

UNIVERZITA PALACKÉHO V OLMOUCI
PEDAGOGICKÁ FAKULTA
Katedra antropologie a zdravovědy

Bakalářská práce

Iveta Doležalová

Český jazyk se zaměřením na vzdělávání a Výchova ke zdraví se zaměřením na
vzdělávání

**Alkohol a kouření u žáků základních a středních škol
v Třebíči**

Olomouc 2016

vedoucí práce: Mgr. Petr Zemánek, Ph.D.

Prohlášení

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci na téma „Alkohol a kouření u žáků základních a středních škol v Třebíči“ vypracovala samostatně pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

V Olomouci dne

Podpis

Děkuji Mgr. Petru Zemánkovi, Ph.D. za odborné vedení bakalářské práce, poskytování rad a materiálůvých podkladů k práci. Děkuji své rodině a přátelům za podporu a trpělivost. A v neposlední řadě děkuji všem respondentům a vedoucím pracovníkům vybraných škol za projevenou ochotu a spolupráci při realizaci výzkumného šetření.

OBSAH

OBSAH	4
ÚVOD	6
1 CÍL PRÁCE	7
2 LEHKÉ DROGY JAKO VÝZNAMNÝ PROBLÉM SOUČASNÉ SPOLEČNOSTI	8
2.1 Vybrané základní pojmy	8
2.2 Rozdělení návykových látek	10
2.2.1 Podle účinku na psychiku	10
2.2.2 Podle míry rizika.....	11
3 ALKOHOL	12
3.1 Akutní intoxikace alkoholem (prostá opilost).....	13
3.2 Alkohol a zákon	14
3.3 Vývoj závislosti na alkoholu	15
3.4 Typy závislosti na alkoholu.....	16
3.5 Rodina, mládež a alkohol	17
3.6 Somatické důsledky alkoholu.....	18
4 TABÁK	20
4.1 Účinky a odbourání nikotinu z organismu.....	21
4.2 Závislost na nikotinu	21
4.3 Vliv kouření na zdraví.....	21
5 METODIKA PRÁCE.....	23
5.1 Charakteristika šetřeného vzorku respondentů	23
6 VÝSLEDKY DOTAZNÍKOVÉHO ŠETŘENÍ.....	26
6.1 Výsledky z části týkající se konzumace alkoholu	26

6.2	Výsledky z části týkající se kouření cigaret	33
6.3	Výsledky z části týkající se informovanosti respondentů	38
7	DISKUSE	43
	ZÁVĚR	45
	Souhrn.....	46
	Summary.....	47
	REFERENČNÍ SEZNAM.....	48
	Seznam použité literatury.....	48
	Internetové zdroje	50
	Seznam obrázků.....	51
	Seznam tabulek	52
	Seznam příloh	52

ÚVOD

Téma „Alkohol a kouření u žáků středních a základních škol v Třebíči“ jsem si vybrala z důvodu jeho aktuálnosti a dále proto, že přes veškerou snahu informovat, se s touto problematikou nedaří adekvátně bojovat a stále více nezletilých se uchyluje ke kouření a konzumaci alkoholu, o čemž vypovídá i fakt, že Česká republika je na předních příčkách v konzumaci alkoholu. Svoji roli hraje i to, že v současné době je kouření a pití alkoholu považováno za zcela běžné, a jistě i snadná dostupnost cigaret a alkoholu. Nabízí se tedy otázka, proč by mladiství nepili a nekouřili, když je to tak snadné?

V práci se budu zabývat mapováním situace základních a středních škol v Třebíči a porovnáním zjištěných dat.

Záměrem je zjistit postoje žáků ke kouření a konzumaci alkoholu. Dále zjistit poměr žáků, kteří kouří a konzumují alkohol, co je k tomu vede, zda je rozhodujícím faktorem věk žáků, postoj rodičů ke kouření a alkoholu a jestli těmito návykovým látkám podléhají více žáci základních či středních škol. V neposlední řadě i informovanost žáků o škodlivosti těchto látek.

Práci jsem rozdělila na dvě části, část teoretickou a praktickou. V teoretické části vymezuji základní pojmy, rozdělují návykové látky, dále se zabývám rozdělením závislostí a zdravotními následky kouření a konzumace alkoholu. V praktické části se zabývám mapováním situace základních a středních škol v Třebíči a porovnáním zjištěných dat. Pro praktickou část jsem zvolila metodu dotazníkového šetření. Tento způsob výzkumu mi umožňuje získat dostatek potřebných dat během relativně krátké doby. Výzkumné šetření bylo zaměřeno na žáky druhého stupně ZŠ (6. – 9. třída) a studenty SŠ (1. – 4. ročník). Tyto respondenty jsem si vybrala, neboť je mým záměrem porovnat, zda více propadají alkoholu a kouření žáci základních škol, u kterých se projevují první známky puberty, poznávají sami sebe, získávají nové zkušenosti a vytvářejí si vlastní názory. Nebo zda alkoholu a kouření více holdují studenti středních škol, kteří by měli být informováni o škodlivosti těchto látek, a zkušenosti a znalosti, kterých nabyli, je od konzumace alkoholu a kouření cigaret měly odradit.

1 CÍL PRÁCE

Cílem bakalářské práce je zjistit jak moc žáci a žačky základních škol propadají alkoholu a kouření cigaret, v kolika letech poprvé ochutnali alkohol a vykouřili první cigaretu, okolnosti prvního kontaktu s cigaretou a alkoholem, jejich současné postoje ke kouření a konzumaci alkoholu a zároveň jejich informovanost o škodlivosti těchto návykových látek. Na středních školách je mým záměrem zjistit okolnosti prvního kontaktu s alkoholem a cigaretami studentů a studentek. Jaký měli názor na tyto zlozvyky rodiče, jakým jim šli příkladem a čím se situace liší v dnešní době. Získané informace budu porovnávat a výsledky zaznačím do grafů nebo tabulek.

2 LEHKÉ DROGY JAKO VÝZNÁMNÝ PROBLÉM SOUČASNÉ SPOLEČNOSTI

Užívání lehkých drog je jedním z celospolečenských problémů dneška. Konzumace tabáku a alkoholu nemá negativní vliv pouze na tělo, ale také z velké části slouží jako finanční podpora politických zájmů. Vedle toho má kouření a alkohol dopad na zdraví milionu uživatelů. V následujících kapitolách budou vymezeny základní pojmy související s drogami a také bude podrobně rozebrána problematika týkající se alkoholu a kouření.

2.1 Vybrané základní pojmy

Před podrobným rozbořením problematiky týkající se lehkých drog, je vhodné se seznámit s úzce souvisejícími základními pojmy, o kterých by měli mít pojem nejen dospělí, ale taktéž mladiství, kteří se v průběhu života s těmito látkami setkají, a v těch nejhorších případech propadnou závislosti.

Závislost

Závislost lze charakterizovat jako obsedantní potřebu, bez níž jedinec není schopen vykonávat i běžné činnosti. Mezi učebnicové příklady „nezdravé“ závislosti lze zařadit situaci, kdy osoba požívá pravidelně návykové látky, ke kterým patří kupříkladu alkohol, marihuana, tabák, případně jiné drogy. Na druhé straně se lidé běžně setkávají se závislostmi na složkách, bez kterých by nebylo možné existovat, a nemusí tak nezbytně mít nežádoucí dopady. Jedná se o potřebu pitné vody, pravidelný přísun potravy, vzduchu a další. (Heller, Pecinová a kol, 1996, str. 12; Nešpor, 2000, str. 14 – 29)

Z obecného hlediska lze závislosti dělit také na fyzické a psychické. Dychtivost po navození příjemné duševní situace (po účinku látky), je označována jako psychická závislost. Zatímco fyzická závislost se projevuje kratší dobou přítomnosti a lze se jí zbavit krátkodobým pobytem v léčebném zařízení, dopady psychické závislosti jsou mnohem vážnější. Zejména díky dlouhodobému charakteru léčby a znevýhodnění při jakémkoliv dalším užití látky. (Fischer, Škoda, 2014, str. 82)

U fyzické závislosti lze hovořit o situaci, ve které se organismus přizpůsobil, a droga byla zahrnuta do metabolismu jedince. Tímto se člověk dostane do stavu, kdy již drogu potřebuje neustále, a při omezení jejího přísunu následuje reakce organismu v podobě abstinenčního

syndromu. V současnosti se fyzická závislost nejvíce vztahuje k legálním drogám typu alkoholu, tabáku, případně prášků na spaní. To ovšem představuje velkou hrozbu pro dnešní mládež, která se může snadno dostat k tabáku či alkoholu, aniž by byla informována o možných důsledcích. (Matoušková, 2013, str. 21)

Rovněž je vhodné uvést faktory podílející se na vzniku a vývoji závislosti. Těchto činitelů je celá řada, avšak mezi nejvýznamnější lze zařadit:

- zvláštnosti organismu, genetickou transmissi
- osobní struktury postiženého, podmět
- prostředí a postoje společnosti
- drogu, dostupnost drogy
- nepřítomnost jiných vhodných alternativ, které vedou k řešení situace s uspokojivým výsledkem
- ostatní (Heller, Pecinovská a kol, 1996, str. 12)

Droga

Droga je obvykle popisována jako chemická či přírodní látka, vyvolávající návyk či závislost. Přesněji řečeno látka působící na chování jedince, ovlivňující jeho náladu či vnímání okolí, tedy to, jak co cítí, slyší a vidí. Ve většině případů se jedná o látku jednoduchého složení, ovšem s výrazně negativními účinky. (Fischer, Škoda, 2014, str. 82)

Ve skutečnosti existuje mnoho forem drog, které mají různé tvary, barvy a odlišné účinky. Lze říci, že s drogami se setkáváme téměř denně, ať už jde o léky obsažené v domácí lékárnice nebo o prostý šálek kávy či čaje, který obsahuje kofein, povzbuzující nervový systém. Nepřehlédnutelnou váhu zde zastává i alkohol a tabák, jimiž se budou podrobně zabývat následující kapitoly. (Ganeri, 2001, str. 8)

Abstinenční syndrom

V okamžiku, kdy je omezen případně zastaven přísun drogy, nastávají abstinenci příznaky, na které naše tělo reaguje různými způsoby. Tyto tělesné účinky se projevují nadměrným pocením, bolestmi hlavy, křečemi a nekontrolovatelnými třesy, v některých případech i smrtí. Tělesné účinky ovšem nemusí být to nejhorší, co musí závislý jedinec snést. Mnohem hůře snesitelné jsou mnohdy účinky psychické, vyznačující se neustálou touhou po droze. (Ganeri, 2001, str. 8)

Předávkování

U návykových látek bývá obvykle velmi malá hranice mezi účinnou a smrtelnou dávkou, což bývá ve většině případů i důvodem předávkování. Příčinnou může být nepatrné zvýšení kvality látky, její dávky, či užití stejného množství drogy jako před detoxikační léčbou. Výsledkem je stav, se kterým se organismus nedokáže vyrovnat. (Kalina a kol., 2008, str. 346)

Při předávkování dochází ke zpomalení dýchání, pleť jedince dostává namodralou barvu, následuje ztráta vědomí, zástava dechu, selhání ostatních orgánů, což může vyústit až ve smrt. (Hosák a kol., 2015, str. 161 – 172)

2.2 Rozdělení návykových látek

Návykové látky lze dělit do skupin podle mnoha hledisek. Každý autor má na tuto problematiku jiný pohled, a tak existuje celá řada členění. Dle Kaliny (2008, str. 49) lze drogy diferencovat do dvou skupin a to podle účinku na psychiku a podle míry rizika.

2.2.1 Podle účinku na psychiku

Toto rozdělení bere v potaz vždy hlavní důvod užívání ve standardně velkých dávkách. Jako příklad lze uvést pervitin, který spadá pod psychomotorické stimulační látky, což je i důvod jeho užívání. Níže lze vidět tři hlavní skupiny návykových látek podle účinku na psychiku:

Stimulační látky

Tyto látky stimulují fyzickou i psychickou činnost organismu. Mají vyvolat tělesné a duševní povzbuzení, jedná se o kokain, efedrin, pervitin (a širší skupina amfetaminů), kávu, čaj. Užíváním těchto látek se zvyšuje možnost vzniku mozkových a srdečních příhod. (Weiss a kol, 2010, str. 630)

Tlumivé látky

Zpomalují fyzickou i psychickou činnost organismu. Malá dávka tlumivé látky uklidňuje, naopak vysoká způsobuje stav, v němž je možno člověka i operovat. Do této skupiny spadají především benzodiazepiny, opiáty (heroin, morfin ...), toluen či alkohol. (Weiss a kol, 2010, str. 630)

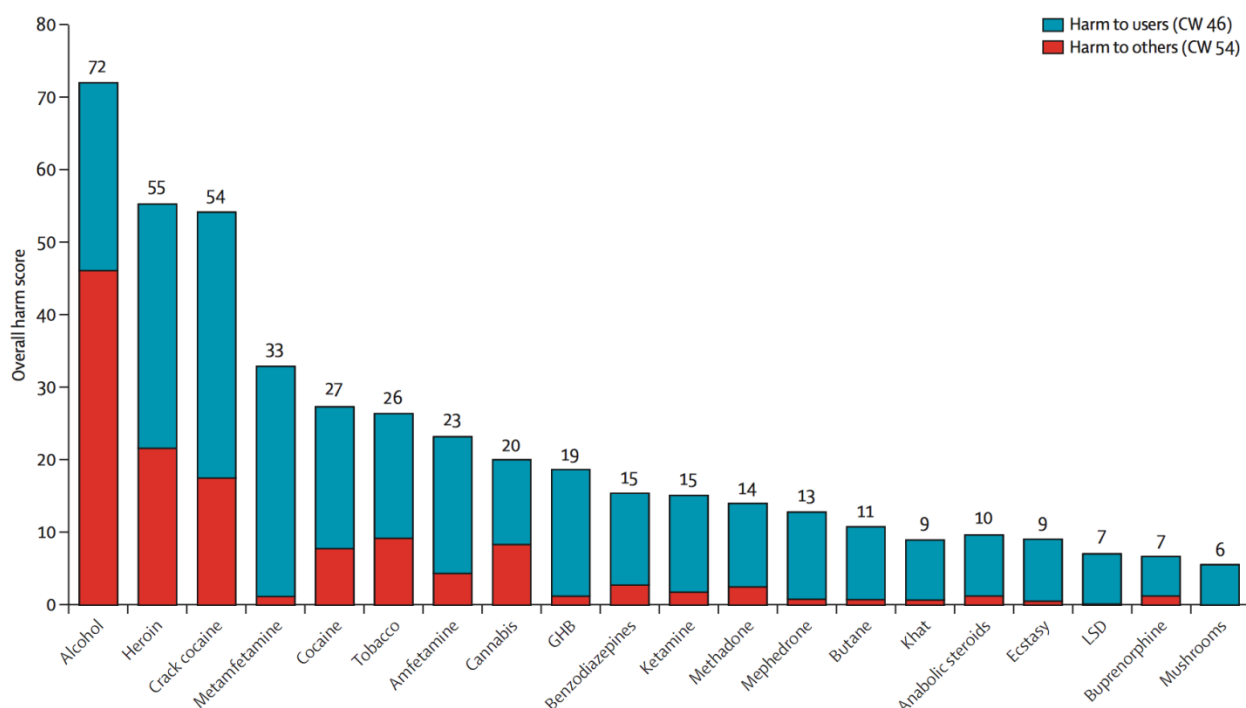
Halucinogeny

„Halucinogeny mají velký vliv na vědomí člověka a způsobují psychické změny, které mohou vést až do stádia toxické psychózy.“ Nejznámějšími drogami spadajícími do této skupiny jsou extáze a LSD. Velmi často jsou látky spadající do této třídy využívány i v lékařství. (zdravi-cz.eu, 2008)

2.2.2 Podle míry rizika

Jedná se asi o nejvíce známé rozdělení, podle něhož se drogy člení na „tvrdé“ a „měkké,“ a to v závislosti na negativních společenských a zdravotních dopadech v důsledku jejich užívání. Látky související s vyšší mírou rizika jsou označovány za drogy „tvrdé,“ naopak látky s nižší mírou rizika označujeme jako drogy „měkké.“ (Mahdaličková, 2014, str. 87)

V návaznosti na tuto problematiku byla dle Nutta a kol. (2010) zpracována studie, seřazující drogy s nejvyšší mírou rizika, až po drogy s nejnižší mírou rizika. To vše v závislosti na tom, jak daná droga poškozuje jejího uživatele i širší okolí. Za zdaleka nejnebezpečnější byl považován alkohol, následován crackem a heroinem, a to zejména kvůli poškozování jednotlivých uživatelů. Šesté místo uzmul tabák, zatímco extáze a LSD byly považovány za nejméně škodlivé. Jak se v této studii umístili i ostatní zkoumané drogy, lze vidět níže.



