násilí a sexuální zneužití.**
- **Větší pozornost třeba věnovat rodinným vztahům.**
- **Motivace k léčbě nejčastěji souvisí se zdravím a rodinou.**
- **Pití alkoholu se děje častěji tajně.**
- **Zvláště dobře přijímají psychoterapii, relaxaci, jógu.**
- **Návykové látky v těhotenství,**
- **Specificky ženské programy.**
- **Léčbu třeba zahájit včas.**

Fetální alkoholový syndrom

Abnormality v oblasti hlavy, narušený růst, postižení CNS

Discriminating Features

Short palpebral fissures

Flat midface

Short nose

Indistinct philtrum

Thin upper lip

Associated Features

Epicanthal folds

Low nasal bridge

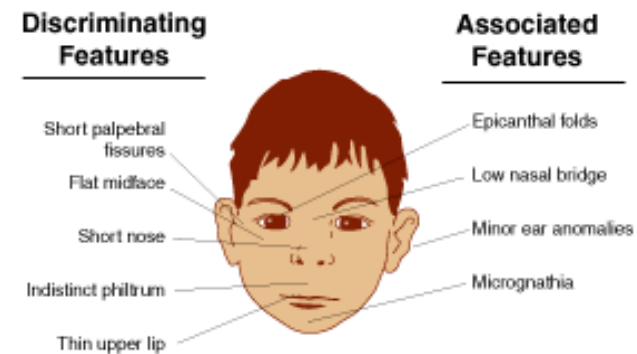
Minor ear anomalies

Micrognathia



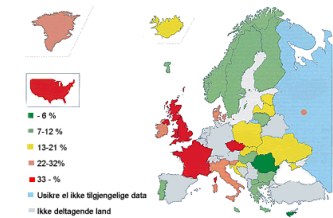
Možné důsledky pití alkoholu v těhotenství (ARND)

- ❑ Fetální alkoholový syndrom (abnormality v oblasti hlavy, narušený růst, postižení CNS). Tvoří pouze čtvrtinu poruch plodu vyvolaných alkoholem.
- ❑ Méně nápadná, mnohotvárná poškození projevující se např. menší velikostí hlavy, změnami CNS, neurologickými příznaky, poruchami chování a vnímání.



ESPAD 2007 ČR

(studenti a učni ve věku 16 let)



Kouření tabáku každodenní	25,3 %
Užití jakékoli ilegální drogy	46,0 %
Jakákoli droga aplikovaná injekčně	1,1 %
Marihuana nebo hašiš	45,1 %
Opiáty (celkem včetně heroínu)	2,0 %
Stimulancia (amfetaminy, pervitin)	3,5 %
LSD či jiný halucinogen bez MDMA	5,0 %
MDMA („extáze“)	4,6 %
Léky s tlumivým účinkem (sedativa)	9,1 %
Organická rozpouštědla	7,0 %

ESPAD 2007, ČR (studenti a učni 16 let)



Alkohol za posledních 30 dnů 6x a více (%)

<u>Chlapci:</u>	<u>pivo 28,7</u>	<u>víno 7,7</u>	<u>destiláty 13,8</u>
<u>Dívky:</u>	<u>pivo 15,7,9</u>	<u>víno 7,8</u>	<u>destiláty 12,3</u>
<u>Celkem:</u>	<u>pivo 21,9</u>	<u>víno 7,7</u>	<u>destiláty 10,8</u>



**DOSLA VENO, TEĎ
JEŠTĚ NEZMRZNOUT!**



www.drnespor.eu, www.youtube.com/drnespor

Don't smoke!
You will not burn!

Kdo nekouří,
ten nehoří
a ušetří!

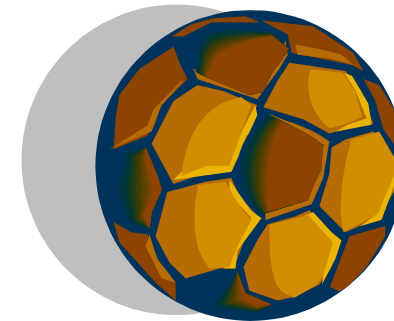


Fotbalový svaz propaguje alkohol. Chtělo by to důslednost

Delirium liga: Tabulka

1. Kocovina Praha	37
2. Cirhóza Boleslav	31
3. Bezdomevec Ostrava	30
4. Výtržník Sparta Praha	27
5. Santusák Liberec	26
6. Revma Olomouc	26
7. Rozvod Plzeň	22
8. Nevolnost Teplice	22
9. Epilepsie Jablonec	22
10. Kapavka Brno	20
11. Sbohem Praha	19
12. Bouračka Příbram	18
13. Myši Budějovice	18
14. Upadlo Kladno	13
15. Abst'ák Žižkov	11
16. Ostuda Zlín	9

A delirium má říz!



www.drnespor.eu

www.youtube.com/dr.nespor

- * **Materiály k prevenci v rodině i ve škole**
- * **Svépomocné příručky ke stažení**
- * **Relaxační nahrávky v mp3**
- * **Odborné práce**
- * **Zajímavosti a mnoho dalšího**
- * **Abstinentská videa**

Střízlivosti zdar!



Závěr

- * Prevence škod působených návykovými látkami je pro reprodukční zdraví klíčová.
- * Jedná se o oblast, která může zejména dívky motivovat ke zdravějšímu způsobu života.



- * **Co použijí ve své pedagogické praxi?**
- * **Jak přispějí k reprodukčnímu zdraví dětí a dospívajících?**
- * **S kým budu v této oblasti spolupracovat?**



www.drnespor.eu

www.youtube.com/dr.nespor

- * **Materiály k prevenci v rodině i ve škole**
- * **Svépomocné příručky ke stažení**
- * **Relaxační nahrávky v mp3**
- * **Odborné práce**
- * **Zajímavosti a mnoho dalšího**
- * **Abstinentská videa**

Střízlivosti zdar!

