

Univerzita Palackého v Olomouci

Fakulta tělesné kultury

KONZUMACE ALKOHOLU A POHYBOVÁ AKTIVITA U POŘÁDKOVÝCH  
JEDNOTEK POLICIE ČR

Diplomová práce

(magisterská)

Autor: Bc. Martin Zahrádka, TVS

Vedoucí práce: Mgr. Michal Šafář, Ph.D.

Olomouc 2016

## Bibliografická identifikace

**Jméno příjmení autora:** Bc. Martin Zahrádka

**Název diplomové práce:** Konzumace alkoholu a pohybová aktivita u pořádkových jednotek policie ČR

**Pracoviště:** Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury, Katedra společenských věd v kinantropologii

**Vedoucí diplomové práce:** Mgr. Michal Šafář, Ph.D.

**Rok obhajoby diplomové práce:** 2016

**Abstrakt:** Cílem diplomové práce je rozbor situace v konzumaci alkoholu ve vztahu k pohybové aktivitě u policistů pořádkových jednotek policie ČR. Diagnostické šetření proběhlo u členů speciální pořádkové jednotky stálé sídlící v Praze a nestálých pořádkových jednotek Středočeského kraje za pomoci dotazníku a jeho modifikace. V rámci tohoto šetření byl použit dotazník profesora Losiaka. Cílem je skupina 111 policistů policejního sboru ve služebním poměru. Výsledky mé diplomové práce zahrnují množství konzumovaného alkoholu a objem pohybové aktivity v průměrném týdnu policisty pořádkových jednotek.

**Klíčová slova:** policie, pořádková jednotka, alkohol, pohybová aktivita, droga,

Souhlasím s půjčováním diplomové práce v rámci knihovních služeb.

**Name of the Author:** Bc. Martin Zahrádka  
**Name of the Thesis:** Alcohol consumption and physical activity of czech riot police  
**Workplace:** Palacký University Olomouc, Faculty of Physical Culture – Department of Natural sciences in Kinanthropology  
**Leader of the Thesis:** Mgr. Michal Šafář, Ph.D.  
**Year of the Thesis Defence:** 2016

**Abstract:** The thesis aims to analyze the situation in alcohol consumption in relation to physical activity among the riot Police. Diagnostic survey was conducted among members of the special forces units based in Prague permanent and non-permanent police units the Central Region with the help of a questionnaire and its modifications. This investigation used a questionnaire professor Losiaka. The aim of the group of 111 officers of the police force in service. The results of my thesis include the amount of alcohol consumed and the amount of physical activity in an average week police riot units.

**Key words:** police, riot unit, alcohol, physicalactivity, drug,

I agree with lending of the thesis within the library service.

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci zpracoval samostatně pod vedením Mgr. Michala Šafáře, Ph.D. uvedl jsem všechny použité literární a odborné zdroje a dodržel zásady vědecké etiky.

V Olomouci dne

Děkuji Mgr. Michalu Šafářovi, Ph.D. a Mgr. Dominiku Vackovi za cenné rady a pomoc, kterou mi poskytli při zpracování této diplomové práce.

## Obsah

1	ÚVOD .....	8
2	SYNTÉZA POZNATKŮ .....	9
2.1	Drogová problematika .....	9
2.2	Droga – definice a pojmy .....	9
2.3	Základní rozdělení drog .....	10
2.3.1	Drogy měkké a tvrdé .....	10
2.3.2	Drogy přírodní a syntetické .....	11
2.3.3	Podle účinku .....	11
2.4	Vývoj závislosti .....	12
2.5	Prevence užívání drog .....	13
2.6	Alkohol .....	14
2.7	Vznik a užívání alkoholu .....	14
2.8	Druhy alkoholu .....	15
2.8.1	Pivo .....	16
2.8.2	Víno .....	16
2.8.3	Destiláty .....	17
2.9	Člověk a alkohol .....	17
2.9.1	Alkoholová závislost .....	18
2.9.2	Stádia alkoholové závislosti .....	20
2.9.3	Následky nadměrného užívání alkoholu .....	24
2.9.4	Druhy opilosti .....	25
2.9.5	Léčba závislosti na alkoholu .....	26
2.9.6	Prevence užívání alkoholu .....	29
2.10	Pořádkové jednotky .....	30
2.10.1	Vymezení základních pojmů .....	30
2.10.2	Stálé a nestále pořádkové jednotky .....	33

2.10.3	Nestálé pořádkové jednotky .....	34
2.10.4	Stálé pořádkové jednotky .....	34
2.10.5	Hlavní rozdíly mezi stálou a nestálou pořádkovou jednotkou .....	36
2.10.6	Policisté pořádkových jednotek .....	36
2.10.7	Struktura skupiny pořádkové jednotky .....	37
2.10.8	Speciální skupiny pořádkových jednotek a jejich struktura.....	37
2.10.9	Právní základy činnosti pořádkových jednotek.....	38
2.10.10	Úkoly a povinnosti pořádkových jednotek.....	38
2.11	Výcvik a příprava .....	40
2.12	Složení pořádkových jednotek Policie ČR.....	41
2.13	Charakteristika činnosti zakročujících pořádkových jednotek .....	44
2.14	Komunikace a předávání informací v družstvu.....	44
2.15	Pořadová příprava.....	45
2.16	Nácvik použití donucovacích prostředků .....	45
2.17	Taktická příprava .....	46
3	Technické vybavení a dopravní prostředky .....	49
3.1	Vybavení pořádkových jednotek.....	49
3.1.1	Charakteristika činnosti zakročujících pořádkových jednotek.....	50
4	CÍLE A ÚKOLY PRÁCE .....	51
4.1	Dílčí cíle .....	51
4.2	Výzkumné otázky .....	51
4.3	Organizace výzkumu .....	51
4.4	Diagnostické metody .....	52
4.4.1	Metoda diagnostiky konzumace alkoholu.....	52
4.4.2	Metoda diagnostiky objemu provádění pohybové aktivity .....	52
4.4.3	Popis zkoumané skupiny .....	52
4.4.4	Metody vyhodnocení a interpretace získaných dat .....	53

5	VÝSLEDKY A DISKUZE .....	55
5.1	Množství konzumovaného alkoholu příslušníky pořádkových jednotek .....	55
5.1.1	Diskuze k dílčím cílům a výzkumné otázce č. 1 .....	57
5.2	Rozdíl v konzumaci alkoholu mezi příslušníky pořádkových jednotek .....	59
5.2.1	Diskuze k dílčím cílům a výzkumné otázce č. 2 .....	62
5.3	Nejčastěji prováděná zimní a letní pohybová aktivita v zimním a letním období ....	63
5.3.1	Diskuze k dílčím cílům a výzkumné otázce č. 3 .....	64
5.4	Vztah mezi množstvím konzumovaného alkoholu a pohybové aktivity .....	65
5.4.1	Diskuze k dílčím cílům a výzkumné otázce č. 4 .....	68
6	ZÁVĚR .....	70
7	SOUHRN .....	71
8	SUMMARY .....	72
9	REFERENČNÍ SEZNAM .....	73
10	INTERNETOVÉ ZDROJE .....	<b>Chyba! Záložka není definována.</b>
11	PŘÍLOHY .....	76



## 1 ÚVOD

Úvodem této práce bych uvedl důvody, proč jsem si jako téma své diplomové práce vybral „Konzumace alkoholu a pohybová aktivita u pořádkových jednotek policie ČR“. Hlavní důvod byl ten, že se sám stanu policistou a toto téma je mi blízké. Další důvod výběru práce bylo množství kamarádů a známých, které mám u pořádkové policie, konkrétně u Speciální pořádkové jednotky v Praze, a ti mi tuto práci mohou přiblížit i s konkrétními případy. Policisté zařazení do PJ zde působí nad rámec dalšího výkonu své služby. To znamená chodit pravidelně do služby, nad rámec toho se účastnit výcviků, které se plánují většinou do dnů, kdy má mít policista volno a následné nasazování do bezpečnostních opatření, které se vyskytnou.

Právě kvůli charakteru vykonávané činnosti, která je, velice psychicky náročná jsem se zaměřil na konzumaci alkoholu který, může stejně tak jak pohybová aktivita sloužit k uvolnění nahromaděného stresu vzniklého v průběhu vykonávané služby.

Alkohol může některým lidem ze začátku připadnout jako ideální uvolňovač napětí, pro svoji jednoduchost užití a dostupnost. To sebou samozřejmě nese řadu rizik největší je právě závislost na alkoholu a s tím spojená ztráta zaměstnání, která je pro drtivou většinu policistů životním posláním.

Cílem mé práce je tedy zjistit množství konzumovaného alkoholu k vykonané pohybové činnosti v průběhu běžného týdne u policisty pořádkové jednotky stálé a nestálé. Diagnostické šetření proběhlo u policistů pořádkových jednotek hl. m. Prahy a Středočeského kraje, pomocí dotazníků konzumace alkoholu od Losiaka a jeho modifikace na množství provedené pohybové aktivity v průběhu běžného týdne. Výsledkem tedy je množství konzumovaného alkoholu u policistů pořádkových jednotek a porovnání konzumace mezi členy stálé a nestále pořádkové jednotky. Existence závislosti mezi množstvím konzumovaného alkoholu a množstvím vykonané pohybové aktivity.

Celkový počet respondentů je 111 z toho 50 z pořádkové jednotky stálé a 61 z pořádkové jednotky nestálé.

## **2 SYNTÉZA POZNATKŮ**

### **2.1 Drogová problematika**

Drogy jsou nedílnou součástí lidské existence, doprovází lidskou společnost od pradávna až po přítomnost, dá se říci, že každá vrstva společnosti má svoji oblíbenou a preferovanou drogu, ať už se jedná o drogy legální nebo nelegální rozhodující je vždy cena a dostupnost dané drogy. Bohužel platí pravidlo, že nejnižší vrstva společnosti je obvykle závislá na nejlevnější dostupné droze na daném trhu, taková to droga bývá velice nízké kvality a má daleko závažnější dopad na uživatele.

Návykové látky jsou nebezpečné zejména pro svoji schopnost vyvolat u člověka určitou iluzi, která uživateli drogy poskytuje unik z reality, popřípadě jak tomu bývá v naší společnosti unik ze stereotypu. I přes veškerou osvětu mládeže nedochází k patřičnému poklesu užívání drog, naopak lze sledovat u určitých skupin k nárůstu počtu závislých jedinců. Tento trend je podporován a často prezentovanými video klipy známých umělců, kteří otevřeně rapují o distribuci a užívání drog.

### **2.2 Droga – definice a pojmy**

Droga je omamná látka, pomocí které se mění stav člověka odlišnými způsoby. Drogu můžeme získat dvěma cestami a to buď z přírody, nebo chemickou syntézou. U jedince může, vzniknou návyk buď psychický, nebo fyzický, následně se z něj stává toxikoman.

Drogou rozumíme látku, která svými účinky ovlivňuje centrální nervovou soustavu člověka a její užívání má za následek změny duševního, nebo fyzického stavu člověka (Gallá, 2005, 11) a mění jeho myšlení, citění a jednání.

Pod pojmem droga můžeme chápat každou látku, ať už přírodní nebo syntetickou, která musí splňovat dva základní požadavky, a to buď že látka vyvolá závislost nebo má psychotropní účinek (Presl, 1994).

Za drogu můžeme také považovat jakoukoliv látku, kterou lidský organizmus nepotřebuje ke své existenci a má výrazný vliv na lidskou psychiku (Marhounová, 1995).

Toxikoman je podle definice světové zdravotnické organizace každý jedinec, který je obětí psychické nebo fyzické (nebo kombinací obou) závislosti. Jak může z definic

vydedukovat drogy přímo, působí na naše vnímání okolí, nálady, chování. Hlavním kritériem, které můžeme použít k dělení drog je míra vzniku závislosti na dané droze.

## 2.3 Základní rozdělení drog

Jako klíčové vidím rozdělení na drogy legální a nelegální. K drogám legálním přistupujeme zcela otevřeně, jedná se zejména o alkohol, tabák, kofein, analgetika barbituráty, antipyretika a velice ničivá organická rozpouštědla. K drogám nelegálním, které naše společnost neakceptuje, můžeme zařadit, canabionidy, amfetaminy, halucinogeny kokainové látky, opiáty. K rozdělení drog nám může posloužit i Holandský model kde mají s problematikou drog letité zkušenosti a jejich definice je daleko srozumitelnější. Principem je rozdělení s rizikem akceptovatelným a neakceptovatelným.

### 2.3.1 Drogy měkké a tvrdé

Drogy se dají rozdělit podle míry vzniku závislosti na:

- Drogy měkké – jedná se o látky, které běžně užíváme, alkohol, tabák, marihuana, tyto látky lze v přijatelném množství denně konzumovat.
- Drogy tvrdé – jedná se o látky, které jsou pro lidskou psychiku a organismus velice nebezpečné, na těchto látkách vzniká silná závislost jak psychická tak fyzická.

**Tabulka č.1 rozdělení na měkké a tvrdé drogy z hlediska pravděpodobnosti vzniku závislosti.**

Míra rizika	„Tvrđost“	Zástupci
Vysoká	Tvrđé	Toluen, Heroin, Morfin, Durman, Crack, LSD
Vysoká až střední	Tvrđé	Lysohlávky, Kokain, Pervitin
Střední	Tvrđé	Alkohol, Ectasy, Efedrin, Kodein,
Relativně malá	Měkké	Marihuana, Hašiš, Kokový čaj
Prakticky bez rizika	Měkké	Káva, Čaj,

<http://www.odrogach.cz/skola/uzivani-navykovych-latek/informace-odrogach/rozdeleni-drog.html>

Podle Zvolského et al. (2001), WHO zařazuje drogy do následovných skupin:

1. alkoholo-barbiturátový typ,
2. amfetaminový typ,
3. cannabisový typ,
4. kokainový typ,
5. halucinogenový typ,
6. kachektický typ,
7. opiátový-morfinový typ,
8. solvenciový typ,
9. tabákový typ
10. kofeinový typ,
11. antipyretiko-analgetický typ,
12. neuroleptický typ,
13. antidepresivový typ,

### **2.3.2 Drogy přírodní a syntetické**

Drogy se dají dělit i podle výskytu (vzniku), drogy volně vyskytující se v přírodě nazýváme přírodní, mezi tento druh řadíme marihuanu (obsahující látku THC), různé druhy halucinogenních hub jako lysohlávky (obsahují látku psylocibin), mák (obsahující alkaloid opium), listy koky (obsahující alkaloid kokain). Za drogy syntetické považujeme látky vyrobené člověkem, heroin, amfetaminy (pervitin, extáze).

### **2.3.3 Podle účinku**

- Konopné drogy – mají negativní duševní a fyzické účinky (krví podlité oči, sucho v ústech a krku, zvýšení srdečního tepu). Zařadit zde můžeme marihuanu, hašiš a hašišový olej
- Opiáty – omamná droga, napomáhající ke chvilkovému úniku od všech starostí běžného života. Získáváme ho ze surového opia. Řadíme sem heroin, morfin, kodein.
- Stimulující látky – látka stimuluje a povzbuzuje celý organismus, po opadnutí hlavního účinku upadá jedinec do hluboké deprese. Řadíme zde látky kokain, pervitin, extáze

- Halucinogeny – po konzumaci dochází ke změně vnímání okolního světa, vjem je porušen do různé hloubky, může se projevovat toxická halucinogenní psychóza. Řadíme zde látky LSD, lysohlávky,
- Psychotropní – v tomto případě se jedná o léky. Řadíme sem alnagon, rohypnol, subutex, diolan,
- Těkavé látky – jsou specifické silným narkotickým účinkem, u tohoto druhu drog dochází velice snadno k předávkování, které může končit smrtí. řadíme sem tloulen, aceton, perchloretylen, <http://chytrak.chytry.cz/rozdeleni.html>

## 2.4 Vývoj závislosti

Závislost jako taková není zprvu patrná a člověk se mnohdy domnívá, že závislí není. Každý člověk, který užívá drogy ať už legální nebo nelegální by, jsi měl odpovědět na základní otázky, které mu mohou odpovědět na otázku, zda je závislí nebo ne (Nyakundi, 2014).

- Snažil jsem se neúspěšně ukončit užívání?
- Je pro mne těžké drogu neužívat?
- Mám na drogu permanentní chuť?
- Líbil se mi stav, kdy jsem byl na droze?
- Experimentoval jsem i s jinými drogami?

Závislost na drogách je nemocí, která jako každá jiná nemoc má svá stadia Zábranský rozděluje tyto stadia následovně:

- Experiment – jedinec zde zkouší drogu, která je mu většinou nabízena, někým z jeho blízkého okolí on sám ji aktivně nevyhledává
- Aktivní vyhledávání – v tomto stádiu dochází k tomu, že se jedinec odpojí od své původní skupiny a vyhledá skupinu užívající drogu, která bude mít pochopení pro jeho potřeby, látku aktivně vyhledává s cílem uspokojení svých potřeb.
- Zaujetí drogou – u jedince se projevuje zvýšená potřeba po droze, s tím jsou spojeny vysoké náklady na nákup dané drogy, dostávají se problémy typu potíže ve škole, psychické problémy a první zdravotní problémy.

- **Závislost** – v tomto posledním stádiu jsou již všichni v okolí jedince drogově závislí, zdraví je těžce poškozeno, jak psychicky tak po stránce fyzické, jedinec v tomto stádiu bere drogy jen proto, aby se cítil normálně (Zábranský, 2003).

## 2.5 Prevence užívání drog

Pod pojmem prevence si můžeme ve zjednodušeném pojetí představit schopnost předejít nežádoucím jevům, různým problémům a rizikovému chování jedince – v našem případě předcházet závislosti nebo recidivě.

- **Primární prevence (univerzální, generální)** – tento stupeň prevence se týká nejvšeobecnějších podmínek předcházení vzniku závislosti. V rámci toho prvního stupně je potřeba klást důraz na skupiny, které nemají žádnou zkušenost s drogou. Primární prevence se realizuje na úrovni škol, rodin, masmédií a jiných institucí.
- **Sekundární prevence (selektivní, adresná)** – je zaměřená na určitou skupinu osob ve společnosti, nejedná se tedy o všeobecné zaměření. V tomto případě, se již pracuje s jedincem který má zkušenost s drogou, snahou je jedince vrátit do původního stavu a provádět systematickou kontrolu jeho stavu, z důvodů jeho opětovného selhání. Tento druh prevence by měl zabránit rozvoji drogové kariéry a těch, kteří jen experimentují zabránit závislosti. Sekundární prevence je realizována na úrovni zdravotnických, psychologických, sociálních a edukačních institucí.
- **Terciální prevence (indikovaná)** – zde se veškeré úsilí cílí na předcházení relapsu, neboli recidivy drogové závislosti u jedinců již závislých, kteří pošli léčbou. Cílem je předejít zhoršení stavu a eliminovat recidivu. Realizuje se prostřednictvím odborných pracovníků realizačních zařízení, jedná se o dlouhodobý realizační proces. (Kraus, Hroncová, 2007).

## 2.6 Alkohol

Tento druh drogy je státem tolerován, i když se jedná o látku, na které prokazatelně vzniká závislost a jsou zdraví i společnosti škodlivé, nejčastěji užívanou legální drogu, spotřeba alkoholu v ČR dosahuje 10 litrů čistého alkoholu na osobu. Problémem je, že užívání alkoholu je společensky uznáváno nejen u nás ale i ve světě o problémech se sice mluví, ale současně se tato problematika podceňuje a zlehčuje. Většině lidem přináší alkohol pocit uvolnění a potěšení, jeho nezvládnutá konzumace může člověka připravit o jeho zdraví přátelé a sociální status.