Obrázek 1. Rozdělení drog podle míry rizika

Zdroj: <http://www.sg.unimaas.nl/OLD/oudelezingen/ddsd.pdf>

3 ALKOHOL

Alkohol, chemicky také označován jako etylalkohol či etanol, je řazen mezi látky s účinkem na lidskou psychiku. Na jedné straně ovlivňuje lidský organismus a tudíž i chování jedince tím, že může vyvolat ospalost, malátnost, změny nálad (agresivita, přecitlivělost, spokojenost), případně zeslabení bolesti. Na druhé straně má alkohol vliv na řešení společenských situací, schopnost společenského uplatnění i sexuální život. (Heller, Pecinovská a kol., 1996, str. 12)

Jedná se o malou molekulu, kterou lze získat procesem kvašení, vaření nebo pálení, a to z široké škály surovin, kterými jsou kupříkladu švestky, jablka, ale i různé obiloviny. Mezi nejčastější a téměř, jedinou „bezpečnou“ formu konzumace alkoholu lze zařadit jeho požití v podobě alkoholických nápojů. (Gřivna a kol., str. 42). Dle zákona číslo 379/2005 Sb. jsou alkoholické nápoje definovány jako víno, pivo, destiláty a ostatní nápoje, které obsahují více jak 0,75 procent objemového alkoholu.

Alkohol je látkou, která se velice rychle vstřebává z trávicího ústrojí a následně přechází hematoencefalickou bránou do mozku. Je dokázáno, že pouze 15,00 % alkoholu je resorbováno přímo ze žaludku, největší část je následně absorbována v tenkém střevě. Po požití je etanol rovnoměrně rozdělen do tělesných tekutin, zejména krevního oběhu, přičemž za prvních 30 – 90 minut je jeho koncentrace v krvi nejvyšší. (tichaposta.eu, 2013)

Lze říci, že největší část ethanolu, je metabolizována v játrech, naopak ledvinami či plícemi je vyloučeno poměrně malé množství této látky. Protože játra považují ethanol za škodlivý, dochází k přeměně ethanolu na acetaldehyt, který je posléze odbourán na acetát, a ten rozložen na oxid uhličitý a vodu. Jestliže se jedná o člověka v dobré zdravotní kondici, klesá metabolizací množství alkoholu v krvi o 0,12 až 0,20 % za hodinu. (labtestsonline.cz, 2010)

„Bezpečná dávka alkoholu pro zdravého dospělého člověka je podle Světové zdravotnické organizace kolem 20 g 100 % lihu za den (16 g pro ženu, 24 g pro muže), což je asi půl litru piva nebo 200 ml vína. (Nešpor, 1995, s. 16)

Ovšem nebezpečí alkoholu tkví právě ve skutečnosti, že každý jedinec má k alkoholu rozdílnou dispozici. Stejně množství alkoholu pak jednomu nezpůsobuje žádné potíže, u druhého však může vyvolat závislost. Přičemž stejnou šanci propadnout alkoholismu má jak vysokoškolsky vzdělaný člověk, tak jedinec se základním vzděláním. (Matějková, 2009, str. 125)

Jak vysoká je hladina alkoholu v krvi jedince, zjišťují odborníci v toxikologických laboratořích čtyřmi možnými způsoby. Prostřednictvím odběru moči do plastové nádoby, dále dechovou zkouškou za pomoci alkohol testru nebo papírkovým testem, kdy dochází k odběru slin na speciální papírek. Pod již zmiňovaný čtvrtý způsob zjištění množství a přítomnosti alkoholu v těle spadá laboratorní odběr krve. (Kalina a kol., 2015, str. 58)

3.1 Akutní intoxikace alkoholem (prostá opilost)

Účinek alkoholu závisí na mnoha individuálních faktorech, jako je tělesná dispozice, věk, psychické rozložení nebo plný žaludek. Nižší dávky alkoholu působí stimulačně, naproti tomu vyšší dávky tlumí. Nejprve tedy dochází k vzestupu nálady, vyšší výřečnosti a růstu sebevědomí, po požití dalšího alkoholu se dostavuje únava, agresivita a spánek. Jestliže jedinec dále zvyšuje hladinu alkoholu v krvi, může upadnout do bezvědomí, v nejhorších případech nastává smrt, většinou zadušením vlastními zvrátky, zpomalením dechového centra, v zimních měsících hrozí i umrznutí. (Hosák a kol., 2015, str. 151)

Intoxikaci lze rozdělit do pěti stádií podle výše hladiny alkoholu v krvi na:

Podnapilost

Hladina alkoholu v krvi se pohybuje do 1 ‰. V této fázi dochází k prodloužení reakčního času, ztrátě pozornosti a menším problémům s motorikou. Řízení vozidla v tomto stavu se stává nebezpečným. (Hosák a kol., 2015, str. 151)

Lehká opilost

Hladina alkoholu se pohybuje od 1 – 1,5 ‰. Alkohol navozuje pocit dobré nálady, projevující se například smíchem. Člověk má v tomto stádiu zrudlý obličej, taktéž je mnohem více hovorný a obecně více uvolněný. Také ztrácí sexuální zábrany a připadá si více přitažlivý. Toto stádium je důvodem, proč člověk inklinuje k alkoholu. (Pavlovský a kol., 2012, str. 59)

Středně těžká opilost

Nastává při 1,5 – 2,5 ‰ alkoholu v krvi. Dochází k výraznému zhoršení motoriky ve smyslu zpomalení pohybů. Slovní projev se stává zmateným, jedinec se často zadržává, opakuje slova nebo dochází k přehádkám. V tomto stádiu začínají být porušovány společenské normy, dále roste sebevědomí a snižuje se kritičnost. Dostavuje se také vyšší agresivita. (infodrogy.estranky.cz, 2016)

Těžká opilost

Objevuje se při hladině nad 2,5 ‰. V této fázi je motorika velice špatná, člověk padá na zem, vrávorá, zvrací, slovní projev je téměř nesrozumitelný. Projevuje se také silná agresivita, zejména u jedinců k ní inklinujícím i v bdělém stavu. Nastává únava, která může vést až ke spánku, objevují se poruchy paměti. (Gřivna a kol., 2014, str. 42)

Intoxikace alkoholem

Alkohol v krvi kolem 3 ‰. Člověk nereaguje na podněty, je pohlouzněn, dochází ke ztrátě vědomí. Dýchání se začíná zpomalovat, může nastat i porucha srdečního rytmu. Smrt nastává zejména zástavou dechu. Nejnebezpečnější je poté alkoholémie nad 5 ‰. Ovšem u mladistvých či osob, které nejsou zvyklé pít, je tato hranice mnohem nižší. (alkoholik.cz, 2015)

Při hodnocení opilosti sehrává důležitou roli i tolerance, která je u každého jedince individuální, proto je i toto členění pouze orientační. Například jedinec s vysokou mírou tolerance se může i u středně těžké až těžké opilosti chovat velice nenápadně. Naproti tomu jedinec, který má míru tolerance nízkou, je poměrně nápadný i u lehké opilosti. (Pavlovský a kol., 2012, str. 59)

3.2 Alkohol a zákon

Jedním z požadavků stanovených zákonem je zákaz prodeje a podávání alkoholických nápojů osobám mladším osmnácti let. V případě, že se dotyčný jedinec jeví prodejci velice mladě, může prodejce požadovat prokázání jeho plnoletosti občanským či jiným platným průkazem. Jestliže tak jedinec neučiní, je prodejce oprávněn odmítnout prodej alkoholického výrobku. (Ganeri, 2001, str. 8)

Zákonem je upraveno i řízení pod vlivem alkoholu. Řidič nesmí před či během jízdy požit alkohol či jinou návykovou látku. Na výzvu policisty či jiného pověřeného orgánu je povinen podrobit se testu, zda není pod vlivem. Jestliže účastník provozu tento orientační test včetně odběru moči či krve odmítne, je tento počín označen za přestupek. Celá záležitost je posléze řešena v přestupkovém řízení. Pokud byl řidič shledán jako nezpůsobilý pro řízení motorového vozidla, může mu být udělena pokuta, nebo je zahájeno trestní stíhání podle dané situace. (Hirt a kol., 2012, str. 131 – 140)

Tabulka 1. Tresty za řízení v opilosti

	Pokuta	Zákaz řízení	Body
Řízení pod vlivem návykové látky	2 500 – 20 000 Kč	6 měsíců – rok	7
V případě odmítnutí podrobit se zjištění	25 000 – 50 000 Kč	1 – 2 roky	7
V případě trestního stíhání pro trestný čin ohrožení pod vlivem návykové látky	Možný peněžitý trest	1 – 10 let	Odnětí svobody na 3 roky

Zdroj: <https://www.alkoholium.cz/alkohol-za-volant-opravdu-nepatri/>

3.3 Vývoj závislosti na alkoholu

Téměř většina z nás se v průběhu svého života dostane do styku s alkoholem. Následně je ale individuálně na každém, zda alkohol odmítne, bude pít pouze výjimečně, nebo bude situace vystupňována a dotyčný se stane alkoholikem. Zhruba jedné desetiny uživatelů působí pití občasně potíže, které se dále nestupňují. Každý pátý člověk alkohol odmítne a 3 – 5 procent populace se stane závislými, ovšem pouze část vyhledá pomoc. O ostatních lze říci, že se v podstatě upíjejí a ničí své základní životní hodnoty. V České republice je kolem 600 – 700 tisíc obyvatel závislých na alkoholu, přičemž poměr mužů a žen je 2:1. (Pecinovská, 2011, str. 14)

Dle kanadského psychiatra Jellineka (1940) je vývoj závislosti rozdělen na několik stádií, kdy první dvě odpovídají abúzu na alkoholu, další dvě již závislosti na alkoholu.

1. stádium: počáteční

Jedinec se navenek svým pitím neliší od ostatních. Pije, neboť se pod vlivem alkoholu cítí mnohem lépe než střizlivý. Jinak řečeno, inklinuje k alkoholu, protože pro něj neexistuje lepší varianta, která by dokázala vyřešit jeho tíživé současné problémy. (v práci, partnerském vztahu a podobně). Častější konzumace alkoholu ovšem vede k růstu dávky potřebné k uspokojení, tedy k růstu tolerance. V tomto stádiu se u jedince neobjevují zřetelné známky opilosti a v pijící společnosti mívá pověst člověka, který „hodně snese a není to na něm vidět.“ Pokud vyhledá pomoc odborníka, s pitím přestane. Jestliže nastane další problém, většinou sahá znovu po alkoholu pro jeho vyřešení. (Pecinovská, 2011, str. 15)

2. stádium: varovné

Je nutná stále vyšší hladina alkoholu v krvi, zřetelná opilost se objevuje jen zřídka. K dosažení žádoucí hladiny musí pít rychleji než ostatní, aby měl tzv. „náskok.“ Bližší okolí již zaznamenává časté a nadměrné pití dotyčného a začíná ho na to upozorňovat. V důsledku toho nezřídka jedinec pije sám, na každou zmínku o pití reaguje velmi citlivě. Kvůli opilostem ho pronásleduje pocit viny, tudíž se snaží kontrolovat účinky alkoholu. Na samé hranici tohoto stádia může docházet i k výpadkům paměti. (člověk neví, co pod vlivem dělal). (Hosák a kol., 2015, str. 155)

3. stádium: rozhodné

V tomto stádiu dochází k tomu, že hladina, kterou jedinec vnímá jako příjemnou, splývá se zřetelnou opilostí. Jedinec již nemá kontrolu nad množstvím požitého alkoholu, dochází ke změně reakce organismu na vypité množství. Postižený své pití omlouvá jak sobě, tak okolí, a vytváří si problémy, které může řešit pitím. Celkově se mění osobnost dotyčného. Tato fáze se vyznačuje také změnou preferencí. Člověk sahá i po levném alkoholu, ve snaze utišit svoji potřebu. Nedbá na svůj zdravotní stav a pod nátlakem okolí dokáže dočasně přestat pít. To ovšem bere jako důkaz toho, že alkohol „umí pít,“ a proto může pokračovat dále. Třetí stádium končí tím, že jedinec je více dnů v týdnu opilý než střízlivý, a přichází poslední stádium. (Hosák a kol., 2015, str. 155)

4. stádium: konečné

Typickým znakem 4. stádia je nepříjemný stav po vystřízlivění, který je jedinec nucen léčit další dávkou alkoholu – ranním pitím. Po ranním pití pokračuje v konzumaci alkoholu dál a dochází tak k tahu, kdy několik dní jedinec nevystřízliví. Z nouze (nedostatek finančních prostředků, nedostupnost dávky) pije i jiné prostředky, které obsahují etanol, například Alpu nebo kolínskou. Klesá tolerance, jedinec k opilosti potřebuje menší dávku alkoholu než předtím. Pacient klade potřebě získat drogu vyšší prioritu než jeho základním životním hodnotám. Bez alkoholu nemůže žít, bohužel ani s ním. Závislý hledá pomoc. Objevují se nejrůznější orgánová poškození a vzniká chronické stádium závislosti na alkoholu. (Pecinovská, 2011, str. 18 – 19)

3.4 Typy závislosti na alkoholu

V současnosti je v českém lékařství alkoholová závislost dělena do pěti skupin podle písmen řecké abecedy.

