

Přestřelují a neřeší to.‘ Nikotinové sáčky berou děti na úzkosti, ale spíš je tím zhoršují, říká adiktolog

Žádný kouř ani zápach spáleného tabáku. Nikotinové sáčky si bezděčně vkládají pod ret i jedenáctileté děti. Nikotin se tak do těla vstřebává v ústní dutině. „Děti užívání nikotinových sáčků nevnímají jako riziko, ale jako legální. Dokonce i během našeho sezení děti začnou vytahovat sáčky z pod rtu. Přijde jim to normální, neřeší to,“ říká Tomáš Jandáč z Kliniky adiktologie 1. Lékařské fakulty Univerzity Karlovy a Všeobecné fakultní nemocnice.



Nikotinové sáčky

Děti a dospívající užívají návykové látky velmi často rizikově, protože ještě nemají odhad. Týká se to i váčků z celulózy plněné nikotinem, ve kterých je mnohem víc této návykové látky než v cigaretách.

„Přestřelují a kupují si sáčky s tou nejvyšší koncentrací nikotinu. Na sáček pak vychází až padesát miligramů, zatímco v cigaretě bychom měli dva až čtyři miligramy,“ srovnává Jandáč.

Výsledkem je potom zvracení, zvýšená tepová frekvence nebo krvavé dásně. Podle Jandáče se děti zmiňují o tom, že si za ret sáček vkládají, protože to dělají ostatní vrstevníci. Mluví ale hodně i o zklidnění a o snazším zvládnutí úzkostí nebo stresových situací.

Děti sice říkají, že to berou na úzkost nebo že snižují úzkost, ale nikotin ve větších dávkách naopak úzkostnost zvyšuje, takže se pak můžou dostávat do panik,“ upozorňuje.

Trend užívání nikotinových sáčků se objevuje napříč Českou republikou a je běžný i u mladých dospělých a vysokoškoláků. Vzhledem k tomu, že sáčky s nikotinem zatím nepatří mezi tabákové výrobky, tápou v případě dětí i některé školy.

„Naše Klinika adiktologie teď dávala doporučení, jak nikotinové sáčky zakomponovat do školních řádů. Školy v něm často mají napsáno, že dítě nesmí nosit do školy tabákové výrobky. Sáčky s nikotinem se to ale netýká,“ připomíná dětský adiktolog.

Psychická nepohoda po pandemii

Za sebemedikací nejrůznějšími návykovými látkami může být psychická nepohoda a wellbeing u dětí se výrazně zhoršil s pandemií covidu-19. To sleduje i Tomáš Jandáč, do jehož ambulance se dnes dostávají stále mladší děti.

„Když dítě vykazuje rizikové chování v mladších věkových kategoriích, tedy mezi dvanáctým třináctým rokem až šestnáctým, je to větší problém, protože to poukazuje na hlubší psychopatologii.“

Duševní bolest může vést k užívání látek, na kterých vzniká závislost. Objevuje se závislost na alkoholu i sebepoškozování. Výjimkou nejsou ani dobrovolné hospitalizace dětí na psychiatrii.

Zhoršující se duševní zdraví dětí v pandemii potvrdil i výzkum, který srovnával data o duševním zdraví dětí z druhého stupně základních škol v Praze a Středočeském kraji v posledních čtyřech letech. Děti se častěji potýkaly s poruchami příjmu potravy a se sebepoškozováním. Hůře na tom pak byly dívky.

Chlapcům totiž podle Jandáče snadněji kompenzoval sociální vztahy digitální svět. „Holky jsou v tomto věku napřed a to taky znamená, že potřebují osobní vztahy, tedy opravdu s kamarádkou nebo s kamarádem mluvit.“