Každá společnost, která se ke konzumaci alkoholu staví pozitivně si do svých řad pouští drogu, která má potenciál vyvolat zákeřnou formu závislosti. U mnoho konzumentů se tato skutečnost proměnila v ničivou realitu.

Podoba jakou nabere závislost na alkoholu je u každého jedince jiná. Její forma je přímo ovlivněna osobností jedince, kulturou a prostředím kde jedinec žije a pije. Jinou formu má také rané a pozdní stadium závislosti.

Alkohol je bez pochyby jedna z nejdostupnějších a nejrozšířenějších legálních drog v České republice a bohužel i ve světě. Od počátku dějin byl alkohol považován za dar od bohů, byl užíván při obřadech a rituálech. I v dnešních dobách je užíván při významných událostech jako forma přípitku.

## 2.7 Vznik a užívání alkoholu

Suroviny, které jsou k výrobě alkoholu potřebné, nacházíme v přírodě běžně. To jaký druh alkoholu byl prvně pozřen člověkem se, nedá přesně určit, mohlo se jednat o zkvašenou ovocnou šťávu (prvopočátek vína), nebo zkvašené obilné zrnko (prvopočátek piva), nebo medovinu (zkvašený med). Každopádně, si člověk v dané době uvědomoval po pozření primitivního alkoholického nápoje jeho zvláštní a mnohdy příjemné účinky.

Název alkohol získal z arabského slova al-ka-hal (jedná se o zvláštní, jemnou látku). Alkohol je bezbarvá čirá tekutina, bez chuti i zápachu. Udávaný bod varu je 77 stupňů a bod tuhnutí 130 stupňů. Alkohol (neboli etylalkohol) je molekula složená z uhlíku, vodíku a kyslíku. Zkvašením cukru vzniká alkohol, může se jednat o jakýkoliv druh cukru či škrobu. Dá se vyrobit téměř z čehokoliv, přičemž se jedná o velmi levnou látku (Skála, 1977).

Právě kvůli nízkým nákladům na výrobu a dostupnosti surovin se stál alkohol jednou z nejdostupnější a nejlevnější omamnou látkou, konzumovanou po celém světě ve všech vrstvách společnosti.

Nejvýrazněji alkohol ovlivňuje látkovou výměnu a nervový systém člověka. Alkohol je z kvantitativního hlediska jednou z nejslabších psychotropních látek, prokazatelně se zřetelné účinky působení alkoholu na lidský organismus projeví až při dávce kolem 1g na 1 kg váhy. Alkohol řadíme do skupiny hypno-sedativ.

Účinek závisí na množství zkonsumovaného alkoholu, který se pak vyskytuje v krvi

- při hladině okolo 0,5 promile je patrné zklidnění
- při hladině okolo 1,5 promile je patrné narušení svalové souhry a vzrušivosti
- při hladině okolo 1,6 – 2 promile je pozorována klasická opilost jedince
- při hladině okolo 3 – 4 promile dochází k narušení a poruchám vědomí
- při hladině nad 4 promile se jedinec dostává do ohrožení života

(Vojtěchovský in Kvapilík, Svobodová a kol., 1985).

Alkohol vzniká chemickým procesem kvašení ze sacharidů a to buď z jednoduchých cukrů obsažených v ovoci, nebo z polysacharidů u obilných zrn, popřípadě z brambor (Popov, 2003).

Alkoholy můžeme třídit podle několika hledisek:

- podle počtu hydroxylových skupin na jednosytné a více sytné alkoholy
- podle stavby uhlíkové kostry na alifatické a cyklické alkoholy
- podle povahy funkčního uhlíku na primární, sekundární a terciární

## 2.8 Druhy alkoholu

Ve své podstatě se dají alkoholické nápoje rozdělit do tří nejčastěji vyskytujících se forem na:

pivo, víno a lihoviny. Intoxikující látka je ve všech těchto nápojích stejná, jedná se o etanol, rozdílem je mezi skupinami je jen jeho koncentrace.

**Etanol** (etylalkohol) jedná se o bezbarvou těkavou kapalinu, která se nachází buď ve volné přírodě, nebo vázanou ve formě esteru. Je klasifikován jako hořlavina první třídy,



rozpouští uhlovodíky, halogenderiváty, aldehydy, ketony a další anorganické látky. Do těla člověka se dostává nejčastěji vypitím alkoholického nápoje. Kůží nebo vdechnutím se do těla jedince dostane jen minimální množství (Skála,1988). Za smrtelnou dávku etanolu v těle se považuje u dospělého jedince 6-8g/kg hmotnosti a u dětí je tomu 3g/kg hmotnosti (Buchar et al.,1973). Jeho příprava se produkuje kvašením.

**Metanol** (metylalkohol) vyskytuje se zejména v rostlinách, je to nejjednodušší alkohol,jedná se o bezbarvou kapalinu s příjemnou vůní podobnou etanolu. Jedná se o silný jed, smrtelná dávka pro lidský organizmus je 10 – 100 ml (čistého metanolu), vzniká kvašením nebo suchou destilací. Záměna těchto dvou alkoholů může mít pro lidský organizmus fatální následky (Buchar, et al.,1973).

### 2.8.1 Pivo

Je kvašený alkoholický nápoj, většinou hořké chuti, vyráběný v pivovaru z klasických surovin jako jsou obilný slad, voda, chmel a pomocí pivovarských kvasinek. Jedná se o alkoholický nápoj s nízkým obsahem alkoholu (30 – 50 g na litr). Pivo obsahuje krom alkoholu ještě sacharidy, bílkoviny, hořké látky chmele, polyfenolické sloučeniny, oxid uhličitý, vitamíny a minerální látky. Pivo je právem považováno za jeden z významných českých symbolů. Od roku 2008 je označení české pivo chráněno jako zeměpisné označení (Jackson, 2001). Pivo je spíše chápáno jako pochutina než poživatina, současně se však také jedná o alkoholický nápoj. Alkohol konzumovaný v podobě piva se vstřebává pomaleji než destiláty, zejména při požití po jídle.

### 2.8.2 Víno

Je alkoholický nápoj vyrobený prokvašením moštu nebo rmutu vinné révy, výroba vína začíná u jeho sběru z vinic. Posbírané vinné hrozny se pak šetrně lisují tak aby pecky uvnitř hroznů zůstaly nepoškozeny, v případě rozdrčení pecky hroznu se do výsledného výlisku dostává hořkost a trpkost. Další operací je fermentace jedná se o kvasný proces, kdy kvasinky proměňují jednoduché cukry (glukózu a fruktózu) na alkohol a oxid uhličitý, který uniká do vzduchu. V této fázi se vytváří alkohol a mošt vinné révy se tak pomalu mění na víno <http://www.global-wines.cz/vyroba-vina?confirmLegalAge=1>.

### 2.8.3 Destiláty

Destiláty jsou alkoholické nápoje o vysoké koncentraci etanolu, přirozeným kvašením dosáhneme pouze koncentrace do 15 %. Opakovanou destilací (bod varu etanolu je nižší než u vody konkrétně 78), dosáhneme dostatečné koncentrace alkoholu.

Destiláty můžeme dělit na:

- Ušlechtilé lihoviny – Vodka, Gin,
- Poloušlechtilé – jedná se o nápoje které, vznikají kombinací jemného lihu a pravých destilátů, nebo také z rozličných aromatických přísad patří jsem třeba borovička.
- Likéry – výroba probíhá smícháním cukerných roztoků s přísadou likérových aromatických látek s lihem. Do této skupiny řadíme ovocné likéry a punče.

## 2.9 Člověk a alkohol

Naše moderní společnost, vnímá konzumaci alkoholu jako zcela běžnou součást života jedince, úplného abstinenta v produktivním věku nalezneme zcela výjimečně, společnost je v tomto ohledu nekompromisní jak k úplným abstinentům, tak k lidem kteří nedokáží kontrolovat svoji potřebu po konzumaci alkoholu. Jedná se, o lidi závislé na této legální droze. K těmto dvěma skupinám se společnost staví odmítavě. Aby se tedy jedinec plynule zařadil do společnosti, musí mít kladný, ale kontrolovaný vztah k alkoholu.

Motivy, které jedince nutí, konzumovat alkohol mohou být rozdílné, (Skála, 1988) rozlišuje motivy zneužívání alkoholu takto:

- Motiv společenský – ztráta životního smyslu
  - nedodržování zákonů o podávání alkoholu dětem a mladistvým
  - sblíživí účinek alkoholu
  - nepřipravenost lidí a institucí na správné trávení volného času nevhodná forma jeho trávení, doprovázeném konzumací alkoholických nápojů
- Motiv individuální – těžká životní situace zvládnutá za pomoci alkoholu
  - upravování nepříjemných psychických stavů

- v důsledku nepříznivého rodinného prostředí, nepříjemné zážitky z dětství

Lidé mohou být podle (Skály, 1988) děleni do 4 základních typů podle jejich očekávání, které mají od konzumace alkoholu.

- Abstinenti – jedná se o jedince, kteří zaujímají záporný vztah k alkoholu (abstinent je ten kdo min. 3 roky nepozřel alkohol), hasí žízeň jen nealkoholickými nápoji.
- Konzumenti – do této skupiny se řadí jedinci, kteří pijí alkoholické nápoje jako doplněk k potravě, jedná se o jedince pijící s rozumem, 7 – 10 g alkoholu toto množství zdravá játra rozloží do 1 hodiny bez negativních následků na zdraví jedince.
- Pijáci – jedinci, kteří vyhledávají pouze opilecké opojení, konzumují jakýkoliv druh alkoholu jen za účelem dosažení opilosti.
- Osoby závislé – jedná se o osoby nemocné, tito jedinci pijí alkohol z důvodů zahájení abstinčních příznaků, u těchto jedinců je patrné tělesné a duševní oslabení, spojené s problémy v rodině i společnosti.

### **2.9.1 Alkoholová závislost**

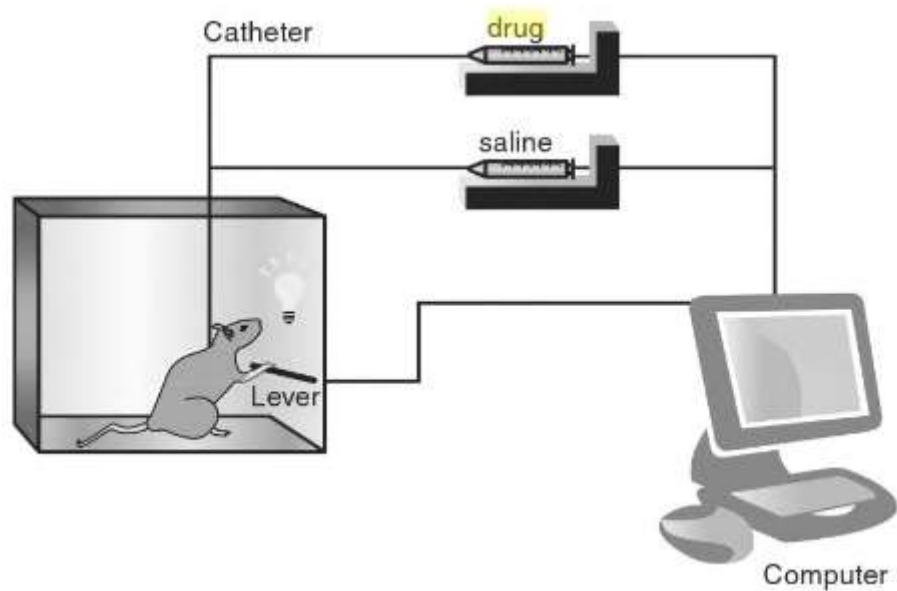
Jedná se o stav, kdy absence alkoholu v těle konzumenta vyvolá fyzické či psychické problémy organismu.

Alkoholismus je jedna z nejvíce rozšířených nemocí také v USA, stejně jako v mnoha moderních společnostech. Toto onemocnění je velikou hrozbou nejen pro jedince ale i pro jeho rodinu a široké okolí. Pochopením veškerých detailů toho onemocnění, je velice důležité jak pro lékaře, tak pro veškeré pracovníky kteří pomáhají v procesu léčení jedince (Brouce, 1999).

Po mnoho let se doktoři a vědci snažili přijít na to, jak alkoholová závislost vzniká a jak se dá účinně léčit, tomuto poznání výrazně pomohlo testování účinků alkoholu a drog na zvířatech. Jednou z největších výhod testování na zvířatech je možnost kontrolovat jejich přirozené prostředí, potravu, jejich zdravotní stav a také množství konzumované drogy nebo alkoholu již od narození. Tento druh testování a pozorování není možné provádět na lidech.

Samozřejmě každý z experimentů na zvířatech musí být do detailu popsán, musí být co nejvíce šetrný pro zvíře (Kuhar, 2012).

**Obrázek č. 1 Ukázka testu na zvířeti**



Na obrázku vidíme myš která má před sebou páku pomocí níž ovládá dávkování buď drogy (kokain) nebo solného roztoku který je jí aplikován intravenózně, počítač sleduje jak často a jaké dávky si myš pomocí páky aplikuje. Myš dopředu neví, zda li jí bude aplikována droga či roztok. Můžeme zde sledovat reakci myši na dávku drogy, obvykle ihned a opakovaně tahá za páku, při aplikaci roztoku tomu tak není (Kuhar, 2012).

Samotná historie alkoholismu je stará jako alkohol sám, lidé se na alkoholu stali závislí hned na počátku jeho objevení, tato závislost je tisíce let stará. Alkohol je pravděpodobně první drogou užívanou pravěkým člověkem. Jeho účinky a dopady byli dobře známi a zdokumentovány po celém světě. Alkohol překonal všechny světové hranice jak náboženské, kulturní a geografické. Ve všech částech světa je alkohol brán a chápán podobným způsobem (Gifford, 2010).

Závislost můžeme dělit na psychickou a fyzickou:

- Za **psychickou** závislost považujeme stav jedince, který pociťuje neutuchající touhu po konzumaci psychotropní látky, za účelem povzbuzení, stimulaci, utlumení organismu. Jedinec jen velice těžko odolává těmto účinkům, silná touha ho nutí látku užít. Psychická závislost je specifická v tom, že u konzumenta vzniká stav tzv. návykové paměti, která se vytváří v mozku po více násobném užití alkoholu. Konzument pociťuje opakovanou touhu užít látku, což vede k jejímu častému užívání, a tím podporuje psychickou závislost. I přesto že si jedinec uvědomuje možná rizika ztráty sociálního statusu, rodiny, přátel, dokonce i svého vlastního života, s konzumací alkoholu nedokáže skončit.
- Za **fyzickou** závislost považujeme stav organismu jedince, který je vystaven snížením dávek alkoholu nebo úplné absence alkoholu v organismu. Následný stav je nesmírně, fyzický bolestivý pro jedince. Organismus jedince je nastaven na určitou dávku alkoholu, který se běžně nevyskytuje u abstinenta. Pokud tato dávka alkoholu klesne, začne mozek a tělo tuto dávku vyžadovat, pokud nedojde, k naplnění potřeby dochází ke zhroucení organismu. Následné abstinenci příznaky mohou nést klinické znaky, zmatenosti, třesu, vyrašení potu, nevolnost. V závažných případech dochází k poruchám vědomí, šoku, ke křečovitým záchvatům a ztrátám vědomí. U těchto abstinenci příznaků je zapotřebí lékařského zásahu (Göhlert&Kühn, 2001).

### **2.9.2 Stádia alkoholové závislosti**

Alkoholová závislost je trvalá nemoc, která jedince doprovází od prvních příznaků až do konce jeho života (Kvapilík a Svobodová, 1985).

Pomocí mezinárodní kvalifikace nemocí můžeme závislost definovat následovně. Jedná se o skupinu behaviorálních, fyziologických a kognitivních fenoménů, u daného jedince

má užívání nějaké látky nebo třídy látek mnohem větší přednost než jiné jednání, kterého si cenil dříve, než začal danou látku užívat. Popisnou centrální charakteristikou syndromu závislosti je touha (v mnoha případech přemáhající, obvykle dosti silnou) užívat psychotropní látky (které mohou být získány na lékařský předpis), alkohol nebo tabák. Pro stanovení definitivní diagnózy závislosti by se mělo přistoupit jen tehdy, jestli jedinec porušil abstinenci více jak 3krát do jednoho roku, nebo porušil více z následujících jevů (Štáblková, 1997).

- Silná touha nebo pocit puzení užívat látku
- Při použití látky měl problémy se sebeovládáním
- Tělesný odvykací stav
- Průkaz tolerance k účinku látky
- Zanedbávání zájmů nebo potěšení
- I přes jasné důkazy o škodlivosti následků pokračoval v užívání

Nejčastěji přijímaným modelem rozdělení vývoje alkoholové závislosti pochází od pana E. M. Jellineka 1950, popisuje cestu od běžného společenského pití po úplné závislosti na alkoholu (Heller a Pecinovská, 2011).

- **První stádium se nazývá iniciální, počáteční** – v průběhu prvního stádia se jedinec nějak výrazně neodlišuje od svého okolí, přijímá společenské normy. Bolestivé nebo pro něj neřešitelné situace překonává pomocí alkoholového opojení, které ale nepobuřuje jeho okolí, to je způsobeno nízkým obsahem alkoholu v jeho krvi obvykle do 0,5 promile, není zde patrná opilost. Budoucí alkoholik pije, protože neumí jiným způsobem řešit své problémy nebo vyhledat pomoc.
- **Druhé stádium nazýváme prodromální, varovné** – zde dochází ke zvýšené toleranci organismu vůči alkoholu v krvi jedince. Zvýšená tolerance vůči alkoholu sebou nese potřebu navýšení dávek alkoholu z důvodů dosažení požadovaného alkoholového opojení. V tomto stádiu si budoucí alkoholik velice dobře uvědomuje svůj začínající problém s alkoholem a začíná se za něj stydět. Konzumace alkoholu se mu daří před společností dobře skrývat a v průběhu intoxikace se maximálně kontroluje. Toto stádium sebou nese určité pocity viny u postiženého, které vedou ke zvýšené snaze se s alkoholem vypořádat. Celé toto počínání vede do začarovaného kruhu, ze kterého není

úniku a jedinec se stává závislým. První i druhé stadium se ještě nenazývá chorobou v pravém slova smyslu.

- **Třetí stádium se nazývá krucální, rozhodné** – dochází zde ke zvýšení tolerance k alkoholu oproti druhému stupni, což znamená, že jedinec je schopen pozřít ještě větší dávky alkoholu bez známek intoxikace, v praxi to znamená, že hladinu, kterou vnímá, jako normální stav je stavem opileckým který vykazuje známky vysoké opilosti. Alkohol se stává součástí metabolických jevů a k opití často stačí malá dávka alkoholu. Se vzrůstající frekvencí opilosti, dochází mezi jedincem a jeho okolím ke konfliktům, na které jedinec reaguje vytvořením vlastního obranného valu tzv. zdůvodňování. U jedince se začíná projevovat alkoholocentrické chování i myšlení, v tomto stadiu už nezvládá svůj předchozí běžný život.
- **Čtvrté stádium je terminální, končené** – specifickým znakem jsou zde, takzvané ranní doušky kterými pacient léčí stav po vystřízlivění. Tolerance alkoholu klesá na minimum v důsledku poškození jater a vyčerpání energetických rezerv. V tomto terminální stádiu dochází k průvodním onemocněním a k poškození orgánů, trávicího traktu, slinivky břišní a nervového systému. Dalším znakem je úpadek osobnosti, kdy je jediný cíl získání alkoholu – drogy. Jedinec se tak dostává do stavu, kdy nejde žít s alkoholem ale i bez něj. V tomto posledním stádiu pak dochází k chronifikaci choroby, kdy se nadužívání alkoholu stává neodstranitelným.