Typ alfa

Tento typ lidí požívá alkohol většinou v separaci od ostatních jedinců. Pijí, neboť chtějí odstranit špatnou náladu, pocity úzkosti či deprese. Charakteristické jsou taktéž občasné excesy a problémy v chování, vystupování ve společnosti, případně v soukromém životě (vztahy). (Kopecká, 2011, str. 93)

Typ beta

Nadměrní konzumenti alkoholu ve společnosti. Zatím není přítomna závislost na alkoholu, ovšem při dlouhodobé konzumaci dojde k vygradování na závislost typu delta. Charakteristickým rysem je somatické poškození jater nebo nervů. (Raboch, 2012, str. 216)

Typ gama

Začínají se projevovat poruchy kontroly pití. Jedinec se může rozhodnout, zda bude pít, ovšem má velké obtíže přestat. Dochází k postupnému růstu tolerance k alkoholu. Při odnětí alkoholu nastupuje abstinenční syndrom. Již je přítomna jak fyzická, tak psychická závislost. Dochází ke změně osobnosti v podobě neřízených nálad. Pouze problémy v rodině, práci a další, donutí jedince k tomu, aby se alkoholu vzdal. Jedinec preferuje pivo a destiláty. (zavislosti.com, 2016)

Typ delta

Označován taktéž jako románský typ. Závislost je obvykle spojována s životním stylem ve vinařských oblastech, kde není každodenní konzumace alkoholu výjimkou. Jedinec udržuje svou hladinu alkoholu ve stavu, kdy není ani střízlivý ani opilý, tudíž většinou nedochází k sociálním selháním. Problémem začíná být dodržování abstinence, neboť se dostávají abstinenční příznaky jako pocení, nespavost, třes rukou a celkové vnitřní napětí. Roste taktéž denní dávka alkoholu. (Heller, Pecinová a kol., 1996, str. 27)

Typ epsilon

Charakteristická pro jedince, kteří se oddávají pití alkoholu po více měsících ovšem několik dní v kuse. Tento typ se vyskytuje pouze ojediněle, nejčastěji jde o požívání alkoholu po periodické poruše nálady. Tomuto období může předcházet pocit prázdnoty, podrážděnost a další. Výsledkem několikedenního pití je poté silná intoxikace alkoholem. (Kalina a kol., 2015, str. 54)

3.5 Rodina, mládež a alkohol

Na základě dlouhodobého výzkumu alkoholismu dnes nyní můžeme říci, že většina jedinců závislých na alkoholu a problémových pijáků, žije doma se svými rodinami. Tato skutečnost se

následně promítá do situace, která se v rodině odehrává, neboť všichni její členové jsou postiženi důsledky dopadu závislosti některého z rodinných příslušníků. Navíc existuje velmi vysoká pravděpodobnost, že se s alkoholismem v budoucnu bude potýkat i další generace. Například 30,00 % mužů pijáků má za otce alkoholika, v případě žen je toto procento mnohem vyšší. V současné době se objevují také důkazy, že v mnoha případech působí genetická predispozice, a to tam, kde jsou rodiče velice silní alkoholici. V závislosti na tom dochází k situaci, kdy si potomci, kteří nemají s alkoholem problém, vybírají za své životní partnery silné alkoholiky, a tak problém dále pokračuje a postupně se přesouvá z generace na generaci, což ovšem nemusí být pravidlo. (Kvapilík, Svobodová, 1985, str. 39 – 40)

V současné době také roste procento mladistvých požívajících alkohol. Výsledky studií prokázaly, že nejvíce mladistvých občanů požije alkohol v rozmezí mezi patnáctým a osmnáctým rokem. Pouze o malý krůček za nimi jsou náctiletí kolem 11 – 14 let. Proč současná mládež začíná s alkoholem v tak raném věku? Odpověď je snadná, alkohol je cestou, jak udělat dojem na své vrstevníky a zapadnout, nebo jde o snadnou cestu, jak získat nové přátele. V tom nejhorším případě pije současná mládež pouze proto, aby zabila svůj volný čas. To ovšem vede k růstu nelegálního prodeje alkoholu nezletilým. A tak z velké části záleží právě na rodině a obecně dospělých, aby zakročili a mládež navedli tím správným směrem. (wordpress.com, 2012)

3.6 Somatické důsledky alkoholu

Při dlouhodobém užívání alkoholu se mohou dostavit jak psychické, tak somatické následky. Bylo prokázáno, že alkohol nejvíce ze všech orgánů postihuje játra, kde rozlišujeme takzvané ztukovatění a tvrdnutí jater, dále také akutně poškozují srdce. Ztukovatění jater neboli steatóza, je onemocnění, které se většinou neprojevuje klinickými příznaky. Mnohdy je identifikovatelná pouze viditelně zvětšenými játry. Toto onemocnění nevyžaduje akutní léčbu, je ovšem nutné trvale omezit užívání alkoholu a dodržovat správný životní styl. (Dušek, 2015, str. 212)

Naopak cirhóza jater, tedy jejich tvrdnutí, vyžaduje okamžitý zásah. Vyskytuje se téměř vždy u silných pijáků. Výskytem a prohloubením pokročilého zánětu se mění struktura jaterního rámečku a oběhové poměry v játrech se taktéž mění. Špatně proudící žilní krev následně může způsobit přetlak v žilním systému a vést k zvětšení sleziny, rozšíření žil a dalším problémům. Častým důsledkem jaterní cirhózy jsou též poruchy druhotných pohlavních orgánů, případně náhlá smrt způsobená jaterním selháním. (Kvapilík, Svobodová, 1985, str. 121 – 122)

Jak již bylo zmíněno, dalším orgánem, který je nejvíce zasažen nadměrným pitím alkoholu, je srdce. K jeho poškození dochází při otravě alkoholem, kdy příslušný enzym acetaldehyddrogenáza nedokáže dostatečně rychle přeměnit acetaldehyd na konečný oxid uhličitý a vodu, a tím pádem se nahromadí v krvi. To má za následek vyplavení adrenalinových látek ze srdečních zásob, což má vliv na výživu srdečních buněk a nedostatečné prokrvení srdečního svalu. Srdce je následně velmi málo zásobováno kyslíkem, což vede ke snížení výkonnosti srdce případně k jeho selhání, jejímž následkem může být i smrt. (Štejf, 2007, str. 630)

4 TABÁK

Tabák je lilkovitá rostlina zvaná *Nicotiana tabacum*, jejíž sušené a fermentované listy se převážně kouří a ojediněle šňupou či žvýkají. Tabák obsahuje kolem 0,20 – 5,00 % nikotinu, přičemž samotný je v tabákovém kouři přítomný v malých částech dehtu. Nikotin je řazen mezi alkaloidy a samotně užívaný je jedem. Smrtelná dávka odpovídá 20 vykouřeným cigaretám najednou, tedy 50 – 60 mg nikotinu. (Lüllmann, 2007, str. 116; Novák, 2007, str. 136)

Navíc je nikotin v lidském organismu přítomen po krátký časový úsek. A právě díky této skutečnosti prakticky nedochází k otravě, která může zapříčinit i smrt. Poločas rozpadu nikotinu v lidském organismu se pohybuje kolem šedesáti minut, tudíž zhruba šest hodin po užití cigarety, je v našem těle pouhých 0,031 mg nikotinu z původní dávky. (kurakovaplice.cz, 2016)

Asi nejčastějším způsobem aplikace tabáku je bezesporu kouření, jsou ovšem i další cesty, jak tabák užívat, a to žvýkáním či pitím různých odvarů. Přičemž u orální aplikace je mnohem větší riziko požití dávky, která může jedinci způsobit potíže, než u ostatních zmíněných možností. Při kouření je kouř včetně nikotinu vstřebáván buď z plic (cigarety) nebo z dutiny ústní (doutníky) a následně je prostřednictvím spletité sítě cév přepraven přes krevní oběh až do mozku. Vstřebávání kouře z dutiny ústní či nosní má mnohem pomalejší nástup, než v případě absorpce nikotinu z plic, zde je nástup rychlejší a to kolem deseti sekund. Je taktéž ověřeno, že způsob užití tabáku kouřením cigaret má v určitých případech mnohem větší vliv na vznik a rozvoj závislosti, než potřeba nikotinu jako takového. Z těchto důvodů nejsou cigarety běžným spotřebním zbožím, i přes skutečnost, že jsou legálně prodávány osobám starším 18 let. (Kalina a kol., 2008, str. 364)

Dle Machové a Kubátové (2014, str. 64) mají lidé v současnosti k dispozici věrohodné informace o škodlivosti kouření, a i přesto neupustí od svého rizikového chování. Tito jedinci si ovšem neuvědomují, že svým chováním mohou přivodit újmu na zdraví ostatním občanům. Kouření ohrožuje například nekuřáky, kteří setrvávají v místech, kde se kouří. Pobyt v tomto prostředí výrazně zvyšuje pravděpodobnost vzniku rakoviny plic, neboť nekuřák vdechuje z ovzduší stejné kancerogeny, jaké kuřák do ovzduší vydechuje. Toto riziko se zvyšuje přímo úměrně s pobytem nekuřáka v zakouřených prostorách, přičemž existují studie demonstrující fakt, že pasivnímu kouření je vystaveno přibližně 40,00 % dospělé populace nekuřáků. (Žaloudík, 2008, str. 39)

4.1 Účinky a odbourání nikotinu z organismu

Účinky nikotinu závisí na tělesných proporcích jedince, jeho rozpoložení a dalších faktorech. Obecně nikotin způsobuje zvýšení pozornosti, zkrácení reakční doby, zlepšení psychické výkonnosti, má taktéž euforizující účinek a tlumí psychickou tenzi. Ze zdravotního hlediska může nikotin zapříčinit zvýšení tepové frekvence či tlaku, zrychlit dýchání, vysušit sliznici a další. V neposlední řadě způsobuje nechutenství, při požití vyšší dávky vede k pocitu úzkosti, neklidu či nespavosti. V případě předávkování může dojít k poruše srdečního rytmu, svalovým křečím případně břišní kolice. Jen ojediněle jedinec zemře na zástavu srdce či útlum mozkového centra. (Hosák, 2015, str. 172)

Existuje několik způsobů, kterými se tělo zbavuje nikotinu. Pouze 10,00 – 15,00 % je odváděno z organismu v neměnné formě. Dalších zhruba 70,00 % je v těle kuřáka transformováno na kotinin. Tato transformace probíhá za pomoci jater a enzymů v nich obsažených, případně prostřednictvím plic, které jej dále rozloží na oxid nikotinový. Další způsob vyloučení nikotinu z krve je přes ledviny a močový aparát. (Ganeri, 2001, str. 29 – 31)

4.2 Závislost na nikotinu

Jednou z nejrozšířenějších závislostí v České republice je právě závislost na tabáku (nikotinu), označována též za chronické, recidivní a smrtící onemocnění, které má ze všech závislostí značný podíl na mortalitě. Závislost na nikotinu nutí kuřáka setrvávat ve stálém stavu i přes znalost zdravotních následků. Při dlouhodobém užívání tabákových produktů se začne projevovat závislost na nikotinu, která je označována jako fyzická. Naproti tomu je možné taktéž rozlišovat psychickou závislost, což je stav, kdy člověk kouří pouze kvůli zaběhnutým rituálům, jako je cigareta ke kávě či při posezení s přáteli a obdobné situace. U většiny kuřáků jde o psychickou závislost, jen malé procento jedinců je skutečně fyzicky závislých na nikotinu. Ovšem oprostít se od psychické závislosti je obvykle mnohem těžší. (cepsr.cz, 2015)

4.3 Vliv kouření na zdraví

Za nejzávažnější dopad kouření na zdraví jedince lze považovat možnost výskytu rakoviny kdekoliv v oblasti dýchacího ústrojí. V rámci studií tabákového kouře byl prokázán výskyt kolem šedesáti látek, které mají karcinogenní účinky. Tyto látky mohou být zastoupeny buď přímo v tabákové směsi, nebo vznikají přímo při kouření. Mezi nejčastější druhy rakoviny, které

kouření může způsobit, poté řadíme rakovinu plic, hrtanu, ledvin a krku. (Müllerová, 2014, str. 119)

Následkem kouření mohou být také choroby, kde je prokázán podíl volných radikálů, což jsou například kardiovaskulární onemocnění či poruchy erekce. Dalším důsledkem kouření jsou nádorová a respirační onemocnění. (Müllerová, 2014, str. 119)

Existují i další poruchy či onemocnění, na jejichž vzniku nebo zhoršení se může jak aktivní, tak bohužel i pasivní kouření podílet. Tyto nemoci ke vši smůle postihují velkou část z lidských orgánů. Například podle mnohých výzkumů bývají naši kuřáčtí občané mnohem častěji nemocní než nekuřácká populace. Výskyt virových onemocnění bývá u kuřáků až o 1/3 vyšší. Níže lze vidět výčet ostatních nemocí, postihujících aktivní kuřáky:

- zhoršené hojení ran
- snížená plodnost žen
- zhoršení hojení ran
- cukrovka
- slepota. (blog.forbio.cz)

5 METODIKA PRÁCE

V praktické části jsem vycházela ze zjištěných výsledků výzkumu, jehož cílem bylo zmapovat aktuální situaci v požívání alkoholu a kouření cigaret u žáků základních a středních škol v Třebíči.

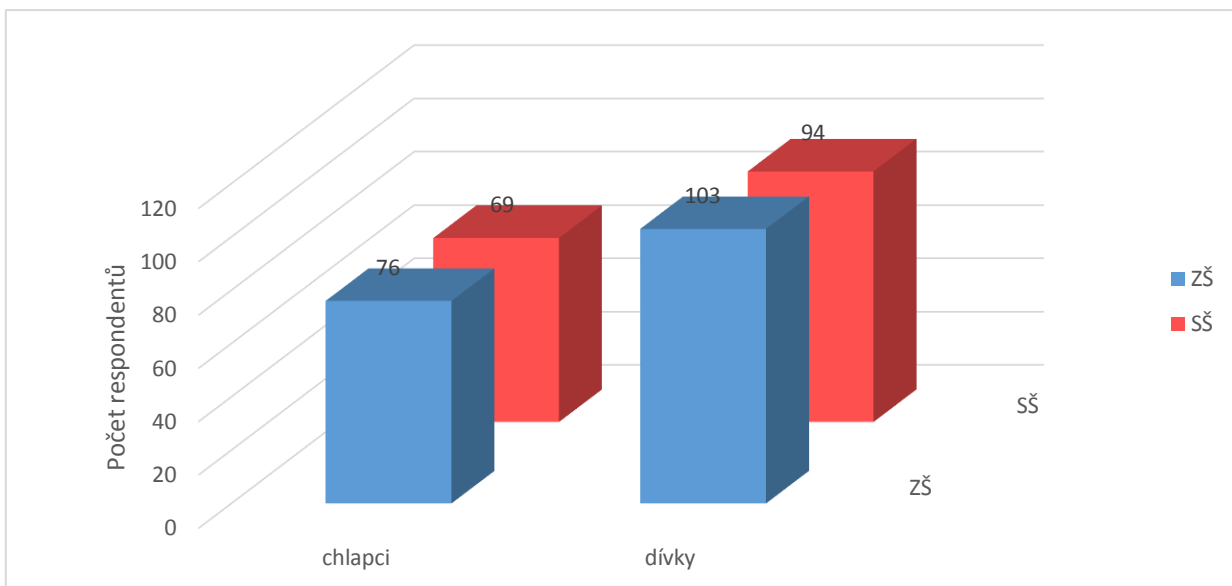
Výzkum k získání potřebných informací jsem uskutečnila formou dotazníku. Za tímto účelem jsem oslovila ředitele ZŠ Benešova, ředitele ZŠ Na Kopcích a ředitelku SŠ Obchodní akademie a Hotelové školy v Třebíči a požádala jsem je o možnost uskutečnit výzkum na jejich školách. Dvě základní a střední školy jsem zvolila z důvodu větší objektivity, záměrem je však porovnání základních a středních škol, proto dále respondenti nejsou rozdělení dle školy, kterou navštěvují.

Díky vstřícnosti zmíněných pedagogů dotazník vyplnilo 179 žáků 6. – 9. ročníku základních škol a 163 studentů 1. – 4. ročníku středních škol. Celkem se tedy výzkumu zúčastnilo 342 žáků a studentů. Vyplňování dotazníku probíhalo v únoru roku 2016 v rámci výuky občanské výchovy. Pro zajištění objektivity výzkumu probíhalo vyplňování dotazníků anonymně.

Dotazník se skládal ze 17 otázek a byl rozdělen do čtyř částí. První část zjišťuje obecné informace o respondentech, druhá část se zabývá zkušenostmi s alkoholem (otázka č. 1 – 7), třetí část zkušenostmi s kouřením cigaret (otázka č. 8 – 13) a ve čtvrté části bylo zjišťováno, zda jsou respondenti dostatečně informováni o problematice konzumace alkoholu a kouření a zda je snadná dostupnost k těmto návykovým látkám pro nezletilé (otázka č. 14 – 17).

