iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

# Látkové závislosti

Jaroslav Šejvl & Miroslava Mašlániová

Klinika adiktologie
1. LÉKAŘSKÁ FAKULTA Univerzita Karlova
VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE
PRAHA PRAGUE PRAGA PRAG
Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy
Ministerstvo zdravotnictví

# Adiktologie a její služby

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- jsou zaměřeny na pomoc klientovi, dosažení pozitivní změny v různých aspektech jeho života (životní styl, zdravotní a sociální stav), s cílem zapojit maximální počet klientů do běžného života,

- jsou založeny na partnerském přístupu ke klientovi, který vyjadřuje respekt vůči klientovi a jeho životním hodnotám – klient je v procesu úzdravy a změny hlavním hybatelem a rovnocenným partnerem adiktologickým službám,

# Adiktologie a její služby

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- respektují různé fáze vzniku a rozvoje závislosti v rámci cyklu změny, nastavení a provoz sítě služeb musí tyto fáze vývoje respektovat,

- preferují poskytování služeb v přirozeném prostředí klienta a v ambulantním sektoru tak, aby klient nebyl vytržen z běžných životních rolí a odpovědností,

# Adiktologie a její služby

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- jsou založeny na spolupráci a propojenosti za účelem co nejjednoduššího a co nejefektivnějšího průchodu klienta službami s cílem dosažení změny a zapojení do normálního fungování, včetně propojení se souvisejícími zdravotními a sociálními službami,

- kladou důraz na sociální rehabilitaci a podporují reintegraci klienta, včetně pomoci s hledáním bydlení, zaměstnání a řešení finanční situace klienta,

# Adiktologie a její služby

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- jsou flexibilní, jsou schopny rychle reagovat na změny v cílových skupinách péče a na potřeby společnosti při respektování variability lokálních potřeb,

- jsou vždy zajišťovány osobami s odpovídající kvalifikací a praxí odpovídajícím požadavkům na odbornou adiktologickou péči a používajícím ověřené, bezpečné a efektivní intervence, což nevylučuje zapojení svépomocných a vrstevnických aktivit,

# Adiktologie a její služby

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- dbají na svoji kvalitu a efektivitu, jsou poskytovány v souladu se standardy odborné způsobilosti, pravidelně hodnotí svoji výkonnost a účinnost,

- pracují také s rodinou, blízkými osobami i širším sociálním okolím klienta, s jeho informovaným/vědomým souhlasem,

# Adiktologie a její služby

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- rozvíjejí komunitní principy práce, včetně participace klientů a dobrovolníků, např. z řad vrstevníků apod.,

- jsou poskytovány i osobám ve výkonu trestu odnětí svobody a po výstupu z vězení.

# Adiktologie a biochemie závislostí

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- Užití NL vyvolá v organismu široké spektrum biochemických změn
- Změny – kausální nexus
- Proces: psychický, sociální, biologický (narušení biologických regulací v organismu)
- Bio – psycho – socio – spirituální

# Adiktologie a biochemie závislostí

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- Léčiva: podle typu
- THC: moč 2–7 dní, max. 10 dní; chron. 4–6 týdnů
- Opioidní alkaloidy: 24 hodin, 2–3 dny
- Stimulancia: 24 hodin, 2–3 dny
- Halucinogeny: podle typu
- Alkohol: vstřebávání závisí na koncentraci alkoholu v nápoji; čím více naplněný žaludek, tím pomalejší resorpce.
- Pokles 0,12–0,20 ‰. Neovlivňuje fyzická námaha, kofein, farmaka (Zima in Kalina, 2015).

# NEJJEDNODUŠŠÍ DĚLENÍ

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- Tlumivé látky (narkotika) zpomalují psychomotorické tempo. Malé dávky zklidní, vyšší navodí spánek, kóma až zástavu životních funkcí.

- Psychomotorická stimulancia zbaví člověka únavy, urychlí myšlenkové tempo, aktivují motoriku.

- Halucinogeny vyvolávají změny vnímání od pouhého zostření až po stavy podobné schizofrenii.