Podle Nováka (2004) se dá vývoj abúzu závislosti a alkoholu, rozdělit do následující skupiny:

- **Typ alfa** – alkoholem se jedinec čas od času zbavuje napětí, úzkost, k získání euforie. Může napomáhat ke sblížení s druhými jedinci. Většinou se typ Alfa nedostává do pokročilejšího stádia.
- **Typ beta** – jedná se o tzv. víkendového pijana, který pije jen o víkendu s přáteli.

- **Typ gama** – u tohoto jedince se již rozvinula závislost psychická, jedinec je schopen chvíli abstinovat a zdánlivě tak ovládnout svoji touhu po alkoholu. Jedná se o nejčastěji léčenou poruchu u nás.
- **Typ delta** – jedinec není schopen abstinovat, má trvalou hladinu alkoholu v krvi. Vysoké riziko cirhózy jater nebo deliria.
- **Typ epsilon** – člověk se již v tomto stádiu nedokáže ovládat a ztrácí kontrolu nad svým pitím.



### 2.9.3 Následky nadměrného užívání alkoholu

Doba užívání a množství vypitého alkoholu se přímo úměrně podepíše na tělesném či duševním poškození. Jinými slovy čím více a častěji piji, tím více si sám sobě škodím. Hranici kdy se jedná o neškodnou konzumaci nelze přesně určit, organismus každého jedince totiž reaguje na alkohol jinak. Náchyllost k poškození orgánu a tkání v těle je u každého jedince jiná.

Skála (1987) rozděluje důsledky nadměrného užívání alkoholu u jedince na onemocnění tělesné a duševní:

- **Tělesné onemocnění**

- Infekční nemoci - (plicní tuberkulóza, venerické onemocnění)
- Nervové nemoci - poškození vedení nervového vzruchu, snížení křečového prahu, vyvolává změny na EEG, mozkové atrofie, alkoholická epilepsie
- Zhoubné nádory – rakovina jater, pankreatu, žaludku, tenkého střeva
- Nemoci oběhové soustavy – ischemická choroba srdeční, hypertenze, ateroskleróza, alkoholická kardiomyopatie
- Nemoci trávicí soustavy – onemocnění dvanáctníku, jícnu, žaludku, pankreatu, alkoholická hepatitida, cirhóza jater
- Nemoci močové soustavy – nefropatie, proteinurie,
- nemoci dýchací soustavy – pneumonie, bronchitida, bronchopneumonie
- nemoci kůže a svalů – poškození kůže, kožní změny, svalové bolesti, ochablost svalů, poškození svalových struktur
- Nemoci krve a krvetvorných orgánů – makrocytové anémie, trombocytopenie, poruchy hemokoagulace, hemolytická anémie,
- Poruchy výživy přeměny látek – poruchy metabolismu železa, draslíku, kyseliny močové, proteinů

- **Duševní onemocnění**

- Delirium tremens – jedná se o nejčastější alkoholickou psychózu, projevující se poruchami spánku, nechutenstvím k jídlu, třasem končetin a celého těla, celkovou vyčerpaností.
- Alkoholická halucinóza – typické jsou sluchové halucinace
- Alkoholická demence – vyskytuje se postupné otupování vůči okolí jedince, dochází ke ztrátě veškerých zájmů.
- Alkoholická epilepsie
- Korsakovova alkoholická psychóza – zde se jedná o poruchy paměti, dezorientace, celková uzavřenost, rezignace.
- Paranoidní alkoholická psychóza – jedinec je přesvědčen o nevěře své partnerky/a

#### 2.9.4 Druhy opilosti

Nejrozšířenějším druhem opilosti je prostá opilost, V tomto stavu dochází ke kombinaci narušení chování a neurobiologickými změnami, tento stav není stavem neškodným, může dokonce končit komatem, vdechnutím zvratků. Stupeň intoxikace nezáleží jen na množství požitého alkoholu nýbrž také na celkové dispozici, nebo indispozici organismu. Intoxikace se nejčastěji projevuje poruchami chování, ztrátou koordinace, problémy s artikulací, malátností. Za hranici kritickou pro organismus považujeme hladinu alkoholu v krvi nad 3 promile.

Podle Skály (1986) má alkohol dvojfázový efekt. Při vysokých dávkách alkoholu jsou neuronové systémy v útlumu, naopak je tomu při dávkách nízkých kdy jsou neuronové systémy labilizované, nastává u nich excitační stádium. Mozková kůra reaguje na alkohol nejcitlivěji, dále pak retikulární formace kmenu mozkového a motorické neurony míchy.

Podle Skály se dá také rozdělit do čtyř stádií akutní intoxikace alkoholem:

- **Exitační** – tento stav je charakteristický lehkou opilostí, jedinec se při něm chová přátelsky a vesele ke svému okolí. Může mít problémy s chůzí, později ho převládá únava a celkový útlum.
- **Hypnotické** – jedinec při něm upadá do bezvědomí, avšak je u něj zachována reakce na bolestivé podněty a obranné reflexy.
- **Narkotické** – jedná se o typické bezvědomí bez zjevných reflexů.

- **Asfyktické** - stav se zde projevuje oběhovou slabostí společně s bezvědomím.

Dalším rozdělením stupně alkoholové intoxikace podle Skály je:

- **Lehký stupeň** otravy alkoholem – hladina alkoholu v krvi se pohybuje v rozmezí 0,5 – 1,5 promile, konzument má v tomto stádiu pocit zvýšené výkonnosti. U jedince můžeme pozorovat zvýšenou snahu sociálního kontaktu, snížení zábran, sebekontroly a sebekritiky.
- **Střední stupeň** otravy alkoholem – zde se hladina alkoholu v krvi pohybuje v rozmezí 1,5 – 2,5 promile. Nálada konzumenta je zde až euforická, stejně tak je i častá podrážděnost nebo agresivita. Jedinec se stále orientuje alenastává u něj ztráta sebekontroly a zábran, v tomto případě se jedinec dopouští porušování společenských zásad a mnohdy i zákonů.
- **Těžký stupeň** otravy alkoholem – hladina alkoholu je zde nad úrovní 2,5 promile. Tento stupeň může eskalovat až do ztráty vědomí, člověk zde začíná být dezorientovaný, Typická je podrážděnost, poruchy rovnováhy a řeči.

### 2.9.5 Léčba závislosti na alkoholu

Léčba osob, které jsou na alkoholu závislé je problémem komplexním, s tímto problémem se již po desetiletí setkávají nejen čeští lékaři a terapeuti. Podstavná část lečy je na pacientovi on sám se musí chtít vyléčit, to znamená, aby se vymanil ze všech negativních a destruktivních vlivů alkoholu na jeho osobu. V opačném případě musí být pacient přesvědčen lékařem o hodnotě jeho života a o nutnosti léčby. Lékař by měl být schopen u pacienta vyvolat prvotní pud sebezáchovy, který byl oslaben nebo zcela potlačen dlouhodobou konzumací alkoholu.

V České republice se léčbou alkoholové závislosti zabývají tři typy protialkoholních zařízení:

- **Záchytná stanice** – tato stanice řeší aktuální potřebu umístění intoxikované osoby pod odborný lékařský dohled, až do doby kdy odezní intoxikace.
- **Ordinace nebo ambulance** – jedná se o alkoholické poradny, soukromé praxe, základním znakem je zde že pacient či klient navštěvuje odborníka, kde spolu konzultují problém, poté se klient vrací do běžného života.

- Lůžková protialkoholní oddělení a léčebny – zde je pacient uložen na lůžko a zůstává hospitalizován v léčebném zařízení a je trvale pod dohledem lékařského personálu.

Na základě prováděných průzkumů můžeme konstatovat, že ambulantní léčba je méně efektivní jak lůžková Kvapilík, Svobodová et al. (1985). Z dostupných výsledků můžeme konstatovat, že ambulantní zařízení dosahují jednorocní abstinenci u každého třetího pacienta, naopak lůžková ústavní léčba u každého druhého pacienta, a to i v horizontu 3 až 5 let. Léčba u pacienta pobíhá buď zcela dobrovolně, nebo povinně. U dobrovolné formy jak už samotný název napovídá, může jedinec kdykoliv ukončit léčbu, veškeré sezení je zcela dobrovolné. Pokud však alkoholik ohrožuje sebe nebo, své okolí je umístěn do protialkoholní léčebny zcela nedobrovolně podle zákona bez jeho souhlasu a je mu protialkoholní léčba nařízena soudem.

Protialkoholní léčba může být jedinci nařízena na základě těchto bodů:

- je nebezpečný sobě a svému okolí
- jeví známky duševní choroby
- trpí alkoholickou psychózou
- trpí halucinacemi
- vykonal neúspěšně sebevražednými pokusy
- při život ohrožující otravě alkoholem

Zvláštní stav nastává v případě, kdy se jedinec tzv. rozpil, to znamená, že není schopen sám ovlivnit množství vypitého alkoholu, riskuje tím vážné následky, ale staví se odmítavě k léčbě. Doporučení k ústavní léčbě pak vystaví kterýkoliv lékař, o následném přijetí do ústavu rozhoduje lékař daného protialkoholního ústavu.

Ústavní léčba je realizována jako součást podmíněného nebo nepodmíněného trestu, který ukládá soud. Je vykonávána ve specializovaných zdravotnických lůžkových zařízeních (Nešpor, Csémy, 1996).

Výhody ústavní léčby:

- nepřetržitá kontrola a péče nad pacientem (pacient je umístěn v kontrolovaném zařízení tím je mu zamezen kontakt s alkoholem)

- lepší organizace protialkoholního programu
- intenzivnější zapojení

Velkou výhodou ambulantní péče je, že pacient není vytržen ze svého přirozeného prostředí, může dál navštěvovat a být v kontaktu s rodinou a přáteli, na konzultace si nemusí brát dovolenou ani jít na nemocenskou. Ambulantní forma léčby je volena u pacientů kde se ještě nerozvinula poslední fáze závislosti tzv. terminální (Řehan,1994).

Kvapilík, Sobodová et al. (1985,55) určují indikační kritéria pro ambulantní a ústavní léčbu následovně:

- **Ambulantní léčba** – se může aplikovat u osoby, která je patřičně motivována, sociálně dobře integrována, bez závažných dopadů užívání alkoholu na tělesné a duševní zdraví.
- **Ústavní léčba** – se provádí u osob, s narušenými sociálními a rodinnými vztahy, osob závislých na více drogách, u recidivistů, kterým ambulantní léčba nepomáhá, nebo ji opakovaně přerušují.

Alkoholik je člověk nemocný a jako takový se musí léčit. Léčba alkoholismu je velice dlouhý proces, stejně tak jako vznik této choroby, která se u jedince rozvíjela léta. Léčba je tím pádem velice náročná, plná překážek zkoušek (Řehan, 2007).

Nešpor (1999,85) rozděluje formu léčby následovně:

- **Ambulantní léčba** – u této formy není jedinec vytržen ze svého rodného a sociálního prostředí, může chodit do práce. Dochází pouze na ambulantní konzultace, na které si nemusí brát dovolenou ani jít na neschopenku. Tato forma léčby je zcela dobrovolná a jedinec jí může kdykoliv přerušit. Což je zároveň i slabina této formy léčby.
- **Ústavní léčba** – je nařizována lidem, kteří již nedokáží sami zvládnout alkoholismus a jsou pro sebe i své okolí nebezpeční. Tuto formu ústavní léčby určuje soud. Jedinec je odtržen od běžného života a umístěn do specializovaného pracoviště se zvláštním režimem. Léčba je zde upravena tak aby vyhovovala každému pacientovi. Dá se říci, že tento druh léčby je velice efektivní.

- **Denní stacionář** – tento druh léčby není vhodný pro těžce psychicky nemocné jedince nebo pacienty se zdravotními komplikacemi. Pacient si chodí na terapie stejně jako do práce, jedná se o mezi stupeň ambulantní ústavní léčby. Jedinec zde není odtržen od rodiny přátel, proto je tato forma vhodná pro přechod do normálního života.
- **Noční stacionář** – je určen pro pacienta, který je schopen práce, proto přes den dochází do svého zaměstnání a přes noc je umístěn do toho zařízení. Tato forma je u nás raritní, je určena pro jedince, který je v dobrém stavu ale nemá kde bydlet nebo rodinné problémy.

### 2.9.6 Prevence užívání alkoholu

Podle Hartla a Hartlové (2000, 450) můžeme prevenci chápat jako „předcházení nežádoucí jevům nehodám, nemocem, úrazům atd“.

Za prevenci můžeme považovat skoro cokoliv, co vede ke snížení rizika konzumace alkoholu. Hlavním cílem prevence je snížit počet jedinců konzumujících alkohol a z toho vyplývající rizika jako jsou zdravotní problémy, těžké intoxikace a úrazy. Prevence není vždy účinná, v některých případech může naopak popudit mladé jedince k experimentování s drogami. Důležitá je v prevenci systematickost a soustavnost. (Nešpor a Csémy, 1996).

Podle Nešpora a Provazníkové (1999) můžeme prevenci rozdělit od 50tých let na primární a sekundární a od 60tých let minulého století se přidala i terciální část.

- Primární prevence – smyslem prvního stupně je zastavit nebo omezit experimentování mladých lidí s návykovými látkami, dá se tím předejít mnoha budoucím zdravotním a sociální problémům. Organismus v pozdějším věku dokáže daleko lépe negativním vlivům návykových látek (Nešpor, 2000).
- Sekundární prevence – je zaměřena na jedince, kteří již přišli to styku s návykovou látkou, ale ještě nedošlo poškození organismu (Nešpor a Provazníková, 1999).
- Terciální prevence – je určena pro jedince kteří již mají poškozen organismus návykovou látkou, avšak má zabránit dalšímu zhoršení zdravotního stavu (Nešpor a Provazníková, 1999).

## 2.10 Pořádkové jednotky

Pořádkové jednotky Policie ČR jsou součástí služby pořádkové policie. Její příslušníci jsou někdy také označováni jako „těžkooděnci“ a jsou neprávem považované za čistě represivní složky policie sloužící pouze k obnovení veřejného pořádku. Tento obraz je však značně zkreslený a přispívá k všeobecnému negativnímu obrazu PJ PČR v očích veřejnosti. Samotná obnova veřejného pořádku v místech, kde došlo k jeho narušení, je jen jednou z mnoha činností, k jejichž plnění jsou určeny a vycvičeny. Příslušníci PJ PČR se velkou měrou podílejí na úkolech Policie ČR, dohlíží na bezpečnost při konání sportovních či kulturních akcích, pátrají po ztracených či hledaných osobách a v neposlední řadě zajišťují převozy cenin nebo jaderného materiálu. Tedy plní ty úkoly pořádkové policie, které vyžadují nejen speciální výcvik a vybavení, ale i nasazení většího množství policistů. Proto je třeba na tyto jednotky nahlížet jako na nenahraditelnou a nepostradatelnou součást Policie ČR (Macek a kol., 2008).

Policisté pořádkových jednotek chrání bezpečnost osob a majetku, zajišťují vnitřní pořádek a bezpečnost v případě jejího porušení. Dále se podílí na plnění úkolů, které souvisí se záchrannými a likvidačními pracemi, spolupůsobí při výkonu služby při nasazování větší počtu sil a prostředků PČR jako jsou kulturní akce, či pátrání po osobách a věcech. Pořádkové jednotky také asistují při zákrocích Zásahové jednotky krajského ředitelství, Útvaru rychlého nasazení, i jiných služeb policie. V neposlední řadě zajišťují ozbrojené doprovody a posilování výkonu služby.

### 2.10.1 Vymezení základních pojmů

Služba pořádkové policie je základní služba, která působí v rámci policie ČR. Mezi její základní úkoly patří zajišťování veřejného pořádku, předcházení a zamezování trestné činnosti, provádění bezprostředních zákroků a jiných opatření při zjištění narušení veřejného pořádku či protiprávní činnosti. Policisté pořádkové policie jsou v přímém kontaktu s občany. Služba pořádkové policie je nejvšestrannější policejní službou.

Pořádková jednotka je pořádkové jednotky jsou v dnešní době neodmyslitelnou součástí Policie ČR. Působí na území krajského ředitelství Policie ČR nebo Územních odborů Policie ČR, které jsou na většině území ČR, a dále útvary zřízené v rámci krajského ředitelství zřizuje na návrh ředitele krajského ředitelství policejní prezident. Pořádková jednotka působí na území krajského ředitelství policie, vyžaduje-li to bezpečností situace, může působit i na jiných místech České republiky. Základní úkoly policistů zařazených do pořádkové jednotky vycházejí ze zákona o Policii ČR. (Kočan, Löfler, Zámek, 2013).

Veřejný pořádek je souhrn společenských vztahů, které vznikají, rozvíjejí se a zanikají na místech veřejných a veřejnosti přístupných, které jsou upraveny právními i neprávními normativními systémy, jejichž zachování je významné pro zajištění klidného a bezporuchového chodu společnosti. (Macek a kol., 2008).

Ochrana veřejného pořádku je komplex politických, právních, sociálně ekonomických a jiných opatření směřující přímo či zprostředkovaně k zajištění klidu a pořádku ve společnosti. Tato opatření spočívají ve vytváření příznivé společensko-politické situace pro zajišťování veřejného klidu a pořádku, dále v regulaci daných vztahů právními normami a bezprostřední realizaci těchto právních norem. (Macek a kol., 2008).

Protiprávní jednání je určité porušení práva, které způsobuje bez ohledu na vůli delikventa sankční důsledky, např. právo poškozeného na náhradu škody nebo odpovědnost za přešůpek. (zákon č. 200/1990 Sb., o přešůpcích).

Úkon je činnost, kterou provádí policista ve službě nebo zaměstnanec policie v pracovní době, v případě ohrožení nebo porušení vnitřního pořádku a bezpečnosti, jehož odstranění spadá do úkolů policie, aby ohrožení nebo porušení odstranil.

Zárok je typ úkonu, při kterém dochází k přímému vynucování splnění právní povinnosti nebo k přímé ochraně práv za použití síly nebo hrozby jejího použití. Policista provádějící zárok je povinen použít slov „Jménem zákona!“ a odpovídající výzvy.

Zárok pod jednotným velením je zárok policistů zařazených v pořádkových jednotkách. Je to specifický druh služebních zároků. Za použití donucovacích prostředků odpovídá v těchto případech velitel opatření v rámci své pravomoci. Nadřízený velitele opatření může dle § 59 odst. 1 z.č. 273/2008 Sb., O policii ČR na místě služebního zároku rozhodnout svým rozkazem o použití donucovacích prostředků či zbraně. Rozhodnutím přebírá velení a odpovědnost za použití donucovacích prostředků nebo zbraně až do ukončení zároku. K jednotnému zároku jsou využívány zejména pořádkové jednotky, pohotovostní a eskortní oddělení krajského ředitelství policie, zásahová jednotka krajského ředitelství policie, oddělení služební hipologie krajského ředitelství policie, případně další útvary a organizační články policie.

Bezpečnostní opatření je opatření prováděné policií a jinými subjekty k zajištění vnitřního pořádku a bezpečnosti.