5.1 Charakteristika šetřeného vzorku respondentů

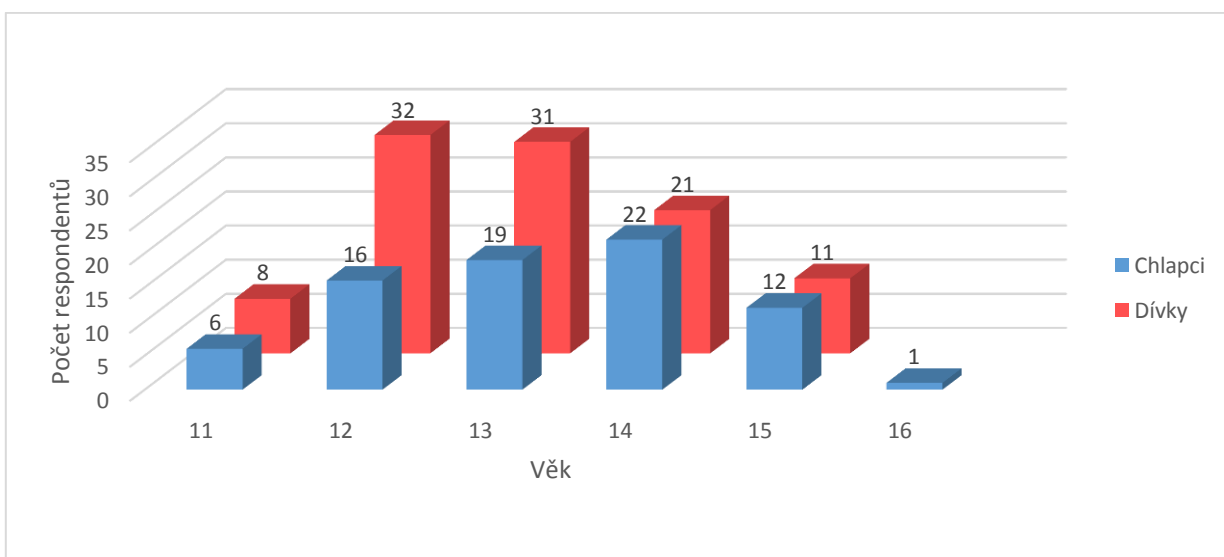
Graf níže znázorňuje celkové zastoupení chlapců a dívek, kteří se zúčastnili dotazníkového šetření. Dotazník vyplnilo 145 chlapců, z toho 76 ze základní školy a 69 ze střední školy, a 197 dívek, 103 ze základní školy a 94 ze střední školy.



Graf 1. Celkové zastoupení respondentů

Zdroj: vlastní výzkum

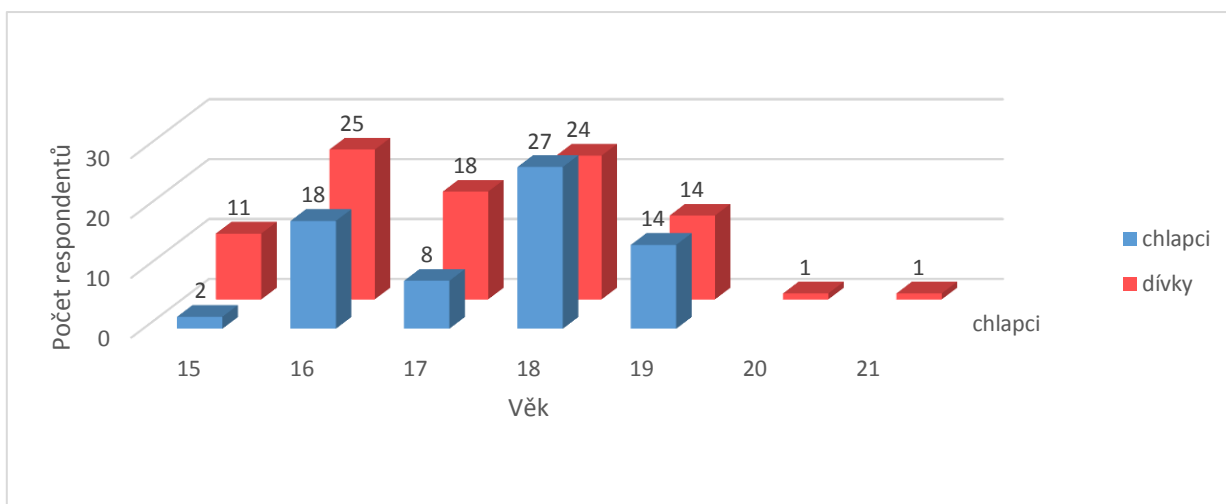
Celkem navštěvuje základní školy 76 chlapců z toho 6 jedenáctiletých, 16 dvanáctiletých, 19 třináctiletých, 22 čtrnáctiletých, 12 patnáctiletých a 1 šestnáctiletý. Z celkového počtu 103 dívek, které navštěvují základní školy, je 8 jedenáctiletých, 32 dvanáctiletých, 31 třináctiletých, 21 čtrnáctiletých a 11 patnáctiletých.



Graf 2. Zastoupení respondentů ZŠ podle věku

Zdroj: vlastní výzkum

Střední školy navštěvuje 69 chlapců, z toho 2 patnáctiletí, 18 šestnáctiletých, 8 sedmnáctiletých, 27 osmnáctiletých a 14 devatenáctiletých. Z celkového počtu 94 dívek, které navštěvují střední školy, je 11 patnáctiletých, 25 šestnáctiletých, 18 sedmnáctiletých, 24 osmnáctiletých, 14 devatenáctiletých, 1 dvacetiletá a 1 jednatřicetiletá.



Graf 3. Zastoupení respondentů SŠ podle věku

Zdroj: vlastní výzkum

6 VÝSLEDKY DOTAZNÍKOVÉHO ŠETŘENÍ

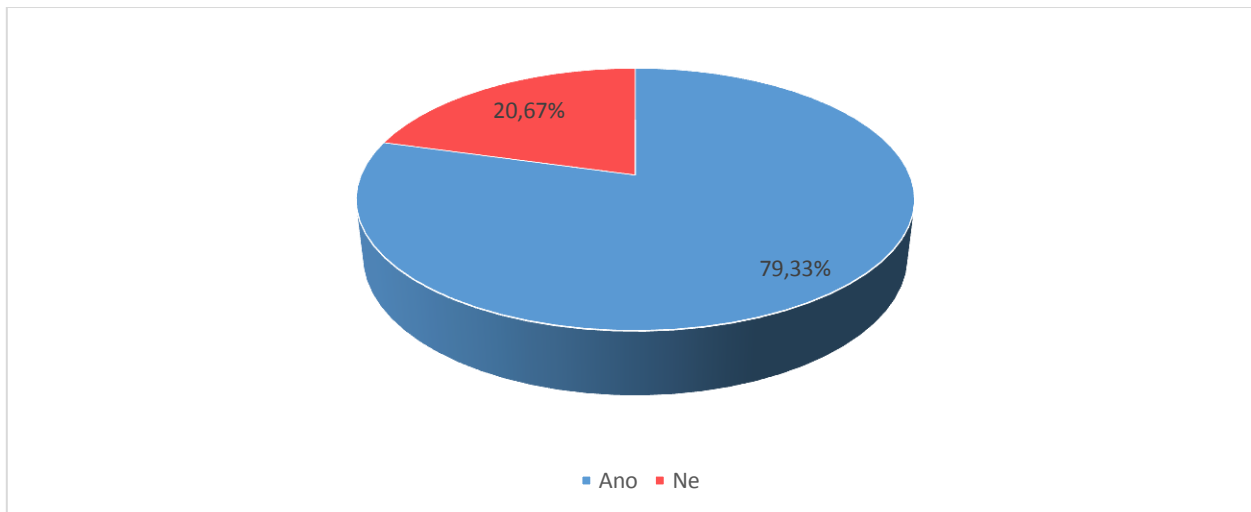
Závěrečná část se zabývá vyhodnocením provedeného dotazníkového šetření a jeho rozbořem.

6.1 Výsledky z části týkající se konzumace alkoholu

Prvním faktorem, který může mít vliv na konzumaci alkoholu respondentů, je vliv rodičů a prostředí, ve kterém vyrůstají. Z tohoto důvodu bylo zjišťováno, zda rodiče respondentů konzumují alkohol či nikoliv.

Na otázku: Konzumuje alespoň jeden z tvých rodičů alkohol?

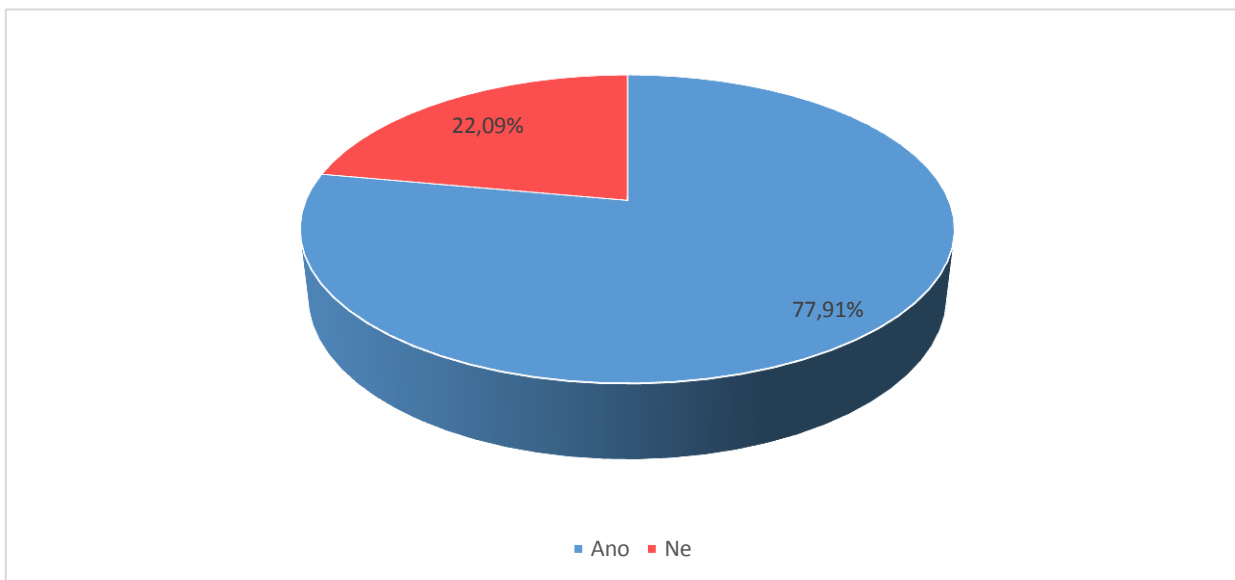
Uvedlo 142 žáků základních škol odpověď Ano a 37 žáků zvolilo odpověď Ne.



Graf 4. Konzumace alkoholu u rodičů respondentů ze ZŠ

Zdroj: vlastní výzkum

Na středních školách odpovídali studenti a studentky následovně: odpověď Ano zvolilo 127 respondentů a odpověď Ne uvedlo 36 respondentů.



Graf 5. Konzumace alkoholu u rodičů respondentů ze SŠ

Zdroj: vlastní výzkum

Po porovnání obou grafů je zřejmý pouze nepatrný rozdíl mezi odpověďmi respondentů základních a středních škol.

Otázka č. 1: Máš zkušenost s pitím alkoholu? Pokud ano, v kolika letech si poprvé požil/a alkohol?

Na 1. otázku odpovědělo Ano 133 žáků a žaček základních škol a 160 studentů a studentek ze středních škol. Ne odpovělo 29 dívek a 17 chlapců ze základních škol, 2 dívky a 1 chlapec ze škol středních. Z tohoto výsledku můžeme usoudit, že do střední školy má téměř každý nějakou zkušenost s alkoholem.

Na otázku v kolika letech si poprvé požil/a alkohol? Dívky ze základních škol v průměru uvedly věk 10 let, chlapci ze základních škol uváděli 11 let. Dívky ze středních škol uvedly 11 let a chlapci ze středních 10 let. Rozdíl mezi odpověďmi je nepatrný.

Otázka č. 2: Poprvé jsi pil/a alkohol?

Záměrem této otázky bylo zjistit, s kým respondenti poprvé okusili alkohol. Z tabulky můžeme vyčíst, že na základní škole poprvé konzumovalo alkohol 72,93 % žáků a žaček s rodiči, zatímco studenti a studentky středních škol uvedli možnost A – s rodiči pouze v 31,88 %. Nejméně preferované odpovědi byly C – sám/sama a D – s prarodiči tuto možnost zvolilo pouze 8 a 9 žáků a žaček. Na středních školách byly varianty C a D označeny v obdobném počtu jako na základní škole.

Z tohoto výsledku můžeme usoudit, že vzhledem k tomu, že první kontakt s alkoholem měli respondenti cca v 10 – 11 letech, v dřívější době respondenti ochutnávali alkohol s kamarády, v době dnešní jsou rodiči mnohem více benevolentní a sami svým dětem dovolí pít alkohol.

Tabulka 2. S kým si poprvé pil/a alkohol?

	základní školy			střední školy		
	dívky	chlapci	celkem	dívky	chlapci	celkem
s rodiči	57	40	97	36	15	51
s kamarády	11	8	19	51	40	91
sám/sama	3	5	8	-	9	9
s prarodiči	3	6	9	5	4	9

Zdroj: vlastní výzkum

Otázka č. 3: Z jakého důvodu jsi poprvé pil/a alkohol?

K ochutnání alkoholu vedla nejvíce respondentů zvědavost. Na základních školách uvedlo zvědavost jako důvod ke konzumaci alkoholu 87,22 % žáků a žaček, na středních školách 48,75 % studentů a studentek. Pod vlivem kamarádů poprvé pilo pouze 3,76 % respondentů ze základních škol. Středoškoláci poprvé konzumovali alkohol s kamarády mnohem častěji, tuto variantu zvolilo 35,00 % tázaných. Z nudy alkohol nepil nikdo ze základních škol, ale středoškolští chlapci uvedli nudu jako důvod konzumace v 4,38 % případů. Osobní problémy také nikoho z žáků a žaček ze základních škol nedonutily sáhnout po alkoholu, na střední škole řešily své problémy požitím alkoholu tři dívky (1,88 %). Možnost E – jiný důvod označilo 9,00 % žáků a žaček ze základních škol a 10,00 % dívek ze středních škol. Ze středních tuto možnost

nezvolil žádný chlapec. Jako jiný důvod nejčastěji respondenti uváděli přípitek, někdo z rodiny jim nabídl alkohol nebo alkohol ochutnali omylem.

Tabulka 3. Z jakého důvodu jsi poprvé pil/a alkohol?

	základní školy			střední školy		
	dívky	chlapci	celkem	dívky	chlapci	celkem
ze zvědavosti	64	52	116	44	34	78
pili kamarádi	3	2	5	29	27	56
z nudy	-	-	0	-	7	7
jako únik od problémů	-	-	0	3	-	3
z jiného důvodu	7	5	12	16	-	16

Zdroj: vlastní výzkum

Otázka č. 4: Proč konzumuješ alkohol?

Na otázky 4 – 6 odpovědělo 94 respondentů (70,68 %) ze ZŠ a 134 (83,75 %) respondentů ze SŠ. Je to z důvodu, že ostatní respondenti alkohol pouze okusili a dále nepokračovali v jeho konzumaci.

Většina respondentů alkohol pije, protože jim chutná. Na základních školách tuto možnost zvolilo 43,62 % žáků a žaček, na středních školách 53,00 % studentů a studentek. Důvodem k pití alkoholu je pro 8,51 % dotazovaných ze základních škol a 21,64 % dotazovaných ze středních škol, že alkohol pijí kamarádi, proto oni také. Sebevědomí alkohol dodává dvěma respondentům ze základních škol (2,13 %) a osmi respondentů ze škol středních (5,97 %). Jako únik od problémů pomáhá třem žačkám ze základních škol (3,19 %) a třem studentkám ze středních škol (2,24 %). Jiný důvod uvedlo 42,55 % žáků a žaček ze základních škol a 17,16 % středoškoláků. Specifikovat důvod však nedokázali, respondenti uváděli jako důvod „jen tak“ nebo nenapsali nic.

