Jak vzniká závislost

Člověk, droga, prostředí. Odborníci popisují závislost pomocí tří stránek, které na sebe působí: člověk a to, jak zachází s pocity a problémy, droga s jejím účinkem a dostupností, prostředí rodiny, přátel, školy a práce. Žádná stránka sama závislost nevysvětlí.

Co se děje v mozku. THC působí na systém odměny. Opakuje-li se to často, mozek otupí a pro stejný účinek potřebuje víc (tolerance). Po odeznění intoxikace může přijít neklid a podrážděnost. Časem se často užívá proto, aby se člověk této nepohody zbavil. Kdo užívá konopí, aby utlumil úzkost, vztek nebo smutek, má vyšší riziko.

Rizikové faktory. Četnost užívání (nejsilnější jednotlivý faktor), brzký začátek zejména před 16. rokem, hodně THC, současně tabák, psychická zátěž, chybějící podpora, zásadní životní události, okruh přátel, v němž užívají téměř všichni. Rizikové faktory popisují pravděpodobnost, nejsou předpovědí.

Co chrání. Optimismus; pocit, že člověk může něco ovlivnit; schopnost řešit problémy; pevné vztahy a uplatnění ve vzdělávání nebo v práci.

Jak to hodnotí odborníci. Podle DSM-5 jde o poruchu užívání konopí, pokud během dvanácti měsíců platí alespoň dvě z jedenácti kritérií: dvě až tři znamenají mírnou, čtyři až pět středně závažnou, šest a více těžkou poruchu. Stupně užívání sahají od příležitostného přes rizikové užívání a škodlivé užívání až k závislosti, přechody jsou plynulé.

Odvykání. Téměř každý druhý, kdo užívá pravidelně, zná abstinenční příznaky: nervozitu, problémy se spánkem, malou chuť k jídlu, podrážděnost, úzkost nebo skleslou náladu. Obvykle začínají jeden až tři dny po posledním užití a nejsilnější jsou v prvním týdnu. Většina odezní po dvou až třech týdnech, problémy se spánkem a skleslá nálada mohou trvat déle.

Zapamatujte si

- Rizikové užívání: všímat si, test sebehodnocení, upřímný rozhovor.
- Škodlivé užívání: poradenství, například v adiktologické poradně.
- Závislost: léčba, tedy poradenství, detoxifikace a terapie.

Zdroje: Bundesministerium für Gesundheit (2024), Mustercurriculum für Präventionsbeauftragte; drugcom.de (BIÖG), Was sind psycho-soziale Risikofaktoren für eine Cannabisabhängigkeit?; Bonnet, Preuss (2017), The cannabis withdrawal syndrome: current insights, Substance Abuse and Rehabilitation 8.

Cannabis Social Club Dortmund e. V. · Stav k 7. října 2026 · Šíření beze změn povoleno (CC BY-ND 4.0)

Celý modul