Bezpečnostní situace je aktuální stav veřejného pořádku a bezpečnosti v daném území

Donucovací prostředky a jejich použití a dále použití zbraně upravuje zákon o Policii České republiky č. 273/2008 v § 52 následovně:

Donucovacími prostředky jsou



1. hmaty, chvaty, údery a kopy,
2. slzotvorný, elektrický nebo jiný obdobně dočasně zneschopňující prostředek,
3. obušek a jiný úderný prostředek,
4. vrhací prostředek mající povahu střelné zbraně podle jiného právního předpisu s dočasně zneschopňujícími účinky,
5. vrhací prostředek, který nemá povahu zbraně podle § 56 odst. 5,
6. zastavovací pás, zahrazení cesty vozidlem a jiný prostředek k násilnému zastavení vozidla nebo zabránění odjezdu vozidla,
7. vytlačování vozidlem,
8. vytlačování štítem,
9. vytlačování koněm,
10. služební pes,
11. vodní stříkač,
12. zásahová výbuška,
13. úder střelnou zbraní,
14. hrozba namířenou střelnou zbraní,
15. varovný výstřel,
16. pouta,
17. prostředek k zamezení prostorové orientace. (z.č. 273/2008 Sb. o polici ČR).

Instruktaž policistů určených k provedení opatření zajišťuje velitel opatření nebo jím určený policista. Ten také zabezpečí provedení kontroly výstroje (včetně označení policistů osobními evidenčními čísly), výzbroje, služebních pomůcek, funkčnosti dokumentační a spojovací techniky, včetně náhradních zdrojů energie.

Typový plán se zpracovává pro opakující se opatření spojená s akcemi negativně ovlivňujícími vývoj bezpečnostní situace (např. sportovní zápasy). Typové plány opatření jsou v listinné podobě k dispozici řediteli, příslušnému operačnímu středisku a veliteli konkrétního opatření; v elektronické podobě jsou přístupné na intranetových stránkách policie. Typové plány jsou průběžně aktualizovány na základě vyhodnocení předešlých opatření odpovědným pracovníkem určeným ředitelem. (Závazný pokyn policejního prezidenta č. 10/2009).

Antikonfliktní týmy byly zřízeny rozkazem policejního prezidenta č. 172 ze dne 6. 11. 2006 u všech krajských správ Policie ČR. Tyto týmy jsou nasazovány zejména při policejních opatřeních, kde lze očekávat zesílenou komunikaci mezi občany a nasazenými policisty nebo

mezi různými názorovými skupinami občanů – tam, kde je třeba zásadním a transparentním postojem na veřejnost objasnit základní klidový postoj policie a její zákonné povinnosti v případě páchaní protiprávního jednání, kde je nutno upozornit účastníky akce nebo shromáždění na právní stav akce nebo shromáždění a na případná jednání, jež mohou přerůst v protiprávní činnost tam, kde nejsou policejní opatření zcela pochopitelná pro veřejnost, které je potřeba objasnit zákonnou roli policie, kde lze očekávat emocionální vybuzení a odpor skupin, kdy případný zákrok policie by mohl vést k nepochopení činností policie u veřejnosti, kde lze negativní skupinové dynamické procesy prolomit pouze nasazením tzv. moderátorů. (Urban, 2006).

Protiprávní jednání je jev negativní, společností nechtěný a tím pádem také omezovaný. Protiprávní jednání neboli delikt, je určitým typem právní skutečnosti, jejímž následkem je právní odpovědnost za porušení právní normy. Porušení může mít různou intenzitu a proto i následek resp. sankce může mít podobu pouhého navrácení do původního stavu (kompenzace, odškodnění, zadostiučinění), správněprávní sankce nebo v tom nejzávažnějším případě podobu trestněprávní sankce.

Bezpečnostní opatření je opatření, směřující k omezení negativních jevů ovlivňujících bezpečnostní situaci, využívání pořádkových jednotek a antikonfliktních týmů při zajišťování vnitřního pořádku a bezpečnosti, organizaci pořádkových jednotek, jejich výzbroj, výstroj a materiální a technické zabezpečení.

### **2.10.2 Stálé a nestále pořádkové jednotky**

Pořádkové jednotky jsou součástí policie České republiky. Působí na území krajského ředitelství Policie ČR nebo na územních odborech Policie ČR. Útvary zřízené v rámci krajského ředitelství zřizuje na návrh ředitele krajského ředitelství policejní ředitel. Jedná se o tyto útvary:

1. Obvodní ředitelství policie Praha I se sídlem v Praze, jehož územním obvodem je území obvodů Praha 1, Praha 6 a Praha 7
2. Obvodní ředitelství policie Praha II se sídlem v Praze, jehož územním obvodem je území obvodů Praha 2 a Praha 5
3. Obvodní ředitelství policie Praha III se sídlem v Praze, jehož územním obvodem je území obvodů Praha 3, Praha 8 a Praha 9
4. Obvodní ředitelství policie Praha IV se sídlem v Praze, jehož územním obvodem je území obvodů Praha 4 a Praha 10

5. Městské ředitelství policie Plzeň se sídlem v Plzni, jehož územním obvodem je území statutárního města Plzeň
6. Městské ředitelství policie Brno se sídlem v Brně, jehož územním obvodem je území okresu Brno – město
7. Městské ředitelství policie Ostrava se sídlem v Ostravě, jehož územním obvodem je území okresu Ostrava – město.

V současné době jsou pořádkové jednotky rozděleny do dvou skupin:

- nestálé
- stálé (Zámek, 2013).

### **2.10.3 Nestálé pořádkové jednotky**

Nestálé pořádkové jednotky jsou zřizovány rozkazem ředitelů, krajského ředitelství Policie ČR. Mají většinou stav okolo 120 policistů. Členy těchto pořádkových jednotek jsou policisté z obvodních oddělení Policie ČR, kteří disponují vybavením pro zákroky pod jednotným velením a prochází speciální přípravou a výcvikem pro zvládnutí zákroků. (Zámek, 2013). Pořádkové jednotky KŘP jsou nasazovány především při bezpečnostních opatřeních v kraji, kde působí, jako jsou opatření v souvislosti s konáním rizikových fotbalových zápasů, techno-párty i protestní pochody a shromáždění, kde hrozí narušení veřejného pořádku. Dále jsou vysílány k posílení PJ jiných krajů, na jejichž území se předpokládá narušení veřejného pořádku a bezpečnosti ze strany většího počtu osob. Stále častěji jsou také nasazovány v oblastech zasažených živelnými pohromami. Zde se podílejí jak na záchraně osob a likvidačních pracích, tak i na zajištění veřejného pořádku. (Zámek, 2013).

### **2.10.4 Stálé pořádkové jednotky**

Stálé pořádkové jednotky mohou být zřízeny krajským ředitelstvím policie. Speciální pořádková jednotka Krajského ředitelství policie hlavního města Prahy, má celkový stav cca 450 příslušníků Policie ČR. Svoji služební činnost provádí v režimu pohotovosti, a je tak nepřetržitě k dispozici pro případné opatření. Další stálou pořádkovou jednotkou Policie ČR je Speciální pořádková jednotka Krajského ředitelství policie Moravskoslezského kraje. Dále existuje stálá pořádková jednotka Ústeckého kraje a stálá pořádková jednotka Krajského ředitelství policie Jihomoravského kraje. V současné době jsou SPJ bojovými útvary, které působí pod jednotným velením. Jsou určeny k ochraně bezpečnosti osob a majetku a ke

spolupůsobení při zajišťování veřejného pořádku. Mezi významnými akcemi, na kterých se podílela SPJ Praha, můžeme zmínit zajištění bezpečnostních opatření při konání Mezinárodního měnového fondu v roce 2000, kde byli příslušníci této jednotky nasazeni do nejexponovanějších míst, kdy se také prvně dostali do kontaktu s demonstranty (uzávěra Nuselského mostu). SPJ se také spolupodílelo na zajištění bezpečnosti při dalších akcích v Praze i jinde v ČR, např. v rámci konání summitu NATO, MS v ledním hokeji 2004, návštěvy ČR americkými prezidenty či papežem nebo protestní pochody v Litvínově – Janově, Plzni, Brně apod.

Útvar dostal jako označení znak štítu s písmeny SPJ a mečem. „Meč značí bojovou jednotku, štít symbolizuje ochranu, barevné (černobílé) provedení označuje výkon služby ve dne v noci. Písmena označují název útvaru, tedy Stálá pořádková jednotka.“ ([http://aplikace.mvcr.cz/archiv2008/rs\\_atlantic/policie/praha/prezentace/6166.html](http://aplikace.mvcr.cz/archiv2008/rs_atlantic/policie/praha/prezentace/6166.html)).



**Obrázek č. 2 Znak SPJ PČR**

## **2.10.5 Hlavní rozdíly mezi stálou a nestálou pořádkovou jednotkou**

### **Stále pořádkové jednotky**

- Koncentrace policejních sil a prostředků v jednom místě
- Vysoce profesionální výcvik členů SPJ a úzká spolupráce s dalšími policejními složkami (SKPV, SCP apod.)
- Spolupráce s mimoresortními organizacemi při zajišťování kulturních a společenských akcí (např. riziková sportovní utkání, shromáždění a pochody s předpokládanými projevy extremismu, velké koncerty atd.)
- Spolupráce s Českou národní bankou při převozu cenin
- Spolupráce s městskými soudy při rizikových soudních jednáních
- Spolupráce s dalšími subjekty (např. Židovská obec) při ochraně vytipovaných objektů

### **Nestálé pořádkové jednotky**

- Členové PJ vykonávají činnosti dle závazného pokynu policejního prezidenta (dále jen ZPPP) nad rámec své pracovní činnosti, neboť jsou zpravidla zařazeni na /místních PČR (OOP) a odděleních hlídkové služby PČR (dále jen OHS) a zpravidla nad rámec pracovní doby
- Dislokace členů a techniky není v jednom místě
- Nelze zajistit pravidelný výcvik všech členů PJ
- Spolupráce s dalšími policejními složkami je navozena pouze při konkrétních akcích

## **2.10.6 Policisté pořádkových jednotek**

Do pořádkové jednotky lze zařadit policistu s požadovanými psychickými a fyzickými předpoklady. Základní podmínkou pro zařazení policisty je splnění požadavků stanovených právním předpisem a interním aktem řízení (§ 19 odst. 1, 2 a 6 a § 79 zákona č. 361/2003 Sb., ve znění zákona č. 230/2005 Sb. Závazný pokyn policejního prezidenta č. 188/2008, kterým se provádí některá ustanovení zákona č. 361/2003 Sb., o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů, ve znění pozdějších předpisů).

Pořádková jednotka se člení na skupiny. Skupinou, jako základním organizačním členěním se rozumí i organizační články (oddělení) speciální pořádkové jednotky Krajského ředitelství policie hlavního města Prahy (odboru) a nižší organizační členění pořádkové jednotky. Pro další nižší organizační členění je dále v závazném pokynu použit název družstvo.

### **Pořádková jednotka se organizačně skládá zpravidla z**

- velitele pořádkové jednotky
- zástupce velitele pořádkové jednotky,
- vedoucích skupin (oddělení)
- velitelů družstev
- instruktorů
- policistů zařazených do
  - zásahového družstva,
  - eskortního družstva,
  - operativního družstva,
  - technického družstva,
- psychologa.

#### **2.10.7 Struktura skupiny pořádkové jednotky**

Pořádkovou jednotku krajského ředitelství policie Středočeského kraje tvoří celkem 6 operačních skupin, každá skupina má stanovený počet policistů. Každá ze skupin má velitele, zástupce a instruktora a je vždy dislokována na příslušném územním odboru. Jednotlivé skupiny PJ jsou podřízené vedoucím Územních odborů (například KOLOS 1 vedoucímu ÚO Kladno), kteří jsou o vyslání vlastní skupiny PJ vždy povinni informovat ředitele KRPS, popř. jím pověřeného zástupce.

- KOLOS 1 policisté Územního odboru Kladno
- KOLOS 2 policisté Územního odboru Mělník
- KOLOS 3 policisté Územního odboru Nymburk
- KOLOS 4 policisté Územního odboru Mladá Boleslav
- KOLOS 5 policisté Územního odboru Příbram
- KOLOS 6 policisté Územního odboru Kolín

#### **2.10.8 Speciální skupiny pořádkových jednotek a jejich struktura**

Mezi speciální skupiny pořádkových jednotek krajského ředitelství policie Středočeského kraje zahrnujeme skupiny, které plní jiné úkoly než výše zmiňované skupiny PJ. Jedná se o méně početné skupiny, které mají pouze jednoho vedoucího.

- KYNOLOG 1 policisté služební kynologie, kteří jsou využíváni se služebními psy na většině opatření, policisté se služebními psy provádí zákroky společně s policisty jednotlivých skupin, nejčastěji jsou využíváni pro střežení prostoru se zadrženými, či zajištěnými osobami, nebo při nasazení pořádkových jednotek na pátracích akcích po hledaných či pohřešovaných osobách či při živelných katastrofách

- KAMERA 1 policisté ze Skupin kriminalistické techniky Služby kriminální policie a vyšetřování, vybraných Územních odborů, úkolem těchto policistů je dokumentace a následné vyhodnocování protiprávního jednání osob při nasazování pořádkových jednotek a předávání informací veliteli jednotky (označování pachatelů k následnému zadržení či zajištění).

### **2.10.9 Právní základy činnosti pořádkových jednotek**

Hlavním dokumentem, ze kterého vychází všechny pořádkové jednotky je Závazný pokyn Policejního prezidenta číslo 10/2009 ze dne 13. února 2009, o zajišťování vnitřní bezpečnosti a pořádku. Policisté Pořádkových jednotek využívají při opatřeních oprávnění dle zákona č. 273/2008 o Polici České republiky, dále postupují dle z. č. 141/1961 Sb. o trestním řízení soudním. Samotný výcvik policistů je řízen formou metodických příruček, pokynů a nařízení. Za zmínku stojí Metodický pokyn ředitele služby pořádkové policie Policejního prezidia č.2/2003, kterým byl vydán Cvičební řád pořádkových jednotek. Jednotlivá Krajská ředitelství policie vydávají na každý rok nový předpis, kterým se zřizuje příslušná pořádková jednotka (u KRPS rozkaz ředitele Krajského ředitelství policie střežebního kraje č. 10 ze dne 29. ledna 2013, kterým se zřizuje pořádková jednotka a stanoví se její organizace, činnost a zabezpečení), vydává se její organizace, služební dopravní prostředky a plán výcviků na I. pololetí příslušného roku (u KRPS rozkaz ředitele Krajského ředitelství policie střežebního kraje č. 13 ze dne 6. února 2013, kterým se stanoví pololetní plán výcviku PJ KRPS).

### **2.10.10 Úkoly a povinnosti pořádkových jednotek**

Úkoly a povinnosti Pořádkových jednotek vyplývají zcela z hlavních právních norem ČR a dále interních aktů řízení PČR.

- chrání bezpečnost osob a majetku, spolupůsobí při zajišťování vnitřního pořádku a bezpečnosti a provádí bezprostřední opatření k jeho obnově, byl-li závažným způsobem narušen,

- podílí se na plnění úkolů policie v rámci integrovaného záchranného systému při přípravě a provádění záchranných a likvidačních prací,
- podílí se na výkonu služby v případech opatření vyžadujících nasazení většího počtu sil a prostředků policie (např. sportovní či kulturní akce, pátrání po osobách a věcech),
- spolupůsobí při zákrocích zásahové jednotky krajského ředitelství policie, Útvaru rychlého nasazení a dalších služeb policie,
- zajišťuje ozbrojené doprovody (např. cenin nebo jaderného materiálu),
- posiluje výkon hlídkové nebo jiné služby na stanoveném území
- dodržování etického kodexu Policie ČR

Podobně jako Speciální pořádkové jednotky a Krajské pořádkové jednotky působí i na území Německa Útvary pohotovostní policie SRN – Bereitschaftspolizeiabteilungen (BPA) a jsou považovány za jedny z nejlepších v Evropě. BPA jsou nasazovány především v případě vzniku mimořádných událostí - povodně apod., k posilování výkonu služby územních útvarů pořádkové policie (policejních revírů) hlídkováním či dopravními kontrolami, při ochraně politických, hospodářských, kulturních, sportovních či jiných akcích, při boji proti kriminalitě, v případě potřeby jejich speciálního vybavení (vozidel, osvětlení) nebo při jiných policejních akcích. Tyto úkoly jsou všeobecné a mohou být upraveny dle policejních ředitelství jednotlivých spolkových zemí. Mezi takové úkoly patří i ochrana transportů s jaderným materiálem. <http://www.berlin.de/polizei/wir-ueber-uns/struktur/dirza/bpa.htm>

Hlavní rozdíl mezi útvary pohotovostní policie v SRN – BPA a PJ PČR, je především v typu policistů, kteří slouží v těchto jednotkách. Zatímco u Policie ČR slouží v PJ policisté, kteří již absolvovali roční přípravný kurz a vykonávali či vykonávají službu na základních útvarech policie nebo přímo v SPJ, BPA tvoří jak nováčci, kteří kromě studia jsou zařazeni i do jednotlivých družstev, tak i policisté, kteří po absolvování policejní školy setrvávají v jednotce po dobu cca. 3 let. Až poté mohou odejít na základní útvary. Doba povinné služby v BPA se může v jednotlivých spolkových zemích lišit. Z toho tedy plyne, že příslušníci Policie SRN se na výkon služby na základních útvarech připravují 5-6 let, zatímco příslušníci Policie ČR jeden rok. Domnívám se, že model využívaný u Policie SRN umožňuje rozsáhlejší a komplexnější přípravu policistů pro budoucí výkon služby, což mimo jiné přináší také profesionálnější vystupování policistů na veřejnosti a s tím spojený lepší mediální obraz policie.



Další rozdíl je v systému členění útvarů, který je dán především rozlohou obou zemí. V ČR neexistuje na rozdíl od SRN útvar SPJ s celorepublikovou působností, byť je obdobně využívána SPJ PČR správy hl. m. Prahy.

Jiné je také členění jednotlivých útvarů. BPA tvoří jednotky 100 - 120 policistů, které se dále dělí na cca 38 členná zásahová družstva, technická družstva, družstva pro zajištění důkazů a zatčení pachatelů a popř. družstva podpůrného velení. SPJ PČR se skládají z cca 500 ti policistů, rozdělených do zásahových, eskortních, operativních a technických družstev o počtu 8- 12 policistů. Rozdílný je také způsob provedení jednotlivých zákroků. Ten vychází nejen z možností daných platnými zákony, ale i ze zkušeností a osvědčených metod získaných během výkonu služby.

SPJ PČR a BPA plní ve svých zemích úkoly obdobného typu i rozsahu. Srovnatelné je také vybavení, výcvik a zázemí.

## **2.11 Výcvik a příprava**

Obsah, rozsah, formy a metodiku výcviku metodicky usměrňuje a sjednocuje ředitelství služby pořádkové policie Policejního prezidia České republiky (dále jen „ředitelství služby“) v součinnosti s ředitelstvím pro řízení lidských zdrojů Policejního prezidia České republiky. Vycházejí z podnětů ředitelů krajských ředitelství policie. Obsah výcviku policistů zařazených v pořádkových jednotkách je dále upraven „Cvičebním řádem pořádkových jednotek“. Roční výcvikový plán schvaluje ředitel krajského ředitelství policie.

### **Ředitel krajského ředitelství policie:**

- a) odpovídá za zpracování pololetních až ročních podrobných plánů výcviku policistů zařazených v pořádkové jednotce, včetně secvičování s antikonfliktním týmem tohoto ředitelství. Ty jsou vydávány formou interního aktu řízení, který se předkládá ředitelství služby,
- b) odpovídá za to, že jsou průběžně organizovány jednotlivé druhy přípravy a nejméně jedenkrát za dva měsíce nácvik policistů pořádkové jednotky jako celku, a to v úzké součinnosti s určenými policisty odpovídajícími za výcvik nejen z vlastní pořádkové jednotky, k předávání nových praktických zkušeností z výcviku a zákroků; za tím účelem ředitelství služby zveřejňuje plány výcviku všech krajských ředitelství policie na svých intranetových stránkách,
- c) vysílá pořádkovou jednotku, případně její vedoucí policisty nebo instruktory s potřebnou technikou na součinnostní cvičení organizované Policejním prezidiem České republiky.

