



magazín pro zdravý životní styl, www.vimcojim.cz

[O zdraví](#) 24. 4. 2017 | vcj

Není možné déle mlčet. Alkohol není lék!

URL článku: magazin/clanky/o-zdravi/Neni-mozne-dele-mlcet.-Alkohol-neni-lek!__s10012x10302.html

„Nemůžeme dále mlčet a musíme reagovat na množící se články a mediální výstupy, které informují o významné prospěšnosti nebo dokonce léčivém působení alkoholu. Prosím čtěme tato sdělení s rezervou, ke které nás vybízí zdravý rozum,“ varovala na úvod tiskové konference (19.4.2017) náměstkyně ministra zdravotnictví Lenka Teska Arnoštová.



Populace v České republice patří mezi vysoce tolerantní v otázce konzumace alkoholických nápojů, a to včetně konzumace dětmi a mladistvými. Velmi často dochází k nabízení alkoholu dětem v prostředí rodiny.

Mezi zásadní negativní dopady pití alkoholu patří především:

- poškozování vlastního zdraví,
- sociální dopady na konzumenta a jeho blízké - finanční problémy, nižší produktivita, ztráta zaměstnání, ztráta rodiny,
- nárůst kriminality.

Celospolečenské náklady na škody způsobené konzumací alkoholu činí odhadem více než 16 miliard Kč ročně a mají rostoucí tendenci.

Větší část těchto nákladů tvoří přímé náklady na léčbu nemocí způsobených užíváním alkoholu, další nemalou složkou jsou náklady na potírání a následky kriminality s užíváním alkoholu spojené.

„Problematika vysoké míry užívání alkoholu v české populaci je oblastí s významnými celospolečenskými dopady. Dnes proběhlo další jednání Meziresortní pracovní skupiny pro snížení škod působených alkoholem, která je poradním orgánem jak ministra zdravotnictví, tak i Rady vlády pro koordinaci protidrogové politiky za účasti významných hostů z řad odborníků a lékařů. Základním cílem pracovní skupiny je implementace Akčního plánu k omezení škod působených alkoholem pro období 2015-2018, jehož cílem je snížení spotřeby alkoholu v populaci České republiky a tím i snížení škod jím působených,“ vysvětlil dále [náměstek ministra pro zdravotní péči Roman Prymula](#).

„V současnosti zcela jednoznačně víme, že doporučovat preventivní užívání alkoholu není odborně ani eticky správné. Alkohol způsobuje

více úmrtí, než kolika může předejít. Doporučením mírného pití alkoholu s poukazem na jeho preventivní účinek pro některou diagnózu (např. diskutovaná prevence infarktu myokardu) znamená současné ignorování faktu, že tím dojde k významnému zvýšení rizika pro jinou diagnózu (např. cirhóza jater, cévní mozková příhoda nebo rakovina),“ doplnil [přednosta Kliniky adiktologie 1. LF UK a VFN v Praze Michal Miovský](#).

Kalorická hodnota alkoholu

Alkohol je vysoce kalorická potravina (1g = 7kcal). Jedná se ovšem o kalorie tzv. prázdné - nedodají nám žádnou výživovou hodnotu. Pokud tedy organismus zatížíme již tak kaloricky náročnějším jídlem, a to zejména v období různých svátků, alkohol pouze podpoří nežádoucí vznik nadváhy až obezity, které ovšem nejsou jediným **důsledkem užívání alkoholu, mezi dalšími může být například až cirhóza jater, onkologická onemocnění a v neposlední řadě také vznik závislosti.** Jeho negativní účinky na lidský organismus tak jednoznačně převažují a je proto důležité při jeho konzumaci uvědomit si všechny tyto negativní dopady, a to jak s ohledem na zdraví, tak i celkovou bezpečnost jeho užívání.

Užívání alkoholu v České republice

Česká republika se opakovaně vyskytuje na předních místech v konzumaci alkoholu, a to jak v dospělých, tak i v dětské populaci.

Podle posledních studií konzumuje 15 % dospělé populace alkohol pravidelně a velmi často (pití denně nebo obden), oproti tomu trvale abstínuje 2,5 % dospělých. Časté pití nadměrných dávek (tzv. nárazové pití) udává 18 % dotázaných, z toho muži ve 28 % a ženy v 8,6 %. Celkově lze 16 % dospělých považovat za konzumenty s vysokým rizikem, 4,8 % jsou problémoví pijáci. Oproti těmto údajům si problém s alkoholem připouští pouze 1,2 % dotázaných a odbornou pomoc vyhledalo 0,4 % dospělých (Stání zdravotní ústav, 2014).

HBSC 2014 (Mezinárodní studie Mládež a zdraví) - populace 11, 13 a 15letých, tj. ta, pro kterou je alkohol de facto nelegální návykovou látkou: pravidelné pití alkoholu (aspoň jednou týdně) uvedlo 4-5 % 11letých, 7 % 13letých a 17 % 15letých, nadprůměrné hodnoty vykazovali především chlapci ve věku 15 let, a to jak v případě ukazatelů pravidelné konzumace alkoholu, tak i v případě zkušeností s opilostí.

ESPAD 2015 (Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách) - populace 16letých: alkohol v životě pilo 95,8 % dotázaných, přibližně 42,5 %

(48,2 % chlapců a 37,1 % dívek) lze považovat za opakované konzumenty alkoholu (pili alkohol více než 20krát v životě), pravidelnou konzumaci piva uvedlo 15 % dotázaných, 8 % uvedlo konzumaci destilátů, 4 % pravidelnou konzumaci vína, rizikovou konzumaci, tj. pití nadměrných dávek alkoholu při jedné příležitosti, uvedlo 41,9 % 16letých v posledních 30 dnech, opakovaně za posledních 30 dnů, tj. 3krát a častěji, uvedlo 12,1 % dotázaných, opilost za poslední rok uvedlo 39,1 % studentů (byli dotazováni na stav, kdy měl student problémy s chůzí, mluvením, zvracel nebo si nepamatoval, co se stalo) – zde je opět nutné připomenout, že pro tuto cílovou skupinu je prodej a podávání alkoholických nápojů zakázaný.

Podle Českého statistického úřadu za pivo, víno a lihoviny utratí každý Čech v průměru zhruba 600 korun (rok 2015 – 618 Kč, rok 2016 – 590 Kč) měsíčně (do průměru se počítají všichni, včetně dětí a abstinentů). **Je to takřka osmkrát víc, než kolik vydá každý občan Česka za své vzdělání.**

Zdroje:

http://www.mzcr.cz/dokumenty/alkohol_neni_lek

[Tisková konference 19.4.2017 Ministerstva Zdravotnictví Alkohol není lék! - youtube](#)

Copyright © 2024

Vím, co jím a piju, o.p.s., www.vimcojim.cz