# BIO – PSYCHO – SOCIO – SPIRITUÁLNÍ MODEL

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- Morální paradigma.
- Veřejnozdravotní paradigma.
- Psychologické paradigma: Behaviorální teorie pokládají závislost za chování naučené jednoduchými procesy učení (klasické a operantní podmiňování, učení nápodobou).

# BIO – PSYCHO – SOCIO – SPIRITUÁLNÍ MODEL

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- Podle kognitivních teorií je závislost vzorec strategií chování a dysfunkčních přesvědčení, které se odvíjejí od tzv. jádrových přesvědčení, vytvářených v dětství. Psychodynamické teorie spatřují podstatu problémů závislých osob ve vývojové poruše osobnostní struktury, která pramení z problematického utváření nejužších vztahů v ranných etapách života.

- Psychologické paradigma je v klinické adiktologii dost vlivné a terapeuticky relativně úspěšné, někdy se však obtížně snáší s medicínským pojetím nemoci.

# BIO – PSYCHO – SOCIO – SPIRITUÁLNÍ MODEL

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- Sociální paradigma.
- Psychologicko – sociální paradigma.
- Neurobiologické paradigma.
- Multifaktoriální paradigma.
- Bio-psycho-sociální paradigma (pojetí člověka jako celistvé bio-psycho-sociální bytosti ve zdraví, nemoci i léčbě).

- Mozek – výchova – učení

# BIO – PSYCHO – SOCIO – SPIRITUÁLNÍ MODEL

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- Farmakoterapie a psychoterapie.

- Abstinence a terapie (abstinence je prostředek a nikoli cíl).

# BIO – PSYCHO – SOCIO – SPIRITUÁLNÍ MODEL

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- Závislost je porucha celé osoby
- Zneužívání návykových látek odráží obecnější problém zvládání životních situací.
- Zneužívání návykových látek je poruchou celé osoby.
- Zneužívání návykových látek je projevem, nikoliv podstatou poruchy.
- Problém léčby se netýká drogy, ale osoby.

# BIO – PSYCHO – SOCIO – SPIRITUÁLNÍ MODEL

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- Zneužívání návykových látek má své kořeny v jiných, obecnějších problémech – psychologických nebo vývojových.
- Typickým psychologickým rysem problémových uživatelů a závislých je nezralost, nízké sebehodnocení a problémy spojené s charakterem a se životním scénářem.
- Vzorce užívání drog jsou méně podstatné než psychologické problémy a problémy s chováním.

# BIO – PSYCHO – SOCIO – SPIRITUÁLNÍ MODEL

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- Sebepéče: Klient si musí osvojit osobní hygienu, uklízení a přiměřené oblékání. Musí se naučit zvykům a postojům, které jsou nezbytné pro udržení úzdravy, a předcházet situacím, které přinášejí pocit debaklu. Dobrá péče o sebe vyjadřuje změnu v prožívání a vnímání vlastní hodnoty.

# BIO – PSYCHO – SOCIO – SPIRITUÁLNÍ MODEL

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- smysluplnost (důležitost života, smysl životních situací, odvozování jejich účelnosti),
- hodnoty (ceněná přesvědčení a hodnotová měřítka),
- transcedence (zkušenosti s dimenzí přesahující osobní Já a oceňování této dimenze),
- spojení (vztahy k sobě, druhým lidem, Bohu nebo Vyšší síle a prostředí),
- „stávání se“ (rozvíjení života, což vyžaduje zkušenost a reflexi a zahrnuje pocit, kdo člověk je a jak poznává).

# Užívání NL

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- Rizikové skupiny a rizikoví jedinci. Tuto kategorii můžeme rozdělit podle specifických kritérií:

- Věk – první ochutnání návykové látky, resp. zájem o tuto látku se může objevovat již v průběhu desátého až jedenáctém roce života člověka, a přetrvává až do věku blízkého věku mladistvého, cca do 20 roku života;

# Užívání NL

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- Profese – lidé vystaveni vysokému nebo extrémnímu psychickému tlaku, zejm. v zaměstnání (lékaři, policisté, hasiči, psychologové, terapeuti, …) nebo vykonávající profesi, kde se návyková látka běžně vyskytuje (restauratéři, číšníci, pivovarníci, pracovníci ve výrobě alkoholu) nebo je běžnou součástí takové profese (lékaři, lékárníci);

- Sociální status – lidé v sociální exkluzi, nezaměstnaní, postiženi chudobou, žijící osamoceně, potýkající se s životními traumaty, ztrátami, ale i se zásadními životními změnami – zdravotní ohrožení či postižení, odchod z aktivního zaměstnání, exekuce, apod.