Příprava policistů pořádkové jednotky zahrnuje zejména

- pořadovou přípravu
- pořádkovou přípravu
- taktickou přípravu
- tělesnou přípravu
- profesní přípravu
- speciální přípravu
- psychologickou přípravu
- organizačně řídicí přípravu

Speciální příprava může být prováděna v součinnosti s ostatními službami policie. Příprava k plnění úkolů při mimořádných událostech je prováděna ve spolupráci s ostatními složkami integrovaného záchranného systému. (Závazný pokyn policejního prezidenta č. 10/2009).

## **2.12 Složení pořádkových jednotek Policie ČR**

Velitel pořádkové jednotky zejména řídí pořádkovou jednotku a odpovídá za její přípravu a akceschopnost a rozhoduje o taktice provedení zákroků zásahovou jednotkou. Dále řídí policisté řídicí a koordinující činnost nižších organizačních článků či organizačních uskupení pořádkové jednotky a zajišťuje zpracování typových plánů zákroků. Velitel také kontroluje výkon služby podřízených a vedení příslušných administrativních pomůcek a odpovídá za dodržování zákonnosti při zákrocích a dbá na to, aby byl zákrok vůči pachatelům protiprávního jednání přiměřeně důrazný; pro opatření ustanovuje dle potřeby týmy pro identifikaci pachatelů protiprávního jednání. Po ukončení nasazení pořádkové jednotky zajišťuje zpracování písemného vyhodnocení, odpovídá za hospodárné využívání svěřených prostředků, jejich údržbu a provoz, správné ukládání, ošetřování a používání výstroje, výzbroje, včetně přidělených technických prostředků a za zpracování přehledů o činnosti pořádkové jednotky. Dále se podílí se na vytváření podmínek pro zvyšování odborné kvalifikace podřízených policistů a zaměstnanců a na zvyšování fyzické zdatnosti podřízených policistů a plní další úkoly uložené příslušným nadřízeným vedoucím příslušníkem a úkoly vyplývající z jeho funkce.

Zástupce velitele pořádkové jednotky v době nepřítomnosti velitele pořádkové jednotky zastupuje a plní jeho úkoly v plném rozsahu s výjimkou věcí, které si velitel pořádkové jednotky vyhradí. Také především zpracovává plán činnosti pořádkové jednotky

a plán kontrol, provádí kontrolu výkonu služby a podílí se na zpracování přehledu o činnosti pořádkové jednotky. Dále se podílí na zpracování plánu přípravy a výcviku pořádkové jednotky a podílí se na zpracování typových plánů zákroků a na velení pořádkové jednotky při jejím nasazení pod jednotným velením. Zástupce velitele zpracovává požadavky na doplnění materiálu pořádkové jednotky a plní další úkoly uložené nadřízenými vedoucími příslušníky a úkoly vyplývající z jeho funkce.

Vedoucí skupiny (oddělení) pořádkové jednotky odpovídá za akceschopnost a připravenost skupiny (oddělení), řídí činnost družstev ve skupině (oddělení) a podílí se na organizaci přípravy a výcviku skupiny (oddělení). Dále po ukončení výkonu služby získává od policistů informace o bezpečnostní situaci, výslednosti a poznatcích z výkonu služby, které předává určenému vedoucímu příslušníkovi k dalšímu opatření, hodnotí činnost určených policistů a plní další úkoly uložené nadřízenými vedoucími příslušníky a úkoly vyplývající z jeho funkce.

Koordinátor družstva pořádkové jednotky řídí činnost policistů zařazených v družstvu a po ukončení výkonu služby získává od policistů informace o bezpečnostní situaci, výslednosti a poznatcích z výkonu služby, které předává veliteli skupiny (oddělení) nebo jiným určeným vedoucím příslušníkům k dalšímu opatření a plní další úkoly uložené nadřízenými vedoucími funkcionáři a úkoly, které vyplývají z jeho funkce.

Instruktor pořádkové jednotky je při opatřeních zpravidla přímo podřízen veliteli pořádkové jednotky, popřípadě veliteli opatření, metodicky řídí a organizuje praktický výcvik policistů, zpracovává návrhy písemných příprav jednotlivých zaměstnání výcviku, odborných příprav a fyzické připravenosti policistů; zodpovídá za připravenost, vycvičenost a za plnění fyzických prověrek policistů pořádkové jednotky. Také se podílí na zpracování typových plánů zákroků a na vyhodnocení nasazení pořádkové jednotky za účelem zefektivnění přípravy a výcviku policistů a provádí proškolení manipulace s ochrannými prostředky, obsluhy a manipulace s výzbrojí, technickými prostředky a dalšími přidělenými služebními pomůckami pořádkové jednotky, účastní se odborných školení, kurzů a instrukčně-metodických zaměstnání pořádaných jinými pořádkovými jednotkami a Policejním prezidiem ČR; neustále zvyšuje svoji odbornost v oblasti pořádkové přípravy a nově získané znalosti a dovednosti uplatňuje v praxi a plní další úkoly uložené nadřízenými vedoucími příslušníky a úkoly vyplývající z jeho funkce.

Instruktor – specialista pro práce ve výškách a nad volnou hloubkou za pomoci horolezeckého materiálu a další potřebné techniky zajišťuje a propátrává exponovaná místa, zajišťuje bezpečný průchod dalším policistům nebo dalším složkám IZS přes exponovaná místa a také dle potřeby a charakteru policejní akce spolupracuje s leteckou službou policie.

Psycholog pořádkové jednotky řeší zejména zátěžové situace a krizové stavy u policistů pořádkové jednotky.

Policista pořádkové jednotky chrání bezpečnost osob a majetku, spolupůsobí při zajišťování vnitřního pořádku a bezpečnosti a provádí bezpečnostní opatření k jejich obnově, byly-li závažným způsobem narušeny, podílí se na plnění úkolů policie v rámci integrovaného záchranného systému při přípravě a provádění záchranných a likvidačních prací, podílí se na výkonu služby v případech opatření vyžadujících nasazení většího počtu sil a prostředků policie. Spolupůsobí také při akcích útvaru rychlého nasazení a dalších služeb policie. Provádí ozbrojené doprovody, vykonává hlídkovou službu, plní úkoly vyplývající z odborné přípravy a výcviku policistů pořádkové jednotky, plní úkoly v oblasti zvyšování odborné úrovně znalostí, zkušeností a fyzické zdatnosti, plní další úkoly dle pokynů velitele skupiny (oddělení), koordinátora družstva nebo jiných vedoucích příslušníků a úkoly vyplývající z jeho funkce.

Operační družstvo pořádkové jednotky se zpravidla dělí na zásahová a eskortní družstva. Zásahové družstvo je vždy připraveno na místě na signál k zásahu. Musí být akceschopné kdykoliv na příkaz ihned vyrazit k zásahu. Zásahové družstvo provádí především zákroky, ale i plní další úkoly pořádkové jednotky. Při plnění služebních úkolů je velmi často potřebné nějakou určitou osobu nebo skupinu osob přepravit z jednoho místa na jiné. Takovou přepravu osob nazýváme eskortou. Eskorty neboli doprovody mohou být osob předváděných, zajištěných, zadržených nebo zatčených a provádí je eskortní družstvo. Do eskortního družstva je zařazena alespoň jedna žena. Policisté zařazení do eskortního družstva se po převzetí osoby přesvědčují bezpečnostní prohlídkou, zda u sebe nemá osoba zbraň a příp. ji odebírají. Policisté také odebírají věci pro dokumentaci protiprávního jednání. Eskortované osoby umísťují do eskortních vozidel, případně do určeného prostoru či objektu. Po ukončení eskorty se osoby s doklady a odebranými předměty předají určenému útvaru policie k dalšímu opatření.

Policisté pořádkových jednotek určených k označování pachatelů protiprávní činnosti vyhledávají a označují pachatele trestné činnosti, jsou ve stálém vizuálním kontaktu s dokumentaristy a ve výjimečných případech mohou sami provést zajištění pachatele.

Technické družstvo pořádkové jednotky:

- Hasiči
- Zdravotníci
- Dokumentaristé
- Řidiči
- Obsluha donucovacích a technických prostředků
- Logistické zabezpečení

### **2.13 Charakteristika činnosti zakročujících pořádkových jednotek**

Pořádková jednotka zakročuje pod jednotným velením a velí jí velitel opatření. Jednotlivým policistům velí velitel jednotky a dále velitelé družstev. Velitel opatření určuje, kdy a jak bude pořádková jednotka nasazena do zákroku. Samotná strategie zákroku je na velitelích pořádkových jednotek.

Účelem zákroku je zabránit osobám, proti kterým je zákrok veden, v dalším protiprávním jednání. Samotnému zákroku předchází výzvy a v současné době také nasazení antikonfliktních týmů. Provedení zákroku pořádkové jednotky je tedy krajní variantou řešení konfliktu. Pokud hrozí nebezpečí z prodlení, je možno od výzev upustit, například v situaci, kdy pořádková jednotka přijíždí k již započatému zákroku. (Náchodský, 1993)

### **2.14 Komunikace a předávání informací v družstvu**

Komunikace mezi velitelem družstva a policisty v družstvu je předávána dvěma formami:

- verbální
- Verbální komunikace: velitelé skupin a družstev přijímají pokyny většinou cestou radiostanic, velitelé družstev pro udílení neverbální

pokynů jednotlivým policistům ve svém družstvu udílí ústní pokyny, vzhledem k tomu, že při většině nasazení policistů není možné s ohledem na hluk v okolí a nasazenou protiúderovou přilbu, udílet pokyny všem policistům, musí docházet k jednotlivému předání pokynu mezi

jednotlivými policisty družstva, což znamená vždy jistou časovou prodlevu před splněním samotného pokynu

Neverbální komunikace: velitel udílí pokyny předem secvičenými signály pohyby svých paží, většinu neverbálních pokynů udílí společně s vyslovením pokynu.

## **2.15 Pořadová příprava**

Pořadová příprava policistů je základem pro pohyb jednotlivých družstev, nástupy policistů, jejich vystupování a chování. Vzhledem k tomu, že jednotlivé skupiny vystupují vždy jako celek, je nutné, aby vystupování a secvičení jednotlivých pokynů bylo smysluplné a budilo přirozený respekt a autoritu. Proto je náplní každého výcviku nácvik pořadové přípravy. Jedná se o jednoduché povely, které vychází z vojenské organizace a jsou nezbytné pro další fungování jednotlivých družstev, skupin a celé jednotky. Oproti vojenským povelům řadíme mezi základní povely PJ:

- NÁSTUP – je velen velitelem skupiny verbálně i neverbálně, kdy za velitele skupiny se do zástupu řadí zástupce velitele skupiny a instruktor skupiny, na úroveň velitele skupiny po pravé straně se postaví velitel prvního družstva a za ním do zástupu policisté družstva a stejně se dále vpravo řadí v zástupech další družstva,
- JEDNOTKO, POZOR! – je veleno velitelem PJ KRPS, vždy při nástupu jednotky, kdy jednotlivé skupiny stojí čelem k veliteli a jsou seřazeny v nástupových tvarech,
- POHOV – veleno pro pohov v rozkročení s rukama za zády,
- KROKEM VPŘED – je vždy veleno velitelem družstva a povel slouží k přesunu celého družstva,
- POKLUSEM - povel pro družstvo nebo skupinu k rychlému přesunu. (Náchodský 1903)

## **2.16 Nácvik použití donucovacích prostředků**

Policista musí být schopen zvládnout použití donucovacích prostředků dle zvláštních právních předpisů ( § 38z.č. 273/2008 Sb., o Policii České republiky)

Zde jsou obsaženy

- Hmaty, chvaty, údery a kopy
- Poutání
- Úder střelnou zbraní
- Hrozba namířenou střelnou zbraní

Důraz se klade na provedení techniky, na účinnost techniky a na dosažení požadovaného cíle, který je vytyčen služebním zákrokem nebo služebním úkonem. Umět provést kontrolu podezřelých osob, zda u sebe nemají zbraň, tedy bezpečnostní prohlídku.

Dále je kladen důraz na správné a bezpečné přiložení a odejmutí pout.

Úkoly nácviku použití donucovacích prostředků jsou

- Technika pádů, chvatů tlaky na citlivá místa, poutání
- Technika úderů, kopů a krytů
- Užití obušku s příčno rukojetí

Taktika služebního zákroku, kde policisté musí zvládnout

- Kontrolu osoby, která začne klást odpor
- Bezpečné zastavení vozidla a kontrolu řidiče s osádkou
- Přiblížení se k objektu, vstup a vyčištění objektu. (z.č. 273/2008 Sb. o policii ČR)

## 2.17 Taktická příprava

Taktiku v rámci služební přípravy tvoří střelecká příprava a nácvik donucovacích prostředků tzv. sebeobrana. Jelikož se všechny prolínají, je vlastně taktika takovou hlavní disciplínou policistů, kterou musí zvládnout. Pokud při služebním zákroku došlo ke zranění nebo ke smrti policisty, můžeme pak hovořit o špatném zvládnutí taktických zásad při služebních úkonech a zákrocích. Výcvik taktické přípravy policistů se zaměřuje na jednotlivce, dvojici a vícečlenný tým. Taktickou přípravu můžeme rozdělit na několik kategorií. Každá tato kategorie je pak vyučována samostatně. Záleží na podmínkách a možnostech instruktorů, jakým způsobem budou danou problematiku taktické přípravy vyučovat.

### Členění taktické přípravy

- **Kontrola osob a vozidel:** do této problematiky patří taktika služebního zákroku při kontrole osoby, jakým způsobem kontrolu provádět, výběr místa, dodržování bezpečné vzdálenosti, správné postavení vůči kontrolované osobě. Patří sem rovněž taktické zásady při kontrolách vozidel, jakým způsobem kontrolovat vozidlo při statické kontrole, postavení policistů, rozdělení úloh, volba místa kontroly. Další problematika je zastavování vozidel pomocí služebního dopravního prostředku během jízdy, při pronásledování a podobně.

- **Převoz cenných zásilek:** výcvik se provádí často v teoretické rovině, jelikož se s touto problematikou policisté příliš nesetkávají, nicméně je neméně důležitá. Cennou zásilkou rozumíme vše co je pro někoho nějakým způsobem důležité. Nemusí to být jenom peníze. Důležitá je činnost všech policistů, kteří se na převozu cenných zásilek podílí. Policisté musí znát dopodrobna trasu převozu cenné zásilky, body úniku, způsob převozu, řazení vozidel atd.
- **Eskorty:** problematika eskort je velmi důsledně probírána, jelikož se policisté v přímém výkonu denně setkávají s úkolem, něco, nebo někoho někam dopravit. Eskorty se provádějí pěšky nebo vozidlem. Musí se při nich striktně dodržovat stanovený postup, který započne převzetím osoby a končí předáním na určené místo, nebo osobně. Během eskorty musí být dodržován přísný režim, nesmí se nikde zastavovat, policisté musejí být připraveni rychle reagovat na náhlé změny v režimu eskorty. Útěk eskortované osoby je považován za hrubé porušení služební povinnosti a většinou končí propuštěním příslušníka ze služebního poměru.
- **Přístup k nebezpečným místům:** jedna z nejdůležitějších částí taktické přípravy policistů. Tahle kategorie zahrnuje velké množství dovedností, které policisté musejí zvládat. Patří sem přibližování k objektům, příprava, zvuková a světelná kázeň, umět se správně přiblížit k objektu. Důležitá je neustálá komunikace mezi policisty, policisté na sebe musejí navzájem vidět a vědět o sobě. Vstupování do objektů nebo obydlí je velmi riskantní zvláště pro dvoučlennou hlídku. Pro jednotlivce je to takřka nemyslitelné. Pokud policisté vstoupí do objektu, budovy, nebo obydlí, práce pro ně nekončí, právě naopak. Nastupuje zde pohyb po objektu, ten je zpravidla nejsložitější, Policisté nemají osobní znalost se stavbou místností a chodeb. Musejí umět v určitém stupni pohybu zkontrolovat všechny prostory objektu pokud možno takovým způsobem, aby odhalili pachatele dříve, než on je. Nejnebezpečnějším místem v objektu je schodiště. Pohyb po schodech je velmi složitý, protože je na něj vidět z různých směrů. Zde musejí být policisté velmi ostražití.
- **Komunikace:** patří sem vzájemná komunikace policistů mezi sebou, spojení s operačním důstojníkem, vyžadovat co nejvíce informací o objektu, místu nebo osobě, jestli je majitelem zbrojního průkazu, zbraní, její trestná činnost. Komunikace s pachatelem při zákroku, příkazy, povely při poutání osoby, vyzívání pachatele, dávat jasné a stručné povely.



***Násilné vytahování z vozidla:*** násilné vytažení z vozidla je způsob, kterým si policista vynucuje za použití donucovacích prostředků opuštění vozidla osoby, která se dopustila protiprávního jednání a nechce a nehodlá opustit toto vozidlo. Před použitím této techniky je nutné zvážit právní oporu v zákoně, jelikož často při tom dochází ke zranění pachatele a škodě, na majetku. (Hotovec, 1996)

### **3 Technické vybavení a dopravní prostředky**

Jestliže má být policie v boji proti protiprávnímu jednání fanoušků či extrémistů úspěšná, je nutné její vybavení ochrannými a výstrojnými součástkami, v neposlední řadě je rovněž důležité technické zázemí.

#### **3.1 Vybavení pořádkových jednotek.**

##### **Vybavení policisty PJ**

Protiúderová přilba s příslušenstvím, ochranná plynová maska na ochrannou přilbu s rychloupínáním, brašna na ochrannou masku, filtry k masce, protiúderový komplet, ohnivzdorné boty, ohnivzdorná kombinéza, ohnivzdorná kukla, ohnivzdorné protiúderové rukavice, ohnivzdorné termo prádlo, nylonové taktické pouzdro na pistoli, tonfa a závěs na tonfu, teleskopický obušek, tekutá střela (slzný sprej), taktická a reflexní vesta, pouta a jednorázová pouta, lékárnička, svítilna, útočný nůž včetně pouzdra, balistická vesta (neprůstřelná vesta, která chrání i proti útoku nožem), přilba s balistickým hledím, protistřepinové brýle, osobní hasící přístroj, dalekohled, batoh na osobní potřeby, picí vak (camelbag).

##### **Vybavení hasičů a zdravotníků**

Hasičský oděv, hasičská přilba s ochrannou maskou, speciální rukavice, nehořlavá deka, přenosný hasící přístroj, náhradní hasící směs do přenosného hasícího přístroje. Zdravotní brašna s obvazovým a dalším materiálem, voda na výplach očí, sprej na dekontaminaci od CS látky, popáleninový balíček (prostředek při termickém popálení), transportní skládací nosítka.

##### **Speciální technické a ochranné vybavení**

Zásahové výbušky typu P 1 a P 2, ruční slzný granát RGSL, dýmovnice DA – 25, ruční vrhač slzotvorných prostředků včetně střeliva, velký a malý ochranný štít, balistický štít, akumulátorová svítilna s velkou svítivostí, signální pistole, kovové nášlapné zábrany, přenosná elektrocentrála, osvětlovací souprava, elektrická kotoučová rozbrušovačka, ochranná přilba s krytem k rozbrušovačce, mečová aku pila s příslušenstvím, motorová pila, ochranná přilba k motorové pile s krytem, kovové skládací žebříky, ocelová lana, textilní lana,

startovací kabely, ženižní nářadí (krumpáč, sekyry, lopaty atd.), plastové kanystry, přenosné dopravní kužele a značky a další vybavení jako kladiva, nůžky, kleště apod.