Tabulka 4. Proč konzumuješ alkohol?

	základní školy			střední školy		
	dívky	chlapci	celkem	dívky	chlapci	celkem
chutná mi	17	24	41	39	32	71
protože pijí kamarádi	2	6	8	13	16	29
dodává mi sebevědomí	1	1	2	7	1	8
pomáhá mi jako únik od problémů	3	-	3	3	-	3
z jiného důvodu	22	18	40	21	2	23

Zdroj: vlastní výzkum

Otázka č. 5: Jaký alkohol převážně konzumuješ?

Zatímco na základních školách pije většina respondentů pouze pivo (39,36 %), na středních školách již studentky a studenti holdují všem druhům alkoholu a to v 41,79 %. Pouze pivo konzumuje na středních školách 14,93 % dotazovaných. Pouze víno popíjí 13,83 % respondentů ze základních škol a 18,66 % studentů a studentek se škol středních. Ze středních pije stejné procento pivo i víno, na základních školách označilo možnost pivo i víno 25,53 %. Jenom tvrdý alkohol si dá 5,32 % respondentů ze základních škol a 5,97 % respondentů ze středních škol. Pivo, víno i tvrdý alkohol konzumuje 15,96 % dotazovaných ze základních škol.

Tabulka 5. Jaký alkohol převážně konzumuješ?

	základní školy			střední školy		
	dívky	chlapci	celkem	dívky	chlapci	celkem
pouze pivo	14	23	37	4	16	20
pouze víno	7	6	13	23	2	25
pivo a víno	13	11	24	17	8	25
pouze tvrdý alkohol	2	3	5	7	1	8
pivo, víno i tvrdý alkohol	9	6	15	32	24	56

Zdroj: vlastní výzkum

Otázka č. 6: Jak často piješ alkohol?

Alkohol respondenti nejčastěji konzumují průměrně 1 × měsíčně, u žáků a žaček ze základních škol tuto možnost zvolila nadpoloviční většina 62,77 %, na středních 40,30 % studentů a studentek. 2 × až 3 × měsíčně alkohol pije 24,47 % tázaných ze základních škol a 35,07 % středoškoláků. 1 × týdně si alkohol dá 14,89 % respondentů ze základních škol a 17,91 % dotazovaných ze středních škol. Vícekrát než 1 × týdně alkoholu neholduje nikdo ze základních škol a pouze 6,72 %.

Tabulka 6. Jak často piješ alkohol?

	základní školy			střední školy		
	dívky	chlapci	celkem	dívky	chlapci	celkem
1 × měsíčně	26	33	59	35	19	54
2 × až 3 × měsíčně	16	7	23	32	15	47
1 × týdně	5	9	14	12	12	24
vícekrát než 1 × týdně	-	-	0	4	5	9

Zdroj: vlastní výzkum

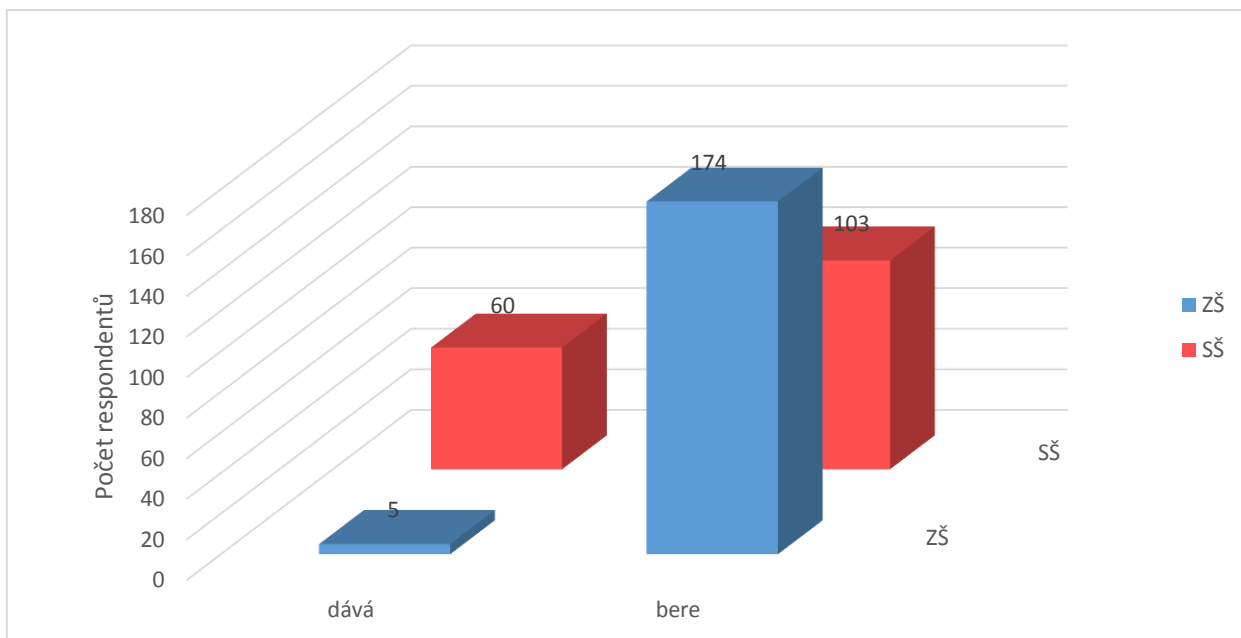
Otázka č. 7: Myslíš si, že alkohol více dává nebo bere?

Na tuto otázku odpovídali všichni respondenti bez ohledu na to, zda pijí alkohol či nikoliv.

Respondenti ze základních škol mají na tuto otázku jednoznačnou odpověď, že alkohol více bere, než dává. Tuto možnost zvolilo 97,21 % žáků a žaček. Na střední škole odpověď na tuto otázku není tak jednoznačná. Že alkohol více bere si myslí 63,19 % středoškoláků, opačný názor má 36,81 % středoškoláků.

Blíže svůj výběr z možností specifikovali žáci a žákyně ze základních škol následovně. Že alkohol více dává si myslí pět respondentů, dva z nich uvedli, že alkohol dává zábavu, tři uvedli, že neví. Že alkohol více bere si myslí 174 respondentů. Jako specifikaci jejich volby uváděli nejčastěji zdraví (77 respondentů), druhá nejčastější odpověď byla, že alkohol bere peníze (36 respondentů). Sedmnáct respondentů si myslí, že alkohol narušuje vztahy s blízkými, šestnáct dotazovaných se domnívá, že bere sebekontrolu, třináct dotazovaných ví, že alkohol škodí, ale nevědí jak. Čtyři respondenti uvedli, že nás konzumace alkoholu obírá o čas a dva respondenti si myslí, že způsobuje agresí.

Na střední škole si 60 respondentů myslí, že alkohol více dává. Jako specifikaci uváděli: zábavu (31 respondentů), zážitky (3 respondenti), odbourává zábrany (6 respondentů), nevím (13 respondentů). Sebevědomí alkohol dodává šesti respondentům a jeden dokonce uvedl, že mu alkohol dává smysl života. Že alkohol více bere, se domnívá 103 respondentů. Stejně jako na základní škole nejvíce středoškoláků uvedlo, že alkohol ničí zdraví (39 respondentů). Dvacet sedm respondentů neví, jakým způsobem alkohol škodí, šest respondentů si myslí, že narušuje vztahy s blízkými, jedenáct tázaných se domnívá, že alkohol bere sebekontrolu, osmnáct tázaných uvedlo, že nás alkohol stojí zbytečné peníze, a dva respondenti si myslí, že pití alkoholu je ztráta času.



Graf 6. Myslíš si, že alkohol více dává nebo bere?

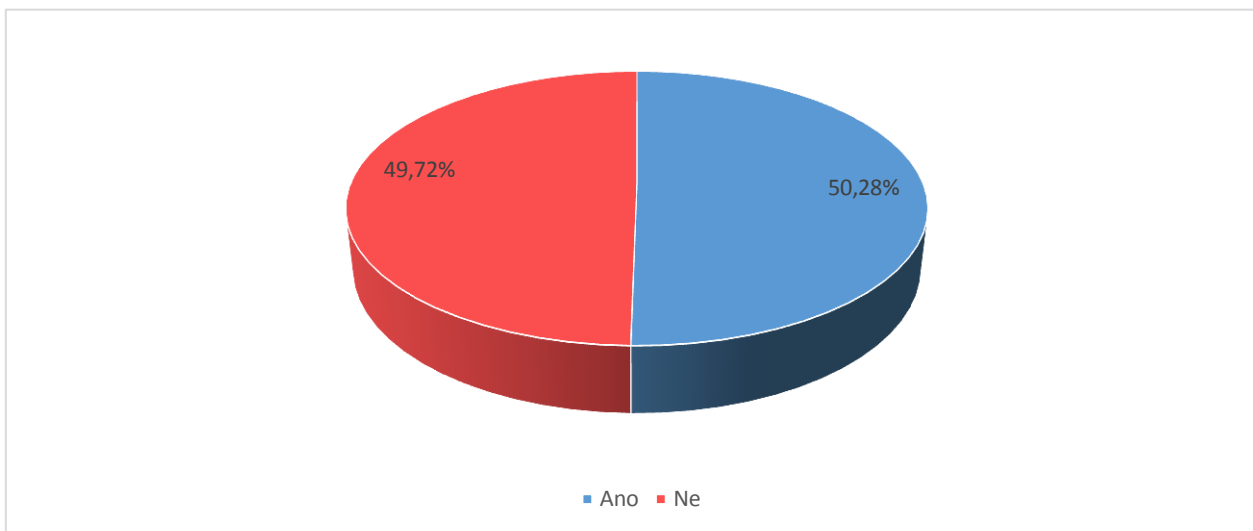
Zdroj: vlastní výzkum

6.2 Výsledky z části týkající se kouření cigaret

Prvním faktorem, který může mít vliv na kouření respondentů, je vliv rodičů a prostředí, ve kterém vyrůstají. Z tohoto důvodu bylo zjišťováno, zda rodiče respondentů kouří cigarety či nikoliv.

Na otázku: Je alespoň jeden z tvých rodičů kuřák?

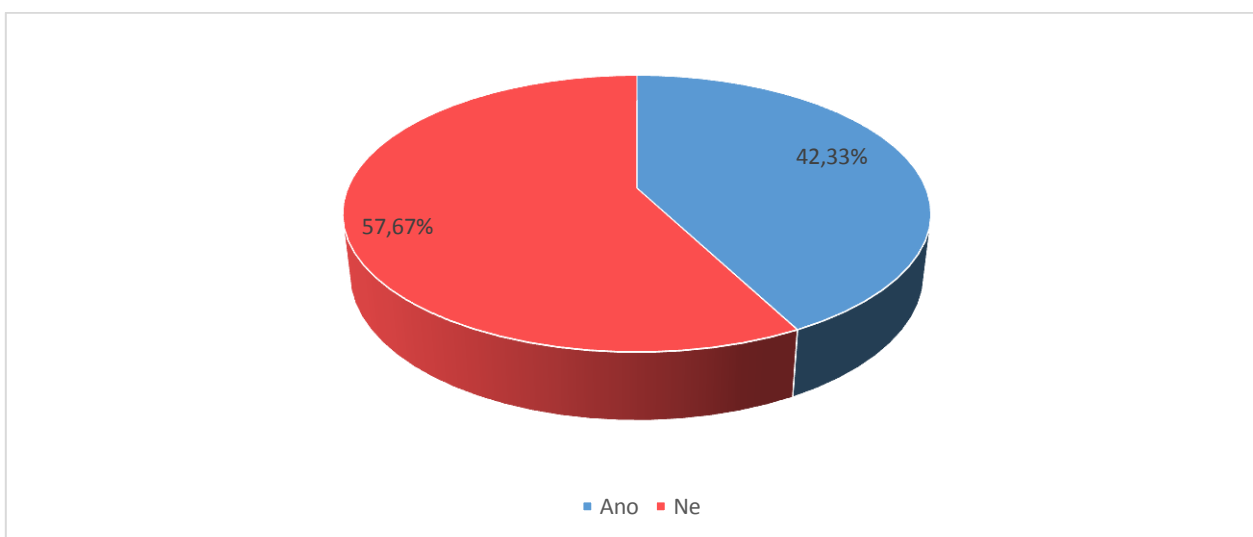
Uvedlo 90 žáků základních škol odpověď Ano a 89 žáků zvolilo odpověď Ne.



Graf 7. Kouření cigaret u rodičů respondentů ze ZŠ

Zdroj: vlastní výzkum

Na středních školách odpovídali studenti a studentky následovně: odpověď Ano zvolilo 69 respondentů a odpověď Ne uvedlo 94 respondentů.



Graf 8. Kouření cigaret u rodičů respondentů ze SŠ

Zdroj: vlastní výzkum

Otázka č. 8: Máš zkušenosti s kouřením cigaret? Pokud ano, v kolika letech si vykouřil/a první cigaretu?

Na 8. otázku odpovědělo Ano 65 žáků a žaček základních škol a 103 studentů a studentek ze středních škol. Ne odpovědělo 69 dívek a 45 chlapců ze základních škol, 36 dívek a 24 chlapců ze škol středních.

Na otázku v kolika letech si vykouřil/a první cigaretu? Dívky ze základních škol v průměru uvedly věk 13 let, chlapci ze základních škol uváděli 11 let. Dívky ze středních škol uvedly stejně jako dívky ze základních škol 13 let a chlapci ze středních škol vykouřili první cigaretu ve 12, tedy průměrně o rok později než chlapci ze škol základních.

Otázka č. 9: Poprvé jsi kouřil/a cigarety?

U této otázky byla nejpreferovanější odpověď B – s kamarády, označilo ji 80,00 % žáků a žaček ze základních škol a 81,55 % studentů a studentek ze škol středních. Z tohoto vyplývá, že ke kouření cigaret nejsou rodiče zdaleka tak benevolentní jako k pití alkoholu. První cigaretu rodiče svým dětem nabídli v 15,38 % na základních školách a 9,71 % na středních školách. Tento výsledek může ovlivnit i fakt, že celkový počet rodin, ve kterých minimálně jeden s rodičů kouří nepřesáhl 51,00 %.

Tabulka 7. Poprvé jsi kouřil/a cigarety?

	základní školy			střední školy		
	dívky	chlapci	celkem	dívky	chlapci	celkem
s rodiči	5	5	10	6	4	10
s kamarády	29	23	52	50	34	84
sám/sama	-	3	3	2	7	9
s prarodiči	-	-	0	-	-	0

Zdroj: vlastní výzkum

Otázka č. 10: Z jakého důvodu jsi poprvé kouřil/a cigarety?

Tato otázka sloužila ke zjištění důvodu, co respondenty vedlo k zapálení si cigarety. U nadpoloviční většiny to byla zvědavost stejně jako u konzumace alkoholu. Tuto možnost

zvolilo 69,23 % žáků a žaček základních škol a 60,19 % studentů a studentek ze středních škol. Druhým nejčastějším důvodem bylo, že kouřili kamarádi, a to tázané přimělo zapálit si cigaretu také. Bylo tomu tak ve 23,08 % na základních školách a ve 20,39 % na školách středních. Stresující situace donutily ke kouření pouze 3 respondenty ze základních škol (4, 62 %) a 13 respondentů ze středních škol (12,62 %) s tím, že dívky podléhají stresu podstatně více než chlapci a to hlavně na středních školách, kde jich kouřilo cigarety pod vlivem stresových situací více a to v poměru 10:3. Z nudy se uchýlili ke kouření pouze dva respondenti, jeden chlapec ze základních škol a jedna dívka ze středních škol. Jiný důvod uvedla jedna dívka ze základních škol (1,54 %) a šest chlapců ze středních škol (5,83 %). Důvod specifikovat nedokázali.

