



U Nemocnice 499/2, 128 08 Praha 2  
www.vfn.cz

Praha, 15. 12. 2020 | Strana 1 z 2

## **TISKOVÁ ZPRÁVA**

### **O VÁNOCÍCH VYKROČTE SPRÁVNÝM SMĚREM. BEZ SKLENIČKY V RUCE**

**Letošní covidový rok výrazně zasáhl do života většiny českých rodin. Stres a ekonomická nejistota přispěla i ke zvýšené konzumaci alkoholu a dalších návykových látek. Blíží se Vánoce, které jsou zatěžové i v „dobrých časech“. Jak se chovat, abychom nepropadali závislostem a nedostali se na hranici, ze které je těžký návrat?**

*„Vánoční svátky 2020 budou v mnohém jiné. COVID zasáhl celou společnost, proto se letošní konec roku ponese nejen ve znamení standardní bilance, ale spíš v bilancování dopadu obou vln pandemie a v napětí, co očekávat s vlnami dalšími,“* uvažuje prof. Michal Miovský, přednosta Kliniky adiktologie VFN a 1. LF UK. Většina českých domácností bude hledat řešení, jak dopady překonat. Vypjatá atmosféra bude v řadě rodin. Ekonomická a sociální nejistota spojená s mnohaměsíční „ponorkou“ z toho, že celá rodina musela zůstat naráz doma, bez zaměstnání, s domácím učením, není se co divit. Kde bylo „zaděláno na problémy“ již před COVIDem, tak se to často během obou vln rozjelo a zhouplo. Těžký zásah dostaly hlavně domácnosti s malými dětmi. Největší zásah pak ještě hlavně ty domácnosti, kde je nižší příjem a kde jeden nebo druhý rodič nebo oba, měli nějaké problémy sami se sebou, tedy hlavně s nadužíváním alkoholu již před tím. Tam to bude a už je velmi drsné. *„Máme již první data a několik studií. Když ale koukám do studie Nadace Sirius, kde jsme spolupracovali a která ukázala, že nejvíce exponované byly právě mladé rodiny s malými dětmi, tam je mi z toho úzko. Myslím, že právě tam by měla jít hlavní pomoc,“* konstatuje prof. Miovský.

#### **Vánoce nejsou pro adiktology tak zatěžující**

Zvýšená spotřeba alkoholu o svátcích zatěžuje spíš krizová centra. Tam se obracejí opuštění lidé, kteří psychickou zátěž spojenou s vánoční atmosférou neunesou. V oblasti akutní péče, tedy na detoxifikaci bývá také tlak větší, ale i zde to více „odnesou“ JIP oddělení než tuzemská adiktologická pracoviště. *„Pokud jde o klasická oddělení pro léčbu závislostí, tak my tolik exponovaní v tomto období nejsme. Většina našich potenciálních pacientů, tedy lidí, kteří mají s alkoholem skutečně závažný problém, nemá své pití většinou ovlivněno takovými fenomény, jako jsou Vánoce,“* upozorňuje prof. Miovský a dodává: *„My tedy v zásadě Vánoce a svátky z hlediska oboru chápeme spíše jako příležitost k reflexi tématu pití a to je dáno hodně také tím, že lidé jsou vnímavější k sobě i druhým a jsou více ochotni reflexi konat. To je ta příležitost pro náš obor a téma pití. Směřovat je k léčbě, k dodržování režimu a abstinence.“*

#### **Naši klienti a lidé obecně by měli být ostražiti**

*„Pokud jde o naše pacienty, a je jedno zda nastupující, současné nebo odcházející, je klíčová vyšší ostražitost. Každý takový velký svátek, a Vánoce jsou v tomto velmi specifické, je rizikový především tím narušením běžného rytmu dne, vytvořených rituálů,“* varuje prof. Miovský. Toto vybočení a bilancování, může být stejně tak výzvou a užitečným momentem, jako velkým rizikem. A to platí pro naši populaci obecně: zamyslet se nad svým chováním, uvědomit si, zda se už nepohybují na pomyslné hranici, ze které je třeba vystoupit tím správným směrem. Je důležité rozklíčovat sociální tlak a mechanické plnění očekávání. *„Dát si skleničku vína nebo piva není žádné drama. Drama si z toho děláme my sami tím, že nevíme, proč jich do sebe klopiíme 10 nebo 15 a proč zrovna nyní a tady. Klidná a přičetná reflexe toho co a proč dělám a že za to nesu zodpovědnost nejen vůči svým blízkým, ale hlavně vůči sobě. To je zásadní, nejen o Vánocích,“* uzavírá prof. Miovský.



U Nemocnice 499/2, 128 08 Praha 2  
[www.vfn.cz](http://www.vfn.cz)

Praha, 15. 12. 2020 | Strana 2 z 2

## **TISKOVÁ ZPRÁVA**

### ***O Všeobecné fakultní nemocnici v Praze***

Všeobecná fakultní nemocnice v Praze (VFN) patří mezi největší nemocnice v ČR. Poskytuje základní, specializovanou, a zvláště specializovanou léčebnou, ošetrovatelskou, ambulantní a diagnostickou péči dětem i dospělým ve všech základních oborech. Zajišťuje také komplexní lékařskou péči, včetně technologicky náročných příprav cytostatik nebo sterilních léčivých přípravků. Je zároveň hlavní výukovou základnou 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Praze a největším výzkumným medicínským pracovištěm v ČR.

[www.vfn.cz](http://www.vfn.cz)

### ***O 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy***

1. lékařská fakulta Univerzity Karlovy je největší z českých lékařských fakult – navštěvuje ji přes 4500 studentů. Základními studijními programy jsou všeobecné a zubní lékařství, kromě nich nabízí fakulta studium dalších zdravotnických oborů, specializační a celoživotní vzdělávání a řadu doktorských programů. Každoročně absoluuje 1. LF UK více než 300 nových lékařů.

[www.lf1.cuni.cz](http://www.lf1.cuni.cz)

#### **Pro další informace:**

Mgr. Marie Heřmánková, tisková mluvčí VFN v Praze, e-mail: [marie.hermankova@vfn.cz](mailto:marie.hermankova@vfn.cz), tel.: 224 962 074