### **Prostředky spojení a dokumentace**

Radiostanice Matra s příslušenstvím, radiostanice vozidlová s příslušenstvím, radiostanice SMART s příslušenstvím, nabíječky na radiostanice, náhlavní souprava k radiostanicím Matra pro volné použití i použití v protiúderové přilbě, GPS přijímače pro vozidlové radiostanice, GPS ruční, megafon, digitální kamera, digitální fotoaparát, DVD 58 rekordér s HDD, miniaturní kamera s digitálním záznamem obrazu a zvuku, souprava pro bezdrátový přenos videosignálu z kamery do záznamového vozidla, notebook LCD, záznamové dokumentační vozidlo, GPS navigace ruční a vozidlová, rozhlasové zařízení k vydávání výzev.

### **Služební dopravní prostředky**

Autobus do 30 osob, autobus nad 30 osob, mikrobusek pro 9 osob, vozidla Ford Transit, VW Transit, velitelská vozidla, Avia (tzv. komůrka pro přepravu osob omezených na osobní svobodě), vodní stříkač (pouze SPJ), sanitní vozidlo, osvětlovací vozidlo, technické vozidlo, obrněné kolové vozidlo (pouze SPJ), přívěs se sociálním zařízením, proviantní vozidlo. (příloha č. 2 k ZPPP č. 10/2009).

#### **3.1.1 Charakteristika činnosti zakročujících pořádkových jednotek**

Pořádková jednotka zakročuje pod jednotným velením a velí jí velitel opatření. Jednotlivým policistům velí velitel jednotky a dále velitelé družstev. Velitel opatření určuje, kdy a jak bude pořádková jednotka nasazena do zákroku. Samotná strategie zákroku je na velitelích pořádkových jednotek.

Účelem zákroku je zabránit osobám, proti kterým je zákrok veden, v dalším protiprávním jednání. Samotnému zákroku předchází výzvy a v současné době také nasazení antikonfliktních týmů. Provedení zákroku pořádkové jednotky je tedy krajní variantou řešení konfliktu. Pokud hrozí nebezpečí z prodlení, je možno od výzev upustit, například v situaci, kdy pořádková jednotka přijíždí k již započatému zákroku. (Náchodský, 1993).

## **4 CÍLE A ÚKOLY PRÁCE**

Cílem mé práce je tedy zjistit vztah průměrného množství konzumovaného alkoholu k vykonané pohybové činnosti v průběhu běžného týdne u policisty pořádkové jednotky stálé a nestálé.

### **4.1 Dílčí cíle**

1. Zjistit průměrné množství konzumovaného alkoholu u příslušníků pořádkových jednotek PČR.
2. Porovnat množství konzumovaného alkoholu u příslušníků pořádkových jednotek PČR stálých a nestálých.
3. Porovnat množství pohybové aktivity mezi příslušníky pořádkových jednotek PČR stálých a nestálých.
4. Zjistit nejčastěji vykonávanou pohybovou aktivitu v letním a zimním období u příslušníků pořádkových jednotek.

### **4.2 Výzkumné otázky**

1. Jaké množství alkoholu pít příslušníci pořádkových jednotek?
2. Existuje rozdíl v množství konzumovaného alkoholu mezi příslušníky pořádkových jednotek stálých a nestálých?
3. Existuje rozdíl v počtu hodin prováděné pohybové aktivity mezi příslušníky pořádkových jednotek stálých a nestálých?
4. Existuje vztah mezi množstvím zkonsumovaného alkoholu a množstvím prováděné pohybové aktivity?

### **4.3 Organizace výzkumu**

Diagnostika policistů proběhla v rozmezí června až července roku 2016. Poznatky jsem získal za pomoci standardizovaného dotazníku Losiak (Čech, 2001), (viz, Příloha 1). Šetření proběhlo anonymně. Zúčastnilo se 111 policistů pořádkových jednotek.

Z možných metod šetření jsem si vybral právě anonymní dotazník, neboť jsem tak mohl touto cestou oslovit dostatek respondentů. Je to metoda, se kterou se dá získat mnoho informací za poměrně krátký časový úsek, a získané informace jsou poměrně objektivní.

## **4.4 Diagnostické metody**

### **4.4.1 Metoda diagnostiky konzumace alkoholu**

Pro získání informací a následné provedení diagnostiky byl použit dotazník od pana Losiaka (Čech, 2001), který sledoval množství zkonsumovaného alkoholu. Dotazník množství zkonsumovaného alkoholu byl vybrán pro svoji jednoduchost a srozumitelnost.

V tomto dotazníku respondenti zpětně zaznamenávají na jednoduché škále počet vypitých sklenic alkoholu v jednotlivých dnech v uplynulém týdnu a v průměrném týdnu. Jednu sklenici alkoholu definujeme v tomto případě jako 0,5l piva, 0,2dcl vína a 0,5ml tvrdého alkoholu.

Dotázaní, následně vyplnily doplňující otázky typu, napiš první asociaci, která tě napadne u slova Alkohol je....., druhá asociace byla opilost je..... (Příloha 1).

### **4.4.2 Metoda diagnostiky objemu provádění pohybové aktivity**

Při diagnostice množství vykonané pohybové aktivity jsem zvolil modifikaci již zmiňovaného Losiakova testu množství zkonsumovaného alkoholu. Respondentů jsem se dotazoval na množství vykonávané pohybové aktivity, kterou vykonali v průběhu týdne a v průběhu průměrného týdne v roce.

### **4.4.3 Popis zkoumané skupiny**

Pro potřeby výzkumu byla vybrána náhodně skupina 111 respondentů mužského pohlaví, všichni byli ve služebním poměru zaměstnání u policie české republiky. Součástí první skupiny byli muži zaměstnání u speciální pořádkové jednotky hl. m. Prahy čítající 50 respondentů, druhá skupina se skládala s příslušníků nestálých pořádkových jednotek střežebního kraje čítající 61 respondentů.

Zastoupení věkového průměru:

- méně než 30 let – 50 %
- 30 let až 45 let – 46%
- nad 45 let – 4%

Tabulka č.2 Počty příslušníků v diagnostické skupině

Pořádková jednotka	Příslušníků celkem	Počet respondentů	Typ výběru
Stálá	330	50	náhodný
Nestálá	270	61	náhodný

Zaměstnání policistů je spojeno z mnoha stresovými situacemi. Východisko z těchto situací si zvolí každý jedinec zvlášť. Většinou si příslušníci zvolí pohybovou aktivitu k uvolnění nahromaděného stresu, to jde však pouze do určitého věku a za určitých podmínek, mnohdy policista nemá dostatek času na pohybovou aktivitu, proto může zvolit k uvolnění stresu požití alkoholu i v pracovní době (mnoho případů tomu nasvědčuje).

#### 4.4.4 Metody vyhodnocení a interpretace získaných dat

1. Pro získání odpovědi na výzkumnou otázku č. 1 uvedeme základní popisné charakteristiky souboru (aritmetický průměr, medián, modus, rozptyl, rozložení četnosti – histogram) týkající se množství vypitého alkoholu.
2. Pro získání odpovědi na výzkumnou otázku č. 2 bude provedena statistická hypotéza o existenci rozdílu v množství konzumovaného alkoholu mezi příslušníky pořádkové jednotky stálé a příslušníky pořádkové jednotky nestálé. Vzhledem k charakteru souboru bude využit neparametrický Mann-Whitney test.

Formulace statistické hypotézy:

H0: neexistuje statisticky významný rozdíl v konzumaci alkoholu mezi kategoriemi SPJ a NPJ na hladině významnosti  $\alpha = 0,05$

H1: existuje statisticky významný rozdíl v konzumaci alkoholu mezi kategoriemi SPJ a NPJ na hladině významnosti  $\alpha = 0,05$

3. Pro získání odpovědi na výzkumnou otázku č. 4 bude použito anonymního dotazníku, kde se respondenti budou vyjadřovat k otázkám, které pohybová aktivitě dávají přednost v daném období (zimním/letním).
4. Pro získání odpovědi na výzkumnou otázku č. 3 bude vypočten Spearmanův koeficient pořadová korelace. Ověřovat budeme pouze věcnou významnost dle Chrásky (1993), který uvádí jako prakticky použitelnou závislost min.  $|r| = 0,40$ .

Tabulka č. 3 Interpretace velikosti korelačního koeficientu dle Chrásky (1993)

Koeficient korelace	Interpretace
1	naprostá (funkční) závislost
1 - 0,9	velmi vysoká závislost
0,89 – 0,7	vysoká závislost
0,69 – 0,4	střední závislost
0,39 – 0,2	nízká závislost
0,19 – 0	nepoužitelná závislost

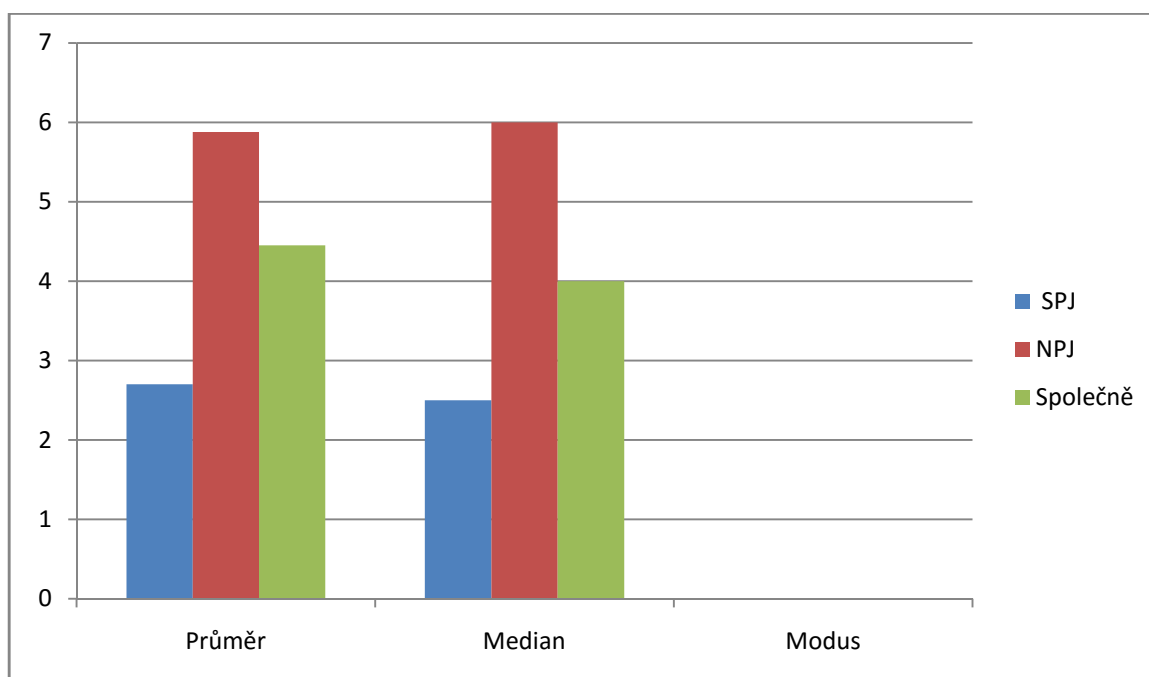
Výpočty a zpracování dat byly provedeny v programech MS Excel a Statistica.

## 5 VÝSLEDKY A DISKUZE

### 5.1 Množství konzumovaného alkoholu příslušníky pořádkových jednotek

K získání odpovědi na výzkumnou otázku č. 1 uvádím základní popis charakteristiky souboru (aritmetický průměr, medián, modus, rozptyl, rozložení četností – histogram) týkající se množství konzumovaného alkoholu.

**Obrázek č. 3 Množství konzumovaného alkoholu v průměrném týdnu**



*.Vysvětlivky:*

Hodnoty jednotlivých sloupců uvádějí počet vypitých sklenic alkoholu za průměrný týden

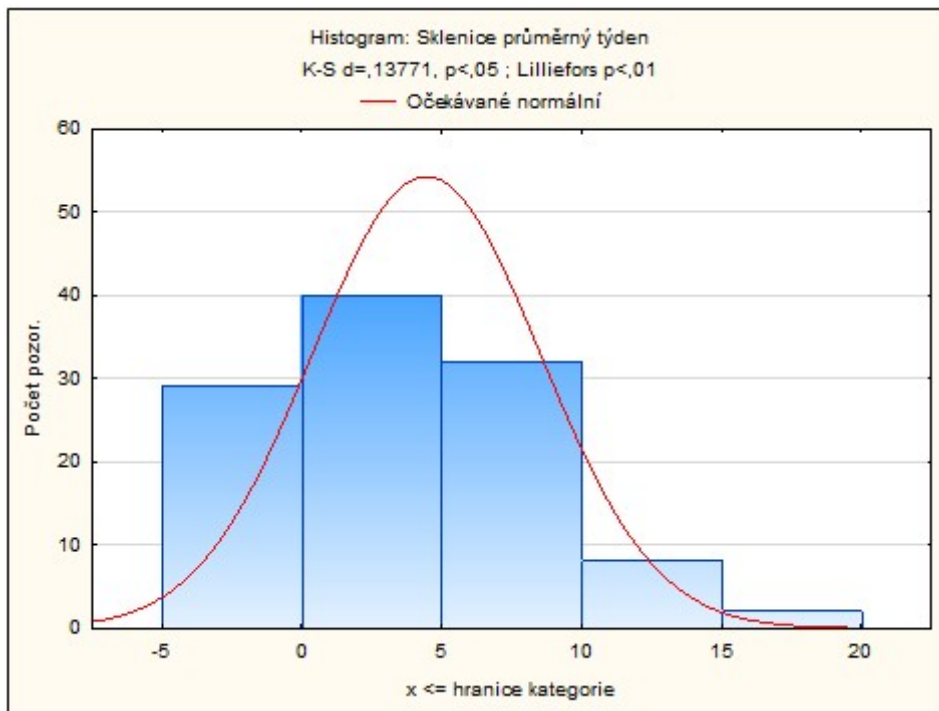
SPJ – speciální pořádková jednotka (stálá pořádková jednotka)

NPJ – nestálá pořádková jednotka

SPJ+NPJ – průměr zkonsumovaného alkoholu obou skupin dohromady



**Obrázek č. 4 Histogram četnosti (zkonsumovaný počet sklenic v průměrném týdnu, skupinami SPJ+NPJ)**



*Vysvětlivky:*

Svislá osa označuje počet respondentů, vodorovná pak interval počtu konzumovaných sklenic alkoholu za průměrný týden.

Pomocí červené křivky vyznačujeme očekávané rozdělení četnosti populace, ze které sledovaná skupina pochází.

Uvedené hodnoty v záhlaví grafu vypovídají o porušení normality rozložení četnosti (Komolgorov-Smirnovův & Lillieforsův test normality).

**Tabulka č. 4 základní popisná charakteristika zkoumaného souboru**

	Počet respondentů (n)	Průměr	Medián	Modus	Četnost modu	Min.	Max.	Sm.odch.
Sklenice SPJ/NPJ PČR	111	4,450	4,000	0,000	29	0,00	19,000	4,080

*Vysvětlivky:*

Sklenice SPJ/NPJ – počet zkonsumovaných sklenic v průměrném týdnu, členy pořádkových jednotek dohromady

Min. = minimum

Max. = maximum

### **5.1.1 Diskuze k dílčím cílům a výzkumné otázce č. 1**

Z výsledků výzkumů vyšlo najevo, že průměrná spotřeba alkoholu v obou skupinách dohromady je 4,45 sklenic alkoholu na osobu v průměrném týdnu. Za sklenici alkoholu jsme v tomto případě považovali 0,5l piva, 2dcl vína, 05dcl tvrdého alkoholu. po přepočtení zkonsumovaných sklenic na množství alkoholu uvedeného v litrech vyšlo najevo že jedinci zkonsumují 0,11 týdně na osobu, což je výrazně pod celorepublikovým průměrem (0,32l). Tato nízká hodnota má svůj původ v charakteru povolání policisty, který má zakázáno konzumovat alkohol v jakémkoliv množství v průběhu pracovní doby.

Přepočet množství konzumace alkoholu:

$$\underline{0,8(\text{hustota etanolu}) \times \text{obsah sklenice (ml)} \times \text{koncentrace alkoholu (\% obj.)}}$$

**Tabulka č. 5 koncentrace alkoholu v jedné standardizované sklenici**

Standardní sklenice piva	0,5 l	Koncentrace alkoholu 5 % = 20 g
Standardní sklenice destilátu	0,5 dcl	Koncentrace alkoholu 40 % = 16 g
Standardní sklenice vína	0,2 l	Koncentrace alkoholu 12 % = 19,2 g
Průměrná sklenice alkoholu		18,4 g = 0,023 l čistého alkoholu

Ze zprávy Světové zdravotnické organizace (WHO) vyplívá, že v roce 2012 zemřelo více jak 3,3 miliony lidí v přímém důsledku konzumace alkoholu. WHO se mimo jiné snaží nabádat vlády zemí k přijetí dalších opatření, které by mělo zabránit nárůstu obětí konzumace alkoholu. Nadměrné pití alkoholu zabíjí častěji muže než ženy a zvyšuje riziko onemocnění více jak dvěma stovkami různých chorob, na světě vypije v průměru za rok každý člověk starší 15 let více jak 6,2 litrů čistého alkoholu. Je třeba brát v úvahu také to, že alkohol konzumuje pouze 38,3 % světové populace – jedinci této skupiny tedy v průměru vypijí 17 litrů čistého alkoholu ročně. Zhruba 16 % konzumentů alkoholu se věnuje takzvanému nárazovému pití, které sebou nese nejhorší dopad na zdraví jedince. Nejvíce jsou pak konzumací alkoholu postiženi lidé z nejnižších sociálních skupin, je to zapříčiněno tím, že se jim nedostává kvalitní zdravotní péče a jsou méně chráněni vlastní komunitou nebo rodinou.