Tabulka 8. Z jakého důvodu jsi poprvé kouřil/a cigarety?

	základní školy			střední školy		
	dívky	chlapci	celkem	dívky	chlapci	celkem
ze zvědavosti	23	22	45	35	27	62
kouřili kamarádi	8	7	15	12	9	21
z nudy	-	1	1	1	-	1
byl/byla jsem ve stresu	2	1	3	10	3	13
z jiného důvodu	1	-	1	-	6	6

Zdroj: vlastní výzkum

Otázka č. 11: Proč kouříš cigarety?

Na otázky 11 – 13 odpovědělo 42 respondentů ze ZŠ a 69 respondentů ze SŠ ostatní respondenti dále nekouří. Cigaretu okusilo a v kouření nadále pokračovalo 64,62 % žáků a žaček a 66,99 % studentů a studentek.

Cigarety kouří 30,95 % žáků a žaček ze základních škol a 43,48 % studentů a studentek ze středních škol, protože jim chutnají. Kamarádi stahují ke kouření 4,76 % respondentů ze základních škol a 11,59 % respondentů ze středních škol. Dospělejší si s cigaretou připadá 4,76 % žáků a žaček ze základních škol a 2,90 % chlapců ze středních škol. Stres zahání

kouřením 19,05 % dívek ze základních škol a 24,64 % studentů a studentek ze středních škol. Jiný důvod vede ke kouření cigaret 40,48 % a 17,39 %. Stejně jako u konzumace alkoholu důvod, proč respondenti kouří, uvedli, kouřím „jen tak“ nebo důvod nespecifikovali vůbec.

Tabulka 9. Proč kouříš cigarety?

	základní školy			střední školy		
	dívky	chlapci	celkem	dívky	chlapci	celkem
chutnají mi	7	6	13	21	9	30
protože kouří kamarádi	1	1	2	3	5	8
připadám si dospělejší	1	1	2	-	2	2
kouřením zaháním stres	8	-	8	11	6	17
z jiného důvodu	6	11	17	7	5	12

Zdroj: vlastní výzkum

Otázka č. 12: Kolik cigaret denně vykouříš?

Ze 42 respondentů ze základních škol kouří 71,43 % maximálně dvě cigarety denně, pouze jedna dívka uvedla že kouří 5 a více cigaret denně. Na středních školách z 69 respondentů kouří většina také maximálně dvě cigarety denně. Tuto možnost zvolilo 44,93 % dotazovaných. Pět a více cigaret denně vykouří 23,19 % respondentů.

Tabulka 10. Kolik cigaret denně vykouříš?

	základní školy			střední školy		
	dívky	chlapci	celkem	dívky	chlapci	celkem
0 – 2	19	11	30	18	13	31
3 – 4	3	8	11	13	9	22
5 a více	1	-	1	11	5	16

Zdroj: vlastní výzkum

Otázka č. 13: Co by mohlo ovlivnit tvoje rozhodnutí nekouřit?

Z důvodů, které by přiměli respondenty přestat kouřit, je na základní škole strach z onemocnění tím nejpreferovanějším. Důsledků dopadu kouření na zdraví dotazovaných se bojí 66,67 % žáků a žaček ze základních škol. Na středních školách mají studenti a studentky strach z onemocnění v 36,23 %, stejné procento respondentů by bylo ochotno přestat kouřit kvůli zvýšení ceny cigaret. Na základních školách cena cigaret ovlivní pouze 19,05 % tázaných. Reklama ovlivní pouze jednoho chlapce ze základních škol, na středních školách nepřiměje přestat kouřit nikoho ze studentů a studentek. Zatímco reklamy nechávají téměř všechny klidnými, možná ztráta partnera by přiměla skoncovat s cigaretami 5 respondentů ze základních škol (11,90 %) a 19 respondentů ze středních škol (27,54 %).

Tabulka 11. Co by mohlo ovlivnit tvoje rozhodnutí nekouřit?

	základní školy			střední školy		
	dívky	chlapci	celkem	dívky	chlapci	celkem
cena cigaret	3	5	8	15	10	25
důsledky na zdraví a strach z onemocnění	19	9	28	18	7	25
reklama	-	1	1	-	-	0
ztráta partnera	1	4	5	9	10	19

Zdroj: vlastní výzkum

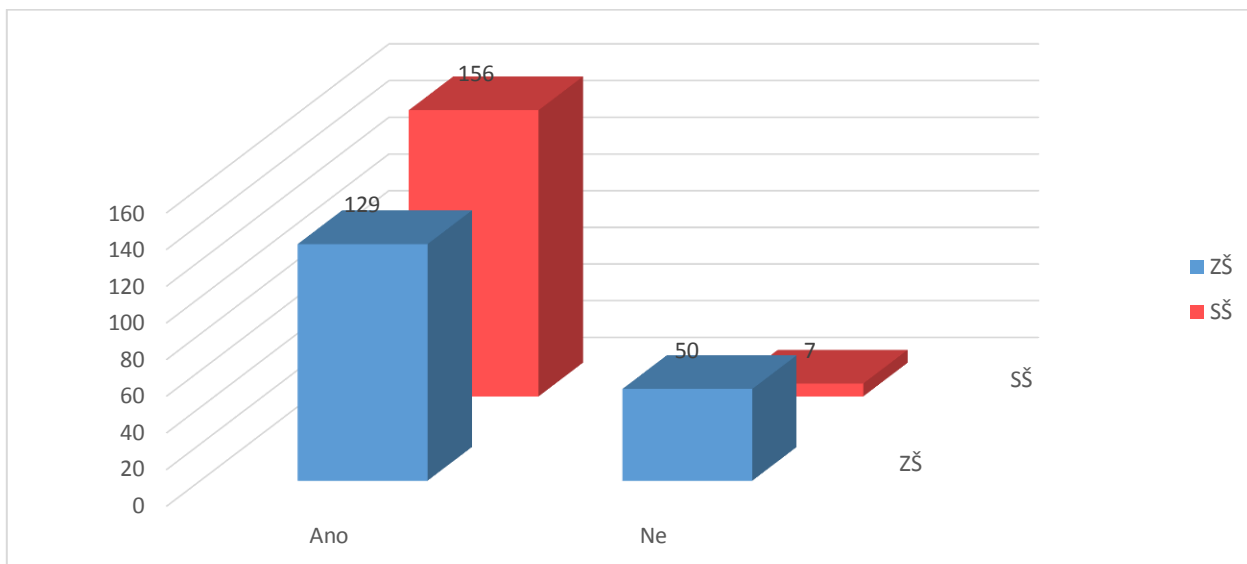
6.3 Výsledky z části týkající se informovanosti respondentů

Na tyto otázky odpovídali všichni respondenti, nehlédě na to, zda kouří, pije alkohol či nikoliv. Získané odpovědi jsou od 179 žáků 6. – 9. ročníku základních škol a 163 studentů 1. – 4. ročníku středních škol.

Otázka č. 14: Myslíš si, že jsou alkohol a cigarety pro nezletilé snadno dostupné?

Jestli jsou cigarety a alkohol pro nezletilé snadno dostupné, odpověděli respondenti téměř jednoznačně, že ano. Že si nezletilí mohou celkem snadno zakoupit tyto návykové látky, si myslí

72,07 % žáků a žaček ze základních škol a 95,71 % studentů a studentek ze středních škol. Možnost Ne označilo 27,93 % respondentů ze základních škol a pouze 4,30 % dotazovaných ze středních škol.



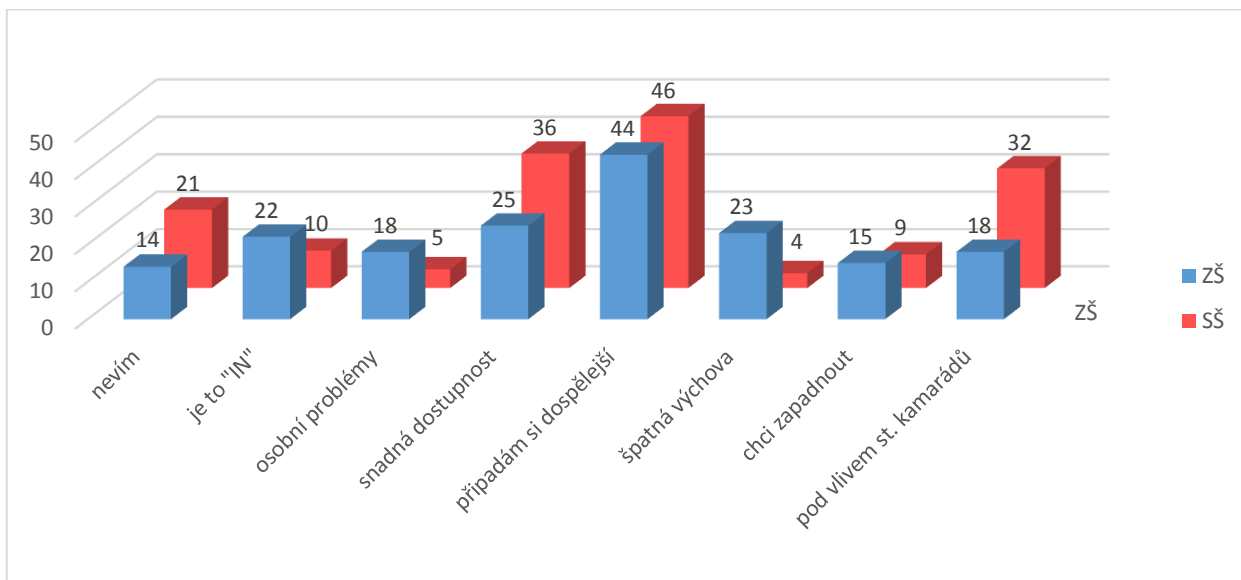
Graf 9. Myslíš si, že jsou alkohol a cigarety pro nezletilé snadno dostupné?

Zdroj: vlastní výzkum

Otázka č. 15: Proč se podle tebe zvyšuje počet nezletilých, kteří kouří cigarety a konzumují alkohol?

Na tuto otázku odpověděla většina respondentů jak ze základních škol, tak ze středních škol, že si nezletilí připadají dospělejší, když kouří cigarety nebo pijí alkohol. Tento názor má 26,32 % respondentů. Druhou nejčastější odpovědí bylo, že nezletilí kouří cigarety a pijí alkohol, protože obě návykové látky jsou snadno dostupné. Pro tuto odpověď se rozhodlo 17,84 % všech dotazovaných. Mezi ostatními odpověďmi již shledáváme jisté rozdíly. Že nezletilí propadají návykovým látkám pod vlivem starších kamarádů si myslí 32 studentů a studentek střední školy, ale pouze 18 žáků a žaček základních škol. Celkem tuto možnost zvolilo 14,62 % respondentů. Pro variantu, že nezletilí chtějí zapadnout do party, bylo 7,02 % všech dotazovaných. Velký rozdíl můžeme vidět u odpovědi, že nezletilí kouří a pijí z důvodu špatné výchovy. Tento názor má 23 tazaných ze základních škol, ale pouze 4 ze škol středních. Celkem tedy 7,89 %. 18 žáků a žaček si myslí, že nezletilí propadají návykovým látkám kvůli osobním problémům. Stejný názor má 5 respondentů ze středních škol. Celkem tedy 6,73 %. 22 dotazovaných ze základních škol se domnívá, že nezletilé žene ke kouření a konzumaci alkoholu pocit, že je to „in,“ to stejné

si myslí 10 studentů a studentek ze středních škol. Pro tuto variantu se rozhodlo 9,36 %. Ostatní respondenti uvedli, že neví, bylo jich 10,23 %.

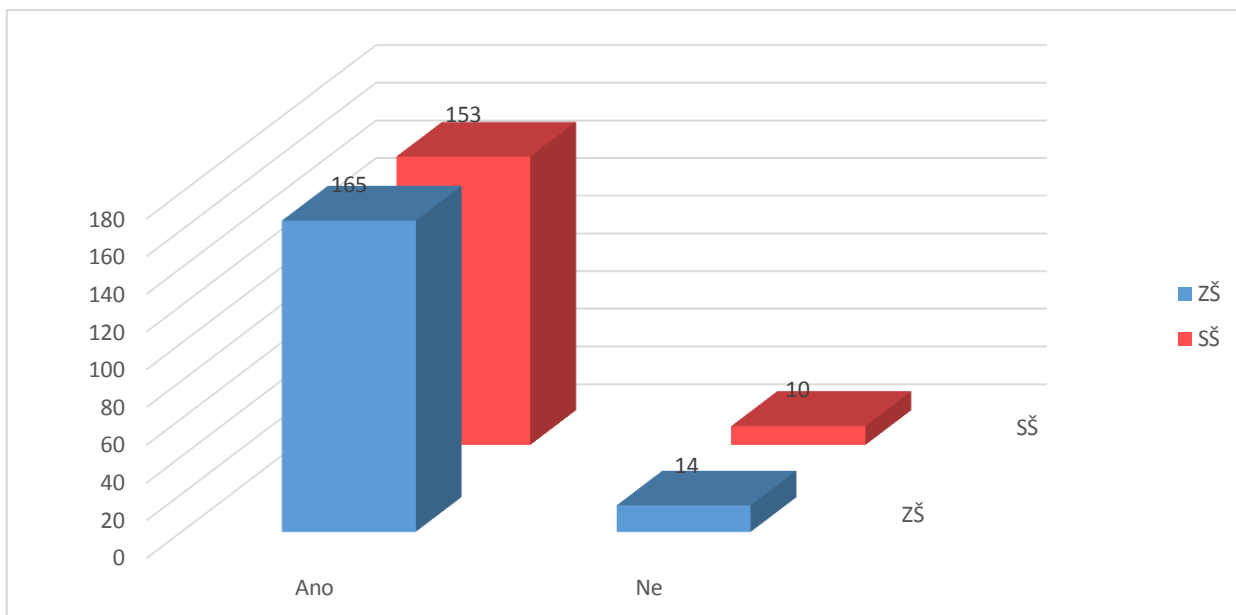


Graf 10. Proč se podle tebe zvyšuje počet nezletilých, kteří kouří cigarety a konzumují alkohol?

Zdroj: vlastní výzkum

Otázka č. 16: Myslíš si, že jste dostatečně informovaní o škodlivosti kouření a konzumace alkoholu? Pokud si odpověděl/a Ne, prosím, uveď důvod, případně možnosti rozšíření povědomí o této problematice.

Na otázku, zda si respondenti myslí, že jsou dostatečně informovaní o škodlivosti kouření a konzumace alkoholu odpověděla drtivá většina, že ano. Ačkoliv jsou respondenti informovaní, alkohol pije přes 70,00 % a cigarety kouří přes 60,00 % tázaných respondentů. Pro většinu dotazovaných jsou alkohol i cigarety snadno dostupné, což má jistě vliv, stejně tak přístup rodičů respondentů. Že by mohla být informovanost kvalitnější si myslí celkem 24 tázaných, s tím, že na základních školách žáci a žákyně uváděli několik způsobů, jak osvětu zkvalitnit, například návštěvami léčeben závislých, přednáškami od lidí, kteří si závislostí prošli, různými projekty, odstrašujícími obrázky na cigaretách a alkoholu. 3 žákyně dokonce byly pro úplné zastavení výroby. Na středních školách sice 10 respondentů uvedlo, že nejsou dostatečně informováni, ale na otázku, jakým způsobem by se dalo rozšířit povědomí o škodlivosti těchto látek, odpověděli pouze dva dotazovaní.

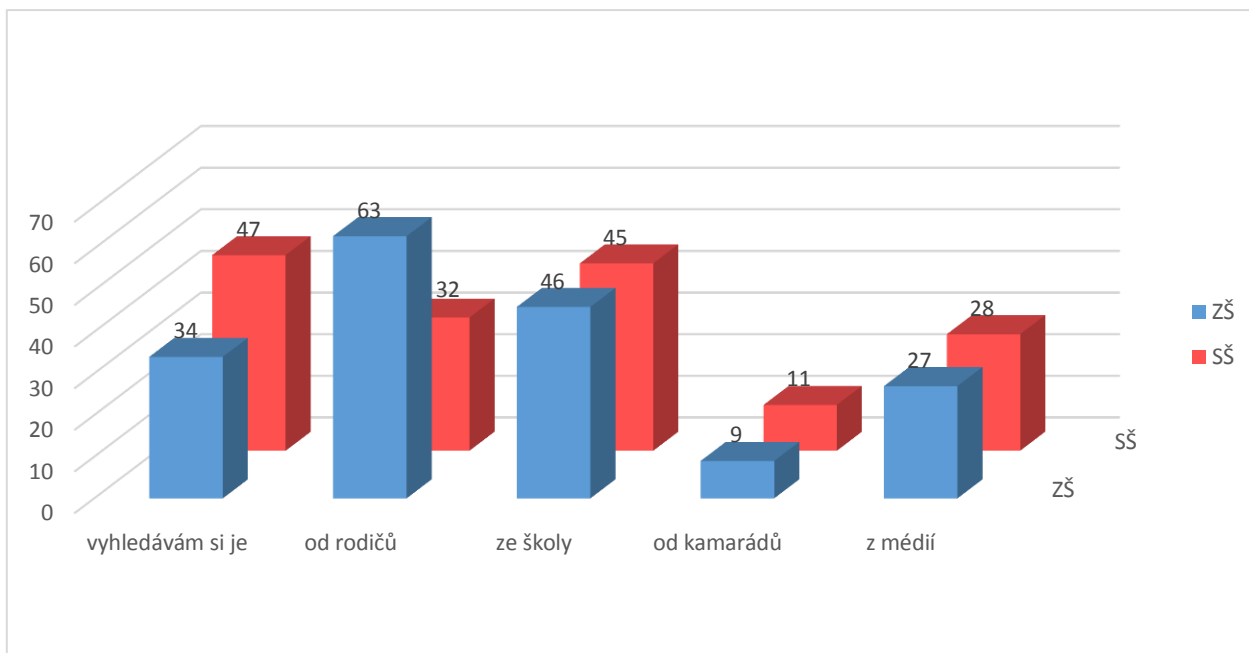


Graf 11. Myslíš si, že jste dostatečně informovaní o škodlivosti kouření a konzumace alkoholu?

Zdroj: vlastní výzkum

Otázka č. 17: Jakým způsobem získáváš tyto informace?

Informace o škodlivosti konzumace alkoholu a kouření cigaret získává nejvíce respondentů ze základních škol od rodičů (35,20 %) na středních školách tyto informace získává od rodičů 19,63 % středoškoláků. Druhým nejčastěji voleným způsobem, jak získat tyto informace byla pro dotazované ze základní školy možnost C – ze školy (25,70 %), stejnou možnost označilo 27,61 % studentů a studentek ze středních škol. Pro středoškoláky byla preferovanější odpověď A, že si informace vyhledávají sami, tuto možnost zvolilo 28, 83 %, na základních školách to bylo 18,99 %. Variantu E – z médií označilo 15,08 % respondentů ze základních škol a 17,18 % tázaných ze středních škol. Nejméně respondentů získává informace o škodlivosti alkoholu a kouření od svých kamarádů, na základních školách 5,03 % a na středních školách 6,75 % respondentů.



Graf 12. Jakým způsobem získáváš tyto informace?

Zdroj: vlastní výzkum

7 DISKUSE

Výzkumného šetření se zúčastnilo 342 respondentů, 179 respondentů ze základních škol a 163 respondentů ze středních škol. Dotazník byl rozdělený na tři části. První část zjišťovala zkušenosti respondentů s alkoholem, druhá část zkušenosti s kouřením cigaret a třetí část byla zaměřena na průzkum míry informovanosti respondentů. Rozborem zjištěných dat jsem dospěla k následujícím výsledkům.

První zkoumanou oblastí byla konzumace alkoholu. Z každé rodiny je přes 77,00 % s minimálně jedním rodičem konzumujícím alkohol. Dá se tedy předpokládat, že pokud má tato skutečnost vliv na pití alkoholu jejich potomků, bude rovněž obdobné procento respondentů alkohol pít. Tento předpoklad se potvrdil už na základní škole. Nějakou zkušenost s alkoholem má 133 respondentů (74,30 %), poprvé alkohol konzumovali v 10 – 11 letech a většina žáků a žaček uvedla, že alkohol poprvé pili s rodiči, a vedla je k tomu zvědavost. Na středních školách má zkušenost s alkoholem téměř každý (98,16 %), poprvé alkohol konzumovali v 10 – 11 letech, vedla je k tomu také zvědavost, ale benevolence rodičů nebyla tak velká jako v dnešní době, neboť většina respondentů, kteří nyní navštěvují střední školy poprvé pila alkohol s kamarády. Dále v konzumaci alkoholu pokračuje 94 respondentů (70,68 %) ze ZŠ a 134 respondentů (83,75 %) ze SŠ. Zatímco na středních školách většina studentů a studentek alkohol konzumuje, protože jim chutná, na základních školách děti alkohol sice pijí, ale nedokážou odpovědět proč. Z tohoto výsledku je znát nevypěstlost žáků. Jako únik od problémů alkohol popíjejí pouze dívky. Dále byla zjišťována četnost konzumace alkoholu a jeho druh. Na základních školách si dá alkohol většina (62,77 %) respondentů maximálně 1 × měsíčně, na středních školách popíjejí respondenti častěji, 75,37 % studentů a studentek pije alkohol maximálně 3 × měsíčně. Co se druhů alkoholu týká na ZŠ si žáci a žákyně převážně vystačí s pivem (39,36 %), na SŠ už studenti a studentky holdují všem druhům alkoholu (41,79 %). Na otázku, zda alkohol více bere či dává, na základních školách jednoznačně odpovídali, že bere a nejčastější specifikací bylo, že alkohol ničí zdraví. Na středních školách byla sice nejčastěji označena možnost, že alkohol bere a to tak, že ničí zdraví, nicméně mnohem více středoškoláků se přiklonilo i k možnosti, že alkohol dává. Pro studenty a studentky, kteří se přiklonili k této možnosti, je zábava, kterou jim alkohol

poskytuje, zábrany, které jim odbourá a sebevědomí, které jim dodá, důležitější než následky, jež páchá na zdraví. Jeden z respondentů dokonce uvedl, že mu alkohol dává smysl života.

Další zkoumanou oblastí bylo kouření cigaret u respondentů. Zatímco u konzumace alkoholu se jednoznačně prokázal jako důležitým faktorem vliv rodičů, u kouření cigaret už tak jednoznačné není. Minimálně jeden z rodičů dětí navštěvující základní školy kouří v 50,28 %, na středních školách má alespoň jednoho rodiče kuřáka 57,67 % respondentů. Na ZŠ má zkušenost s kouřením cigaret 36,31 % žáků a žaček, na SŠ je to téměř jednou tolik studentů a studentek (63,19 %). První cigaretu respondenti vykouřili v 11 – 13 letech. Na základních i středních školách uvedli, že poprvé kouřili s kamarády a vedla je k tomu zvědavost. Tento výsledek dokazuje, že ačkoliv jsou rodiče kuřáci, nejsou tak benevolentní jako u konzumace alkoholu. Poprvé s rodiči kouřilo pouze 10 respondentů ze ZŠ i SŠ. Dále v kouření cigaret pokračovalo 42 dětí (64,62 %) ze základních škol a 69 středoškoláků (66,99 %). Středoškoláci kouří, protože jim cigarety chutnají, zatímco na ZŠ děti kouří a stejně jako u konzumace alkoholu, neví proč. Co se počtu cigaret týká, na ZŠ děti kouří maximálně 2 denně (71,43 %), na SŠ stačí 2 cigarety denně 44,93 % respondentům a více jak 5 cigaret denně vykouří 23,19 %. Nejčastější důvody, které by donutili respondenty skoncovat s kouřením, jsou strach z onemocnění, cena cigaret nebo ztráta partnera.

Poslední část výzkumu byla zaměřena na informovanost respondentů. V této části bylo zjištěno, že informovaní jsou, ale i přesto pijí a kouří cigarety. Důvodem, proč tomu tak je, by mohla být dostupnost těchto látek. Že jsou cigarety i alkohol snadno dostupné si myslí 72,07 % dětí ze ZŠ a 95,71 % středoškoláků. Dalším důvodem by mohlo být, že si mladiství chtějí čím dál více připadat dospělejší nebo chtějí zapadnout do party, případně se nechají vyhecovat staršími kamarády.

ZÁVĚR

Cílem této práce bylo zjistit, jaký vztah mají mladiství k alkoholu a ke kouření cigaret, a do jaké míry je alkohol a kouření ovlivňuje. Zda mají na adolescenty vliv přátelé, popř. parta, do které se díky návykovým látkám snaží zapadnout.

Kouření cigaret a konzumace alkoholu u mladistvých je jedním ze závažných problémů dnešní doby. Ačkoliv informací o škodlivosti těchto látek je dostupných nespočet, čím dál více dospívajících těmto zlovykům propadá.

Pití alkoholu a kouření cigaret má v současné době závažnou podobu jak společenskou, tak sociální. Jeden z problémů spočívá v dostupnosti alkoholu a cigaret, jak bylo prokázáno i výsledky dotazníkového šetření. I když je legislativně ošetřeno, že alkohol a cigarety se prodávají až od 18. roku, stále větší počet mladistvých si běžně kupuje alkohol v obchodě, na diskotékách nebo v hospodě. Velký vliv na to má i fakt, že prodejci chtějí prodat, a to i za cenu, že prodají alkohol nebo cigarety nezletilému. Hlavní je výdělek. Případně nezletilí pošlou pro cigarety nebo alkohol plnoletého kamaráda, čemuž lze jen těžko zabránit.

Preventivní úlohu by měli sehrát hlavně rodiče, učitelé a další dospělé osoby, se kterými přijde mládež do styku.

Na závěr bych ráda poukázala na celkovou vzdělanost dnešních žáků. Snaží se být dospělejší pitím alkoholu a kouřením cigaret, místo aby se zaměřili na svoje vlastní vzdělání. Příkladem toho je i fakt, že mají problém s vyplněním jednoduchého dotazníku. Snažila jsem se dotazník sestavit srozumitelně, aby jej pochopili jak na základních, tak na středních školách. Zarážejícím zjištěním pro mě bylo, že i přesto většina respondentů nedokázala zařadit svoje odpovědi do možností, které měli k dispozici. Například označovali možnost E – jiný důvod, do které vepsali to stejné, co v možnostech zahrnuto bylo.

SOUHRN

Konzumace alkoholu a kouření cigaret u mladistvých je opakovaně řešeným problémem dnešní doby. I přesto, že informací o škodlivosti těchto návykových látek je všude dostatek, se spousta nezletilých uchyluje k jejich užívání.

Cílem mojí bakalářské práce je zjistit postoje žáků ke kouření a konzumaci alkoholu. Dále zjistit poměr žáků, kteří kouří a konzumují alkohol, co je k tomu vede, zda je rozhodujícím faktorem věk žáků a jestli těmto návykovým látkám podléhají více žáci základních či středních škol. V neposlední řadě i informovanost žáků o škodlivosti těchto látek.

Sběr informací probíhal pomocí výzkumného šetření formou anonymního dotazníku, který vyplnili respondenti ze základních a středních škol.

Výsledky výzkumného šetření jsou do značné míry znepokojující, neboť mladiství neberou zřetel na špatný dopad na zdraví těchto látek a přesto dál kouří a konzumují alkohol.

Klíčová slova: alkohol, kouření, škola, student, tabák, závislost, konzumace

SUMMARY

Consumption of alcohol and tobacco products is a recurring issue in the current day. Even though there is an abundance of information about the negative effects of using these substances, a lot of minors still incline to using them.

The goal is to ascertain the students' opinion on the topics along with the ratio of smokers and consumers of alcohol and their reasons for doing so. The next goals are determining the ratio of student's who smoke and drink alcohol, what is leading them to this behavior, if the age of student's is decisive and whether there is the difference between elementary schools and secondary schools. Also the acquaintance of all students in the matter of alcohol consumption and smoking is important.

The collection of information was done by using an anonymous questionnaire filled out by students of elementary schools and high schools.

The findings of this survey are quite unsettling as majority of youth does not care about the negative effects these substances have on one's health, and proceeds with the consumption of alcohol and tobacco products.

Key words: alcohol, smoking, school, student, tabacco, addiction, consumption

REFERENČNÍ SEZNAM

Seznam použité literatury

DUŠEK, Karel a Alena VEČEŘOVÁ-PROCHÁZKOVÁ, 2015. *Diagnostika a terapie duševních poruch*. 2. přepracované vyd. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-4826-9.

FISCHER, Slavomil a Jiří ŠKODA, 2014. *Sociální patologie: závažné sociálně patologické jevy, příčiny, prevence, možnosti řešení*. 2. rozš. a aktualiz. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5046-0.

GANERI, Anita, 2001. *Drogy: od extáze k agonii*. 1. vyd. Praha: Amulet. Alfabet. ISBN 80-86299-70-8.

GRIVNA, Tomáš, Miroslav SCHEINOST a Ivana ZOUBKOVÁ, 2014. *Kriminologie*. 4. aktualiz. vyd. Praha: Wolters Kluwer. ISBN 978-80-7478-614-3.

HELLER, Jiří a Olga PECINOVSKÁ, 2011. *Pavučina závislosti: alkoholismus jako nemoc a možnosti efektivní léčby*. 1. vyd. Praha: Togga. ISBN 978-80-87258-62-0.

HELLER, Jiří a Olga PECINOVSKÁ, 1996. *Závislost známá neznámá*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 80-7169-277-8.

HIRT, Miroslav, 2012. *Dopravní nehody v soudním lékařství a soudním inženýrství*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4308-0.

HOSÁK, Ladislav, Michal HRDLIČKA a Jan LIBIGER, 2015. *Psychiatrie a pedopsychiatrie*. 1. vyd. Praha: Univerzita Karlova v Praze, nakladatelství Karolinum. ISBN 978-80-246-2998-8.

KALINA, Kamil, 2015. *Klinická adiktologie*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing. ISBN 978-80-247-4331-8.

KALINA, Kamil, 2008. *Základy klinické adiktologie*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1411-0.

KOPECKÁ, Ilona, 2011. *Psychologie: učebnice pro obor sociální činnost*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-3875-8.

KVAPILÍK, Josef a Alena SVOBODOVÁ, 1985. *Člověk a alkohol*. 1. vyd. Praha: Avicenum. Dostupné také z: <http://kramerius.mzk.cz/search/handle/uuid:ca934a60-b8c7-11e3-9d7d-005056827e51>

LÜLLMANN, Heinz, Klaus MOHR a Lutz HEIN, 2007. *Barevný atlas farmakologie*. 3. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1672-5.

MAHDALÍČKOVÁ, Jana, 2014. *Víme o drogách všechno?* 1. vyd. Praha: Wolters Kluwer. ISBN 978-80-7478-589-4.

MACHOVÁ, Jitka a Dagmar KUBÁTOVÁ, 2015. *Výchova ke zdraví*. 2. aktualiz. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-5351-5.

MATĚJKOVÁ, Erika, 2009. *Řešíme partnerské problémy*. 1. vyd. Praha: Grada. Psychologie pro každého. ISBN 978-80-247-2338-9. Dostupné také z: <http://kramerius.mzk.cz/search/handle/uuid:5f3c2da0-8e64-11e3-bd09-005056827e51>

MATOUŠKOVÁ, Ingrid, 2013. *Aplikovaná forenzní psychologie*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4580-0.