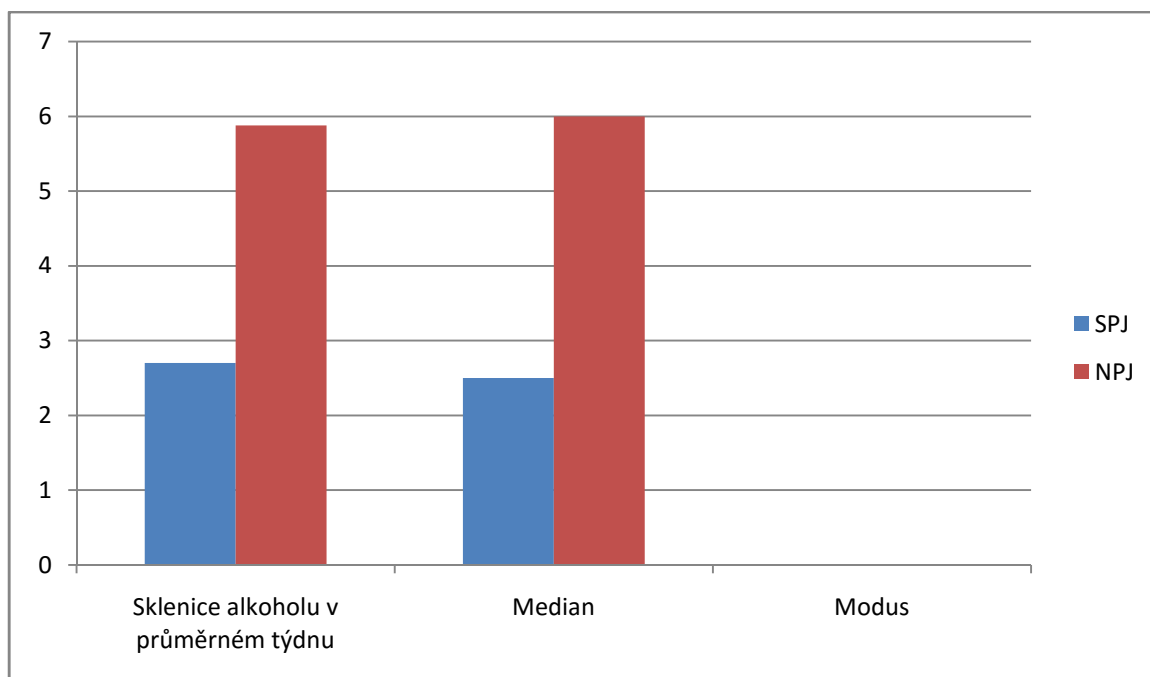
Jak dále zpráva WHO uvádí, některé země, jíž posílily opatření zaměřené na snížení počtu rizikových pijáků, mezi tyto opatření patří například zvýšení daně z alkoholických nápojů, zvýšení věkové hranice potřebné k legální konzumaci alkoholu nebo důsledné regulace reklamy a propagaci alkoholových výrobků. Stále však podle WHO panuje mezi lidmi velká nevědomost o rizikovosti a škodlivosti konzumace alkoholu.

Z hlediska konzumace alkoholu dopadla nejhůře Evropa, její obyvatelé konzumují alarmující dvojnásobek alkoholu než zbytek světa, i přes zaznamenaný pokles mezi léty 2008-2010 oproti létům 2003-2005. Nárazovému pití se věnuje 31,8 % evropských mužů a 12,6% žen. K zemím nejhůře postiženým patří státy střední a východní Evropy – zde lidé vypijí více jak 12,5 litrů čistého alkoholu ročně na jednoho obyvatele. U nás dosahuje průměrná spotřeba alkoholu 13 litrů na obyvatele. <http://zdravi.euro.cz/clanek/mlada-fronta-zdravotnicke-noviny-zdn/alarmujici-statistiky-spotreby-alkoholu-47>

## 5.2 Rozdíl v konzumaci alkoholu mezi příslušníky pořádkových jednotek

V této části mé práce uvádím rozdíl v množství zkonsumovaného alkoholu mezi členy SPJ a NPJ, prezentuji zde výsledky a následné srovnání.

Obrázek č. 5 porovnání konzumovaného alkoholu v průměrném týdnu mezi SPJ a NPJ



**Tabulka č. 6 Základní popis charakteristiky sledovaných souborů**

Proměnná	Počet respondentů	Průměr	Medián	Modus	Četnost modu	Min.	Max.	Sm.odch
Sklenice - SPJ	50	2,700	2,500	0,000	18	0,00	10,00	2,64382
Sklenice - NPJ	61	5,885	6,000	0,000	11	0,00	19,00	4,49109

*Vysvětlivky*

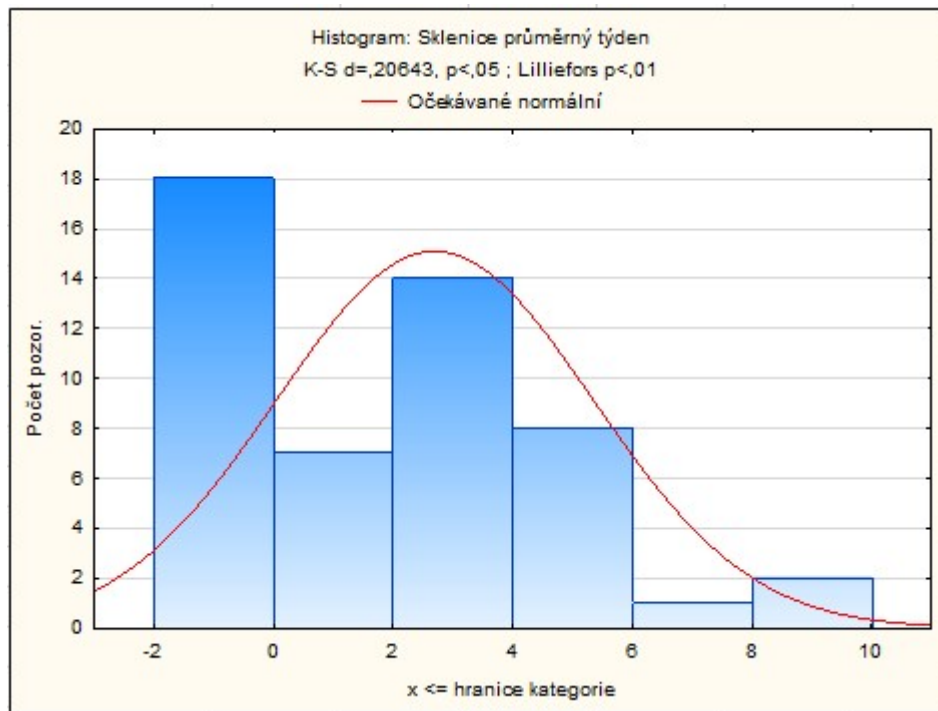
Sklenice – SPJ = počet zkonsumovaných sklenic u speciálních pořádkových jednotek v průměrném týdnu.

Sklenice – NPJ = počet zkonsumovaných sklenic u členů nestálých pořádkových jednotek v průměrném týdnu.

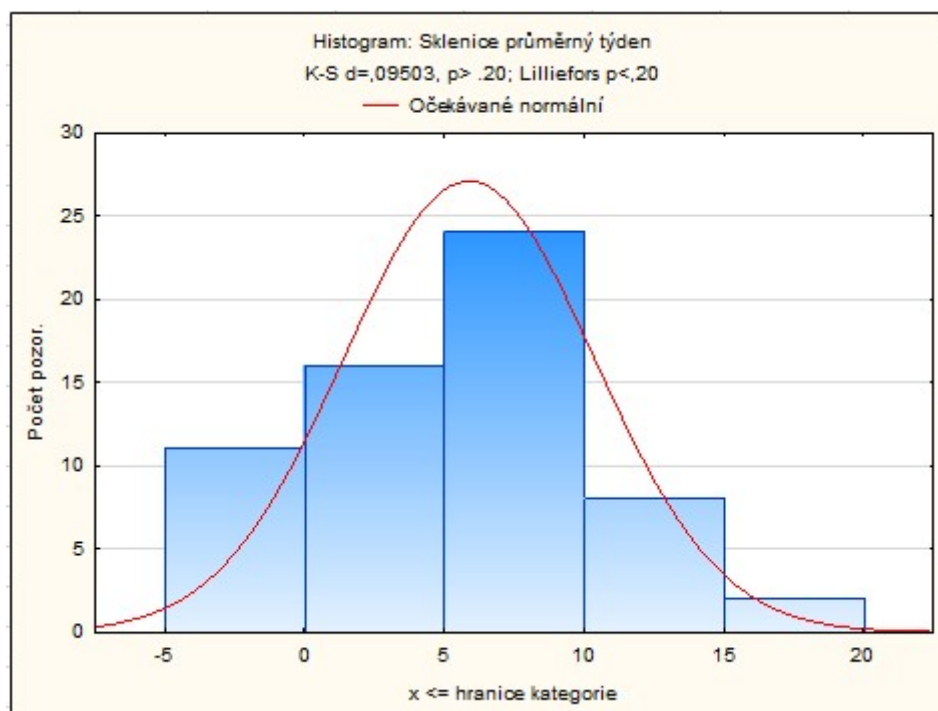
Min. = minimum

Max. = maximum

**Obrázek č. 6 Histogram četnosti (počet zkonsumovaných sklenic u SPJ v průměrném týdnu)**



**Obrázek č. 7 Histogram četnosti (počet zkonsumovaných sklenic u NPJ v průměrném týdnu)**



## Vysvětlivky

Svislá osa označuje počet respondentů, vodorovná pak interval počtu konzumovaných sklenic alkoholu za průměrný týden.

Pomocí červené křivky vyznačujeme očekávané rozdělení četnosti populace, ze které sledovaná skupina pochází.

### 5.2.1 Diskuze k dílčím cílům a výzkumné otázce č. 2

Za účelem získání odpovědi na výzkumnou otázku č. 2 budeme ověřovat statistickou hypotézu o existenci rozdílů v množství konzumovaného alkoholu mezi kategoriemi SPJ a NPJ. Vzhledem k charakteristice souboru bude použit Mann-Whitney test. Prokázal jsem statisticky významný rozdíl mezi skupinami SPJ a NPJ na hladině významnosti  $\alpha = 0,05$ . Tím byla potvrzena hypotéza H1.

**Tabulka č. 7 Výsledek Mann-Whitney testu**

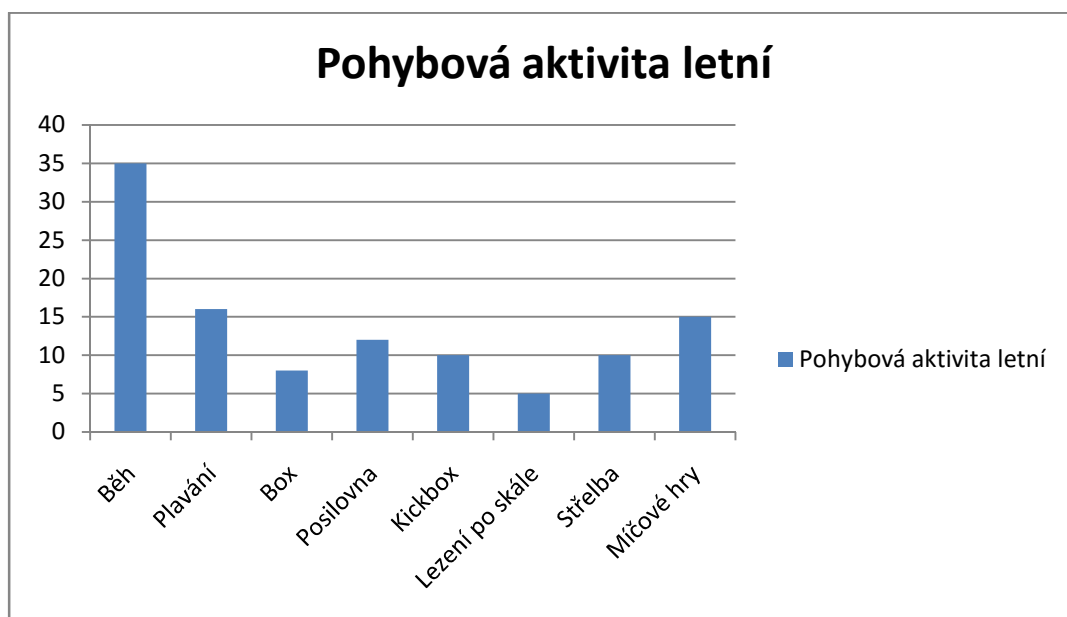
	SPJ	NPJ	U	Z	Úroveň p	Z upravené	Úroveň p	N platn.1	N platn.2	2*1str. přesné p
<b>sklenice</b>	2143,000	4073,000	868,000	-3,89105	0,000100	-3,93585	0,000083	50	61	0,000074

### 5.3 Nejčastěji prováděná zimní a letní pohybová aktivita v zimním a letním období

V dotazníku byli respondenti tázáni na preferované pohybové aktivity v průběhu zimního a letního období. Výsledky jsou poměrně rozmanité, převládají zejména sporty, kde není zapotřebí žádných technických doplňků (kolo, brusle).

V dotazníku byly zaznamenány následující aktivity prováděné v letním období: běh, plavání, box, posilovna, kickbox, lezení po skále, střelba, míčové hry,

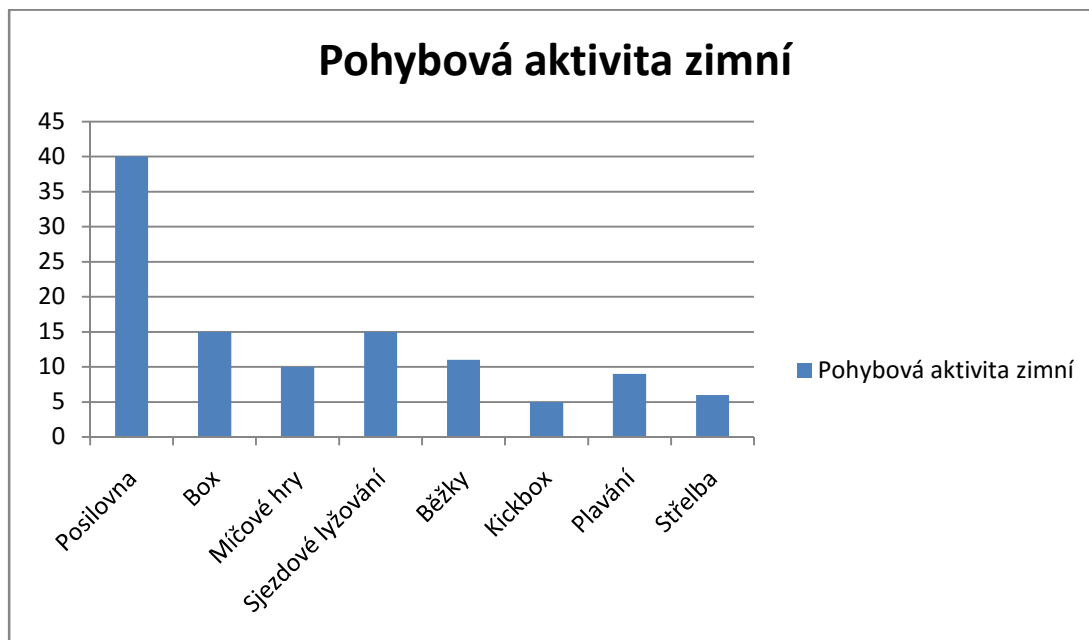
Obrázek č. 8 Pohybová aktivita v zimním období





V dotazníku byly zaznamenány následující aktivity prováděné v zimním období: posilovna, box, míčové hry, sjezdové lyžování, běžky, kickbox, plavání, střelba,

**Obrázek č. 9 Pohybová aktivita v zimním období**

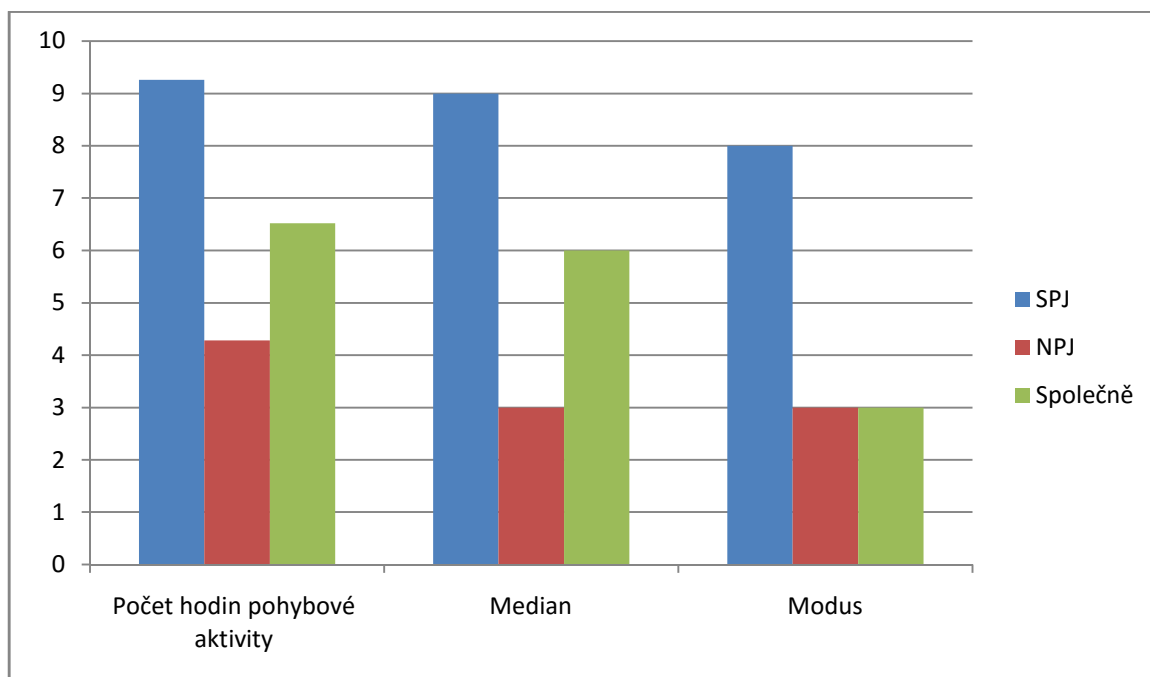


### 5.3.1 Diskuze k dílčím cílům a výzkumné otázce č. 3

Z výsledků je patrné že i ve volném čase se policisté věnují přípravě na povolání, vypovídají o tom zvolené volnočasové aktivity, jako jsou úpolové sporty a střelba, stejně tak jako plavání a lezení po skále.