MÜLLEROVÁ, Dana a Anna AUJEZDSKÁ, 2014. *Hygiena, preventivní lékařství a veřejné zdravotnictví*. 1. vyd. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-2510-2.

NEŠPOR, Karel, 2000. *Návykové chování a závislost: současné poznatky a perspektivy léčby*. 1. vyd. Praha: Portál. ISBN 80-7178-432-X.

NOVÁK, Jan, 2007. *Jedovaté rostliny kolem nás*. 1. vyd. Praha: Grada. Svět rostlin. ISBN 978-80-247-1549-0.

PAVLOVSKÝ, Pavel, 2012. *Soudní psychiatrie a psychologie*. 4. aktualiz. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-4332-5.

RABOCH, Jiří a Pavel PAVLOVSKÝ, 2012. *Psychiatrie*. 1. vyd. Praha: Karolinum. ISBN 978-80-246-1985-9.

ŠTEJFA, Miloš, 2007. *Kardiologie*. 3. přeprac. a dopl. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-1385-4.

WEISS, Petr, 2010. *Sexuologie*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2492-8. Dostupné také z:

<http://kramerius.mzk.cz/search/handle/uuid:dd1e23e0-d700-11e5-9ce1-005056827e51>

ŽALOUDÍK, Jan, 2008. *Vyhňte se rakovině, aneb, Prevence zhoubných nádorů pro každého*. 1. vyd. Praha: Grada. ISBN 978-80-247-2307-5.

Internetové zdroje

Zdravi-cz [online]. ©2008 [cit. 2016-03-07]. Dostupné z: <http://compex.zdravi-cz.eu/drogy-ozdeleni-ucinky.php>

Tichá pošta [online]. nodate [cit. 2016-03-07]. Dostupné z: <http://tichaposta.eu/anglachel-o-alkoholu/>

Lab Tests Online CZ [online]. ©2001-2016 [cit. 2016-03-12]. Dostupné z: <http://www.labtestsonline.cz/tests/Ethanol.html?tab=2>

Info drogy [online]. ©2016 [cit. 2016-03-12]. Dostupné z:
<http://www.infodrogy.estranky.cz/clanky/alkohol/stadia-opilosti--opojenost--ebrieta-.html>

Alkoholik [online]. ©2003-2016 [cit. 2016-03-16]. Dostupné z:
http://www.alkoholik.cz/zavislost/psychika_a_telo/opilost_stadia_priznaky_pocet_promile_alkoholu_v_krvi.html

Závislosti [online]. nodate [cit. 2016-03-16]. Dostupné z:
http://zavislosti.com/zavislost_na_alkoholu/typy_alkoholismu.html

Facír [online]. nodate [cit. 2016-03-16]. Dostupné z:
<https://clafacir.wordpress.com/2012/10/19/mladez-a-alkohol/>

Kuřáková plíce [online]. ©2016 [cit. 2016-03-16]. Dostupné z: http://www.kurakova-plice.cz/koureni_cigaret/zdravi/nikotin-a-informace-o-nem/50-nikotin-zakladni-informace-o-nikotinu-a-jeho-ucinku-v-organismu.html

Jak přestat kouřit [online]. ©2011-2016 [cit. 2016-03-16]. Dostupné z: <http://www.cepsr.cz/test-zavislost-na-nikotinu/>

Studio ForBio [online]. nodate [cit. 2016-03-16]. Dostupné z: <http://blog.forbio.cz/zdravotni-nasledky-koureni/>

Seznam obrázků

Obrázek 1. Rozdělení drog podle míry rizika

Graf 1. Celkové zastoupení respondentů

Graf 2. Zastoupení respondentů ZŠ podle věku

Graf 3. Zastoupení respondentů SŠ podle věku

Graf 4. Konzumace alkoholu u rodičů respondentů ze ZŠ

Graf 5. Konzumace alkoholu u rodičů respondentů ze SŠ

Graf 6. Myslíš si, že alkohol více dává nebo bere?

Graf 7. Kouření cigaret u rodičů respondentů ze ZŠ

Graf 8. Kouření cigaret u rodičů respondentů ze SŠ

Graf 9. Myslíš si, že jsou alkohol a cigarety pro nezletilé snadno dostupné?

Graf 10. Proč se podle tebe zvyšuje počet nezletilých, kteří kouří cigarety a konzumují alkohol?

Graf 11. Myslíš si, že jste dostatečně informovaní o škodlivosti kouření a konzumace alkoholu?

Graf 12. Jakým způsobem získáváš tyto informace?

Seznam tabulek

Tabulka 1. Tresty za řízení v opilosti

Tabulka 2. S kým si poprvé pil/a alkohol?

Tabulka 3. Z jakého důvodu jsi poprvé pil/a alkohol?

Tabulka 4. Proč konzumuješ alkohol?

Tabulka 5. Jaký alkohol převážně konzumuješ?

Tabulka 6. Jak často piješ alkohol?

Tabulka 7. Poprvé jsi kouřil/a cigarety?

Tabulka 8. Z jakého důvodu jsi poprvé kouřil/a cigarety?

Tabulka 9. Proč kouříš cigarety?

Tabulka 10. Kolik cigaret denně vykouříš?

Tabulka 11. Co by mohlo ovlivnit tvoje rozhodnutí nekouřit?

Seznam příloh

Příloha č. 1: Dotazník v elektronické podobě

Příloha č. 2: Ukázka vyplněného dotazníku

Příloha č. 1: Dotazník v elektronické podobě

Dotazník k bakalářské práci na téma: Alkohol a kouření u žáků základních a středních škol v Třebíči

Vážení žáci a žákyně (studenti a studentky),

jmenuji se Iveta Doležalová a jsem studentkou 3. ročníku Pedagogické fakulty Univerzity Palackého v Olomouci, obor Český jazyk se zaměřením na vzdělávání a Výchova ke zdraví se zaměřením na vzdělávání.

Tento dotazník slouží k výzkumu zkušeností s kouřením a pitím alkoholu mezi žáky základní a střední školy. **Dotazník je zcela anonymní – nebude obsahovat Vaše jméno ani žádné jiné údaje, které by Vás mohly identifikovat.** Chtěla bych Vás ujistit, že Vaše odpovědi budou sloužit výhradně ke zpracování méji bakalářské práce. Aby byla tato studie úspěšná, **prosím, odpovídejte pravdivě.**

Ročník: ZŠ – SŠ (doplňte ročník a zakroužkujte, zda jste žákem ZŠ nebo SŠ)

Pohlaví:

Věk:

Konzumuje alespoň jeden z tvých rodičů alkohol? ANO – NE

1) Máš zkušenosti s pitím alkoholu? ANO – NE

Pokud odpovíš ano, v kolika letech jsi poprvé požil/a alkohol?

Pokud odpovíš ne, prosím pokračuj otázkou č. 7

2) Poprvé jsi pil/a alkohol: a) s rodiči b) s kamarády c) sám/sama d) s prarodiči

3) Z jakého důvodu jsi **poprvé pil/a** alkohol:

a) ze zvědavosti

b) pili kamarádi

c) z nudy

d) jako únik od problémů

e) z jiného důvodu – z jakého:

4) Proč konzumuješ alkohol:

a) chutná mi

b) protože pijí kamarádi

c) dodává mi sebevědomí

d) pomáhá mi jako únik od problémů

e) z jiného důvodu – z jakého:

5) Jaký alkohol převážně konzumuješ:

- a) pouze pivo
- b) pouze víno
- c) pivo a víno
- d) pouze tvrdý alkohol
- e) pivo, víno i tvrdý alkohol

6) Jak často piješ alkohol: a) 1× měsíčně b) 2× až 3× měsíčně c) 1× týdně d) vícekrát než 1× týdně

7) Myslíš si, že alkohol více: a) dává b) bere

Prosím uveď konkrétní příklad, dle tvojí volby z možností :

Je alespoň jeden z tvých rodičů kuřák? ANO – NE

8) Máš zkušenosti s kouřením cigaret? ANO – NE

Pokud odpovíš ano, v kolika letech jsi vykouřil/a první cigaretu?

Pokud odpovíš ne, prosím pokračuj otázkou č. 14

9) Poprvé jsi kouřil/a cigarety: a) s rodiči b) s kamarády c) sám/sama d) s prarodiči

10) Z jakého důvodu jsi **poprvé kouřil/a** cigarety:

- a) ze zvědavosti
- b) kouřili kamarádi
- c) z nudy
- d) byl/a jsem ve stresu
- e) z jiného důvodu – z jakého:

11) Proč kouříš cigarety:

- a) chutnají mi
- b) protože kouří kamarádi
- c) připadám si dospělejší
- d) kouřením zaháním stres
- e) z jiného důvodu – z jakého:

12) Kolik cigaret denně vykouříš:

- a) 0 – 2
- b) 3 – 4
- c) 5 a více

13) Co by mohlo ovlivnit tvoje rozhodnutí nekouřit:

- a) cena cigaret
- b) důsledky na zdraví a strach z onemocnění
- c) reklama
- d) ztráta partnera

14) Myslíš si, že jsou alkohol a cigarety pro nezletilé snadno dostupné? ANO – NE

15) Proč se podle tebe zvyšuje počet nezletilých, kteří kouří cigarety a konzumují alkohol?

.....

16) Myslíš si, že jste dostatečně informovaní o škodlivosti kouření a konzumace alkoholu?
ANO – NE

Pokud si odpověděl(a) NE, prosím uveď důvod, případně možnosti rozšíření povědomí o této problematice.....

17) Jakým způsobem získáváš tyto informace:

- a) vyhledávám si je (internet, časopisy atd.)
- b) od rodičů
- c) ze školy
- d) od kamarádů
- e) z médií

Děkuji Vám za vyplnění dotazníku.

Příloha č. 2: Ukázka vyplněného dotazníku

Dotazník k bakalářské práci na téma: Alkohol a kouření u žáků základních a středních škol v Třebíči

Vážení žáci a žákyně (studenti a studentky),

jmenuji se Iveta Doležalová a jsem studentkou 3. ročníku Pedagogické fakulty Univerzity Palackého v Olomouci, obor Český jazyk se zaměřením na vzdělávání a Výchova ke zdraví se zaměřením na vzdělávání.

Tento dotazník slouží k výzkumu zkušeností s kouřením a pitím alkoholu mezi žáky základní a střední školy. **Dotazník je zcela anonymní – nebude obsahovat Vaše jméno ani žádné jiné údaje, které by Vás mohly identifikovat.** Chtěla bych Vás ujistit, že Vaše odpovědi budou sloužit výhradně ke zpracování méjí bakalářské práce. Aby byla tato studie úspěšná, **prosím, odpovídejte pravdivě.**

Ročník: 1. ZŠ – SS (doplňte ročník a zakroužkujte, zda jste žákem ZŠ nebo SŠ)
Pohlaví: žena
Věk: 16

Konzumuje alespoň jeden z tvých rodičů alkohol? ANO – NE

1) Máš zkušenosti s pitím alkoholu? ANO – NE
Pokud odpovíš ano, v kolika letech jsi poprvé požil/a alkohol? 11
Pokud odpovíš ne, prosím pokračuj otázkou č. 7

2) Poprvé jsi pil/a alkohol: a) s rodiči b) s kamarády c) sám/sama d) s prarodiči

3) Z jakého důvodu jsi **poprvé pil/a** alkohol:

- a) ze zvědavosti
- b) pili kamarádi
- c) z nudy
- d) jako únik od problémů
- e) z jiného důvodu – z jakého:

4) Proč konzumuješ alkohol:

- a) chutná mi
- b) protože pijí kamarádi
- c) dodává mi sebevědomí
- d) pomáhá mi jako únik od problémů
- e) z jiného důvodu – z jakého:

5) Jaký alkohol převážně konzumuješ:

- a) pouze pivo
- b) pouze víno
- c) pivo a víno
- d) pouze tvrdý alkohol
- e) pivo, víno i tvrdý alkohol

6) Jak často piješ alkohol: a) 1× měsíčně b) 2× až 3× měsíčně c) 1× týdně d) vícekrát než 1× týdně

7) Myslíš si, že alkohol více: a) dává b) bere
Prosím uveď konkrétní příklady, dle tvjí volby z možností:

Je alespoň jeden z tvých rodičů kuřák? ANO – NE

8) Máš zkušenosti s kouřením cigaret? ANO – NE

Pokud odpovíš ano, v kolika letech jsi vykouřil/a první cigaretu? *13*.....

Pokud odpovíš ne, prosím pokračuj otázkou č. 14

9) Poprvé jsi kouřil/a cigarety: a) s rodiči b) s kamarády c) sám/sama d) s prarodiči

10) Z jakého důvodu jsi **poprvé kouřil/a** cigarety:

- a) ze zvědavosti
- b) kouřili kamarádi
- c) z nudy
- d) byl/a jsem ve stresu
- e) z jiného důvodu – z jakého:

11) Proč kouříš cigarety:

- a) chutnají mi
- b) protože kouří kamarádi
- c) připadám si dospělejší
- d) kouřením zaháním stres
- e) z jiného důvodu – z jakého:

12) Kolik cigaret denně vykouříš:

- a) 0 – 2
- b) 3 – 4
- c) 5 a více

13) Co by mohlo ovlivnit tvoje rozhodnutí nekouřit:

- a) cena cigaret
- b) důsledky na zdraví a strach z onemocnění
- c) reklama
- d) ztráta partnera

14) Myslíš si, že jsou alkohol a cigarety pro nezletilé snadno dostupné? ANO – NE

15) Proč se podle tebe zvyšuje počet nezletilých, kteří kouří cigarety a konzumují alkohol?

prospadají si a kope cigarety.....

16) Myslíš si, že jste dostatečně informováni o škodlivosti kouření a konzumace alkoholu? ANO – NE

Pokud si odpověděl(a) NE, prosím uveď důvod, případně možnosti rozšíření povědomí o této problematice.....

17) Jakým způsobem získáváš tyto informace:

- a) vyhledávám si je (internet, časopisy atd.)
- b) od rodičů
- c) ze školy
- d) od kamarádů
- e) z médií

Děkuji Vám za vyplnění dotazníku.

ANOTACE

Jméno a příjmení:	Iveta Doležalová
Katedra:	Katedra antropologie a zdravotní vědy
Vedoucí práce:	Mgr. Petr Zemánek, Ph.D.
Rok obhajoby:	2016

Název práce:	Alkohol a kouření u žáků základních a středních škol v Třebíči
Název v angličtině:	Alcohol and smoking among students of elementary and secondary schools in Třebíč
Anotace práce:	Bakalářská práce Alkohol a kouření u žáků středních a základních škol v Třebíči je rozdělena na dvě části, část teoretickou a praktickou. V teoretické části vymezuje základní pojmy, dále se zabývá rozdělením závislostí a zdravotními následky kouření a konzumace alkoholu. Praktická část se zabývá mapováním situace základních a středních škol v Třebíči a porovnáním zjištěných dat.
Klíčová slova:	alkohol, kouření, škola, student, tabák, závislost, konzumace
Anotace v angličtině:	The bachelor thesis "Alcohol and smoking among students of elementary and secondary school in Trebic" is divided into two parts, theoretical and practical. Theoretical part defines basic terms and concepts. Moreover, it also describes different types of addiction and health problems related to smoking and alcohol consumption. The practical part is focused on a survey of Trebic's elementary and secondary schools situation in relation to mentioned topics, and consequent data examination.
Klíčová slova v angličtině:	alcohol, smoking, school, student, tobacco, addiction,

	consumption
Přílohy vázané v práci:	Příloha č. 1: Dotazník v elektronické podobě Příloha č. 2: Ukázka vyplněného dotazníku
Rozsah práce:	52 stran
Jazyk práce:	Český