#### 5.4 Vztah mezi množstvím konzumovaného alkoholu a pohybové aktivity

Obrázek č. 10 počet hodin pohybové aktivity v průměrném týdnu u jednotlivých skupin



Tabulka č. 8 Základní popisné charakteristiky v množství pohybové aktivity

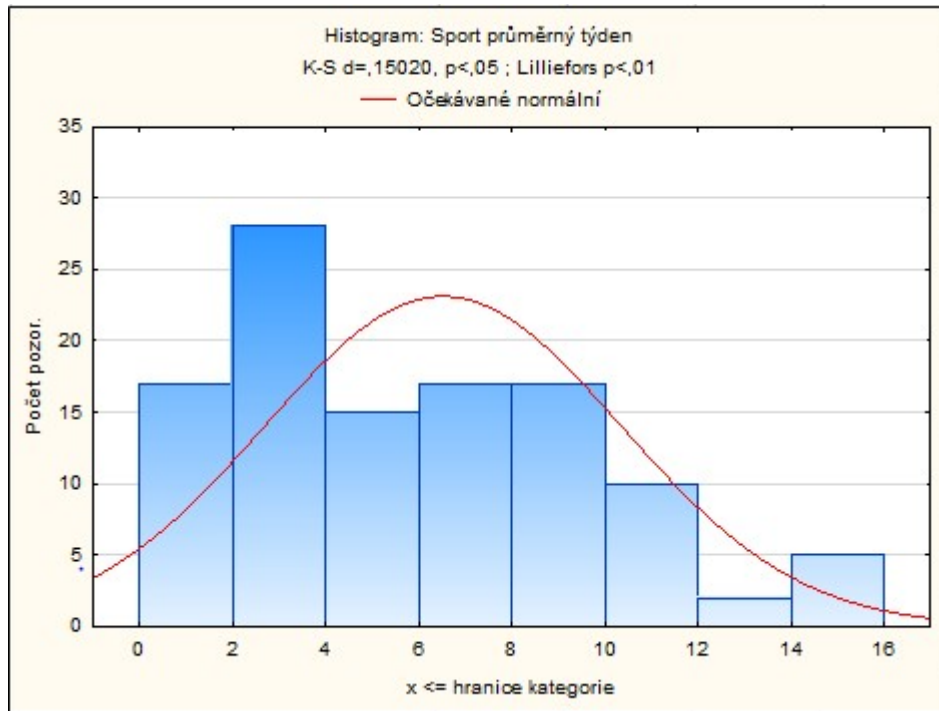
	Množství probandů	Průměr	Medián	Modus	Četnost modu	Min.	Max.	Sm.odch.
Pohybová aktivita Dohromady	111	6,5225	6,0000	3,0000	19	2,000000	16,00000	3,83250
Pohybová aktivita SPJ	50	9,2600	9,0000	8,0000	12	3,000000	16,00000	2,52182
Pohybová aktivita NPJ	61	4,2786	3,0000	3,0000	18	2,000000	16,00000	3,22041

*Vysvětlivky*

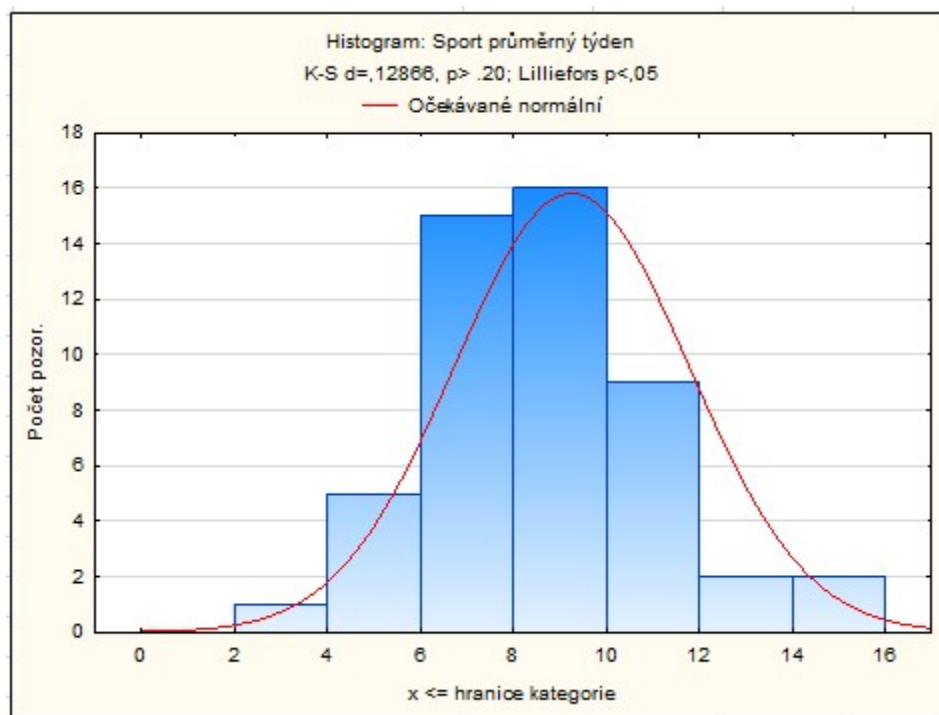
Pohybová aktivita je uváděná v hodinách/průměrný týden Min. = minimum

Max. = maximum

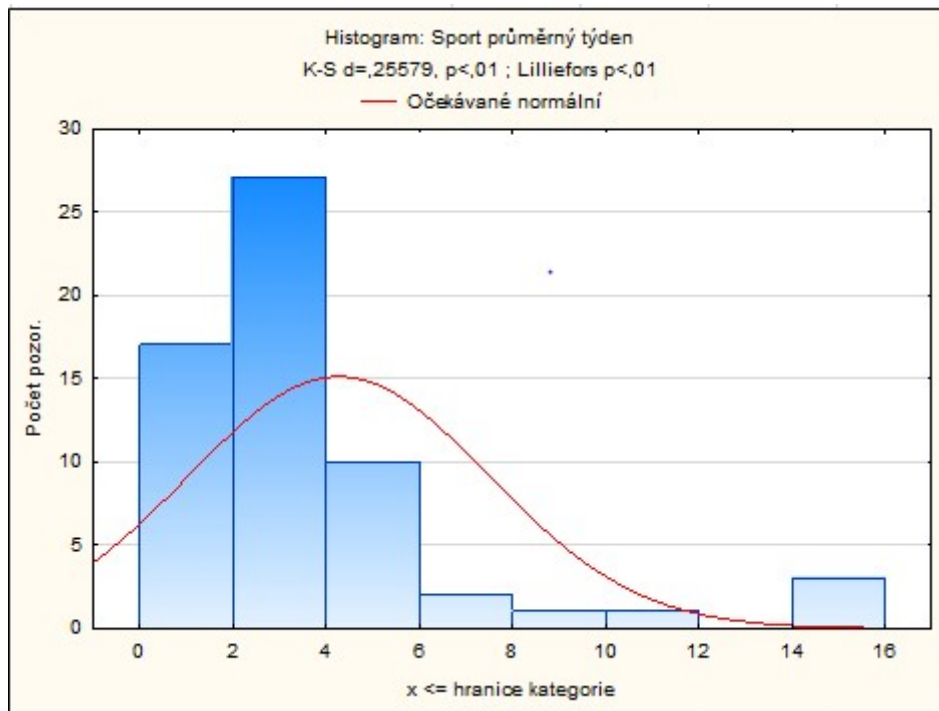
**Obrázek č. 11 Histogram četnosti (množství pohybové aktivity v průměrném týdnu u všech respondentů dohromady).**



**Obrázek č. 12 Histogram četnosti (množství pohybové aktivity v průměrném týdnu SPJ)**



**Obrázek č. 13 Histogram četnosti (množství pohybové aktivity v průměrném týdnu u NPJ**



#### *Vysvětlivky*

Svislá osa označuje počet respondentů, vodorovná pak interval počtu konzumovaných sklenic alkoholu za průměrný týden.

Pomocí červené křivky vyznačujeme očekávané rozdělení četnosti populace, ze které sledovaná skupina pochází.

#### 5.4.1 Diskuze k dílčím cílům a výzkumné otázce č. 4

Cílem bylo zjistit, zda existuje souvislost mezi množstvím prováděné pohybové aktivity a množstvím zkonsumovaného alkoholu, u zkoumaných jedinců. Byl použit Spearmanův koeficient pro ověření korelační závislosti (porušení normality četnosti u zkoumaného souboru).

Hodnota koeficientu je  $r = -0,38$ , tím byla prokázána nízká závislost mezi spotřebou alkoholu a pohybovou aktivitou. Příslušníci pořádkových jednotek, kteří více sportují, konzumují méně alkoholu. Domnívám se tedy, že existuje vztah mezi konzumací alkoholu a pohybovou aktivitou. Přesto mnou získaný údaj nemá věcnou významnost, protože absolutní hodnota  $r$  není větší jak 0,40.

**Tabulka č. 9 Výsledek Spearmanova koeficientu**

	Počet	Spearman	t(N-2)	Úroveň p
Dvojice proměnných	plat.	R		
<b>SKLENICE &amp; SPORT</b>	111	-0,383502	-4,33536	0,000033

Na samotný závěr byli respondenti v dotazníku Losiak (Čech 2001) tázáni, na první asociaci, která je napadne, když se řekne slovo opilost a alkohol. Níže jsem uvedl některé s nejčastěji vyskytující se odpovědi:

„Alkohol v malém množství prospívá“

„Alkohol je zábava“

„Alkohol metla lidstva“

„Alkohol je jen pro dospělé“

„Alkohol je špatná životní cesta“

„Alkohol je droga“

„Alkohol mi zabil člena rodiny“

„Alkohol mě zbavuje viny“

„Opilost je psychický stav“

„Opilost je velice příjemná“

„Opilost je cesta k pravdě“

„Opilost je slabost“

„Opilost je návyková“

„Opilost není pro každého“

„Opilost neomlouvá“

## 6 ZÁVĚR

Alkohol je jednou z nejtolerovanějších, nejdostupnějších, nejpoužívanějších legálních drog u nás i ve světě. Alkohol přes všechna svá rizika byl, je a bude nadále užíván lidmi na celém světě, není to tedy jen o alkoholu, ale hlavně o lidech, kteří se nedokáží uvolnit jinak než jeho konzumací.

Výzkum, který jsem provedl, v této práci splnil svůj cíl. Tím cílem bylo zjistit množství konzumovaného alkoholu a množství prováděné pohybové aktivity u policistů pořádkových jednotek pracujících na území hl. m. Prahy a středočeského kraje. Výsledky ukázali, že policisté konzumují alkoholické nápoje v malém množství, množství pohybové aktivity odpovídá charakteru povolání respondentů. Pro splnění cílů bylo důležité odpovědět si na následující výzkumné otázky:

1. Množství konzumovaného alkoholu členy SPJ a NPJ v průměrném týdnu činil 4,45 sklenic. Po převedení dostáváme hodnotu 0,11 alkoholu, což je výrazně méně než u běžné populace v ČR (0,32l). Získaná hodnota u policistů SPJ a NPJ je tedy výrazně nižší.
2. Rozdíl v konzumaci alkoholu mezi jednotkami SPJ a NPJ se ukázal jako statisticky významný na hladině významnosti 0,05. Průměrná naměřená hodnota činila 2,7 sklenic alkoholu u jednotek SPJ v průměrném týdnu a 5,88 sklenic alkoholu u jednotek NPJ v průměrném týdnu.
3. V dané otázce byli respondenti tázáni na preferované pohybové aktivity v zimním a letním období. Z výsledků vyplynulo, že i mimo pracovní dobu se policisté věnují přípravě na povolání.
4. Pomocí výzkumného šetření bylo prokázáno, že existuje vztah mezi konzumací alkoholu a pohybovou aktivitou. Výsledná hodnota se pohybuje v rozmezí -1 a 0. Čím více se blíží výsledná hodnota nule, tím je nižší vzájemná závislost. Hodnota koeficientu je  $r = -0,38$  tím byla prokázána mírná korelace mezi spotřebou alkoholu a pohybovou aktivitou.

## 7 SOUHRN

Cílem této práce bylo zjistit průměrné množství konzumovaného alkoholu k vykonané pohybové činnosti v průběhu běžného týdne u policisty pořádkové jednotky stálé hl. m. Prahy a pořádkové jednotky nestálé Středočeského kraje. Za pomoci dotazníku Losiak a jeho modifikace bylo zjištěno množství konzumovaného alkoholu a prováděné pohybové aktivity.

Z výsledků šetření můžeme konstatovat, že konzumace alkoholu u příslušníků pořádkových jednotek je pod celorepublikovým průměrem. Výzkum také ukázal, že příslušníci speciální pořádkové jednotky konzumují méně alkoholu než příslušníci pořádkových jednotek nestálých. Pomocí ověření hypotézy jsem prokázal statisticky významný rozdíl mezi skupinami SPJ a NPJ na hladině významnosti  $\alpha = 0,05$ .



## 8 SUMMARY

The aim of this study was to determine the average amount of alcohol consumed to perform physical activity during a week in police riot units stable hl. m. Prague and riot units volatile Central Region. Using a questionnaire Losiak and its modifications were found to amount of alcohol consumed and performed physical activity

The survey results we can conclude that alcohol consumption among members of police units is below the national average. The research also showed that members of the special forces units consume less alcohol than members of the riot police unstable. Using test the hypothesis I showed a statistically significant difference between groups SPJ and NPJ significance level of  $\alpha = 0.05$ .

## 9 REFERENČNÍ SEZNAM

- Anonymous. (2013). *Berlínská pořádková policie*. Retrieved. 14.6.2016 From World Wide Web:<http://www.berlin.de/polizei/wir-ueber-uns/struktur/dirza/bpa.htm>
- Brouce, D. B. et. al. (1999). *Psychological theories of drinking and alcoholism*. USA The Guilford Press
- Buchar, E., Doubrava, J., & Liphay, M. (1973). *Organická chemie pro pedagogické fakulty*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství.
- Černý, P. (2003). *Taktická příprava: Metodika použití pout a vybraných donucovacích prostředků*. Praha: tiskárna MV ČR.
- Čírtková, L. (2006). *Policejní psychologie*. Plzeň, Aleš Čeněk.
- Gallá, M. (2005). *Jak ve škole vytvořit zdravější prostředí. (Příručka o efektivní školní drogové prevenci)*. Praha: Úřad vlády České republiky.
- Giffloed, M., Friedman, S., Majerus, R., (2010). *Biographies of Disease Alcoholism*. USA ABC-CLIO, LLC.
- Gohlert, F. Ch., Kuhn, F. (2001). *Od návyku k závislosti: toxikomanie, drogy: účinky a terapie*. Praha: Ikar.
- Hartl, P., & Hartlová, H. (2000). *Psychologický slovník*. Praha: Portál.
- Heller, J., & Pecinová, O. (2011). *Pavučina závislosti. Alkoholismus jako nemoc a možnosti efektivní léčby*. Praha: Togga.
- Hotovec, V. (1996). *Metodika nácviku donucovacích prostředků: Obušek s příčnou rukojetí (tonfa)*. Praha. Tiskárna MV
- Kočan, Š., Lofler, B., Zámek, D. (2013). *Poriadková policia*. Plzeň: Aleš Čeněk.
- Kraus, B., Hroncová, J. (2007). *Sociální patologie. první*. Hradec Králové: Gaudeamus.
- Kuhar, M. (2012). *The addicted brain*. USA: Pearson Education LTD.
- Kvapilík J., & Svobodová, V. (1985). *Člověk a alkohol*. Praha: Avicenum.

- Macek, P., a kol. (2008). *Pořádková činnost policie. Obecná část*. Praha: Police History
- Macek, P. Uhlíř, L. (2011). *Dějiny policie a četnictva IV*. Praha: Police History.
- Macek, P., Zámek, D. (2007). *Policie a hromadné narušení veřejného pořádku*. Praha: Policejní akademie.
- Marhulová, J., Nešpor, K., (1995). *Alkoholici, fenci a gambleři*. Praha: Empire.
- Jackson, M. et. al.(2001). *Pivo – Průvodce světem piva pro laiky i odborníky*. Praha: Fortuna Print
- Náchodský, Z. (1993). *Taktika policejní akce*. Praha: Armex.
- Nešpor, K., & Csémy, L. (1996). *Léčba a prevence závislosti. Příručka pro praxi*. Praha: Psychiatrické centrum.
- Nešpor, K., & Provazníková, H. (1999). *Slovník prevence problémů působených návykovými látkami*. Praha: Státní zdravotní ústav.
- Novák, T. (2004). *Jak bojovat se stresem*. Praha: Grada.
- Nyakundi, C. (2014). *How to Overcome Drug Addiction*. JD-Biz Publishing.
- Popov, P. (2003). Alkohol. In Kalina et al., *Drogy a drogové závislosti I.*, Praha: Úřad vlády ČR.
- Presl, J. (1994). *Drogová závislost. Může být ohroženo i vaše dítě?* Praha: Maxdorf.
- Řehan, V. (2007). *Adiktologie I*. Olomouc: Univerzita Palackého. Praha: Psychiatrické centrum.
- Řehan, V. (1994). *Závislost na alkoholu a jiných drogách – psychologický přístup*. Olomouc: Univerzita Palackého.
- Skála, J. (1988). *...až na dno!? Fakta o alkoholu a jiných návykových látkách (Zneužívání a závislost)*. Praha: Avicenum.
- Skála, J. (1987). *Závislost na alkoholu a jiných drogách*. Praha: Avicenum.

- Skála, J. (1986). *Alkohol a jiné (psychotropní) drogy: abuzus a závislost*. Praha: Avicenum.
- Skála, J. (1977). *...až na dno!? Fakta o alkoholu, pijáctví a alkoholismu*. Praha: Avicenum.
- Smolík, J. (2008). *Fotbalové chuligánství*. Brno: Centa.
- Stejskal, M. (2010). *Zvláštní jednotky, zakuklenci v akci*. Praha: Armex.
- Štáblová, R. (1997). *Drogy, kriminalita a prevence*. Praha: Policejní akademie České republiky.
- WHO, Reuters (2015). *Alarmující statistiky spotřeby alkoholu*. Retrieved. 14. 5. 2016 World Wide Web:<http://zdravi.euro.cz/clanek/mlada-fronta-zdravotnicke-noviny-zdn/alarmujici-statistiky-spotreby-alkoholu-47>
- Zábranský, T. (2003). *Drogová epidemiologie*. Olomouc: Univerzita Palackého Lékařská Fakulta.
- Zámek, D., Čeněk, A. (2013). *Hromadné narušení veřejného pořádku z pohledu policie ČR*. Plzeň.
- Zežula, T. (1995). *Metodika kondiční přípravy policistů*. Praha: Tiskárna MV.
- Zvolský, P., et. al. (2001). *Speciální psychiatrie*. Praha: Karolinum.
- <http://chytrak.chytry.cz/rozdeleni.html>
- <http://www.global-wines.cz/vyroba-vina?confirmLegalAge=1>.
- <http://www.odrogach.cz/skola/uzivani-navykovych-latek/informace-odrogach/rozdeleni-drog.html>

## 10 PŘÍLOHY

- PI     Dotazník zjišťující množství zkonsumovaného alkoholu v průměrném týdnu
- PII    Dotazník zjišťující množství vykonané pohybové aktivity v průměrném týdnu

**Příloha PI:** Dotazník zjišťující množství zkonsumovaného alkoholu v průměrném týdnu

Kolik sklenic alkoholu jste vypili v průběhu minulého týdnu?

Věk: \_\_\_\_\_

Pořádková jednotka: stálá / nestálá

*Standardní sklenice piva (0,5 l) = standardní sklenice vína (2 dcl) = standardní sklenice tvrdého alkoholu (0,5 dcl)*

*Doporučujeme začít s počítáním sklenic zpětně od včerejšího dne, tedy např. pokud je dnes čtvrtek, začněte při vyplňování středou, pak úterý, pondělí...*

**Kolik sklenic alkoholu jste vypili v průběhu minulého týdne?**

<b>neděle</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....sklenic
<b>sobota</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....sklenic
<b>pátek</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....sklenic
<b>čtvrtek</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....sklenic
<b>středa</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....sklenic
<b>úterý</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....sklenic
<b>pondělí</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....sklenic

**Kolik sklenic alkoholu vypijete obvykle v „průměrném týdnu“?**

<b>neděle</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....sklenic
<b>sobota</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....sklenic
<b>pátek</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....sklenic
<b>čtvrtek</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....sklenic
<b>středa</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....sklenic
<b>úterý</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....sklenic

**pondělí**      0   1   2   3   4   5   6   7   8   9      10 více, tak.....sklenic

Doplňte, prosím, první asociaci (myšlenku), která Vás napadne:

Alkohol je: \_\_\_\_\_

Opilost je: \_\_\_\_\_

**Příloha PII:** Dotazník zjišťující množství vykonané pohybové aktivity v průměrném týdnu

Kolik hodin jste „sportovali“ v průběhu minulého týdne?

*Doporučujeme začít s počítáním hodin sportovní aktivity zpětně od včerejšího dne, tedy např. pokud je dnes čtvrtek, začněte při vyplňování středou, pak úterý, pondělí...*

**Kolik hodin jste „sportovali“ v průběhu minulého týdne?**

<b>neděle</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....hodin
<b>sobota</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....hodin
<b>pátek</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....hodin
<b>čtvrtek</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....hodin
<b>středa</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....hodin
<b>úterý</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....hodin
<b>pondělí</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....hodin

**Kolik hodin „sportujete“ obvykle v „průměrném týdnu“?**

<b>neděle</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....hodin
<b>sobota</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....hodin
<b>pátek</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....hodin
<b>čtvrtek</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....hodin
<b>středa</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....hodin
<b>úterý</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....hodin
<b>pondělí</b>	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	více, tak.....hodin



Jakou pohybovou aktivitu nejčastěji provádíte v zimě: \_\_\_\_\_

Jakou pohybovou aktivitu nejčastěji provádíte v létě: \_\_\_\_\_