# Užívání NL

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- Experimentátoři. Zpravidla se jedná o ty, kteří nepravidelně zkoušejí užití návykové látky nebo více návykových látek. Takové užití s sebou zpravidla nepřináší zdravotní, sociální nebo jiné následky.

- Příležitostní a tzv. „rekreační“ uživatelé. Jedná se o ty, kterým se návyková látka stala určitou součástí jejich životního stylu. Stejně jako u předešlého takové užití s sebou zpravidla nepřináší zdravotní, sociální nebo jiné následky. K takovému užití dochází zpravidla max. jednou za týden. Pojem „rekreační“ užívání je v adiktologii využívaný terminus technicus, ale lze jej považovat – z obsahového významu slova – za velmi nešťastně zvolený.

# Užívání NL

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- Pravidelní uživatelé. Pravidelnost je definována užitím látky častěji než jedenkrát týdně. Návyková látka už není jen součástí životního stylu uživatele, ale mohou se vyskytovat již počínající negativní příznaky.

- Problémoví uživatelé. Jedná se o ty uživatele návykové látky, kteří dlouhodobě a pravidelně užívají návykové látky.

# Užívání NL

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- Závislí jsou ti, u kterých byla diagnostikována kritéria závislosti podle MKN 10, zpravidla pod diagnostickým kódem F 10 až F 19. Jedná se o opakované / nepřetržité užívání dotčené látky po dobu nejméně jednoho měsíce nebo opakovaně v kratších obdobích. Současně musí být přítomna / splněna minimálně tři následující kritéria:

# Užívání NL

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- craving / bažení; tedy silná touha po užití látky nebo pocit nutnosti látku užít,
- obtíže při sebekontrole při užívání látky,
- odvykací stav (abstinenční příznaky) při vysazení užívané látky,
- zvyšování tolerance k účinku látky → prokazatelné zvyšování dávek v čase za účelem dosažení stejného / požadovaného účinku,
- viditelný rozvoj zanedbávání zájmů, zálib či jejich úplné opuštění,
- pokračování v užívání návykové látky, a to i přes skutečnost, že se jasně projevují škodlivé následky takového užívání.

# Užívání NL – set a setting

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- Set je komplexní, tedy psychické, a i fyzické nastavení jedince, který návykovou látku užívá. Jedná se tedy o jeho aktuální náladu, životní situaci, jím očekávané účinky látky, únavu, neurochemickou citlivost vůči konkrétní návykové látce, ale i případná nezpracovaná (psychická) traumata z minulosti.

- Setting je prostředí, kde je psychoaktivní látka užívaná (ne/znalost prostředí, kde je látka užívaná, ne/příjemnost tohoto prostředí, společnost, ve které je látka užívaná a celý kontext konzumace této látky).

# Užívání NL – duševní porucha

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- *„syndrom, který je charakterizován klinicky významným narušením člověka v oblasti kognice, regulace emocí nebo chování, které odráží dysfunkci psychických, biologických a vývojových procesů zajišťujících chod duševních funkcí.*
- *Duševní poruchy jsou většinou spojovány s klinicky významnou nepohodou nebo funkčním narušením ve společenské, pracovní anebo v jiných důležitých oblastech. Očekávaná a kulturně adekvátní reakce na běžnou stresovou událost nebo ztrátu (reakce na smrt blízké osoby) není chápána jako duševní porucha. Společensky deviantní chování a konflikty, které jsou primárně mezi jedincem a společností, nejdou považovány za duševní poruchy, pokud deviace nebo konflikt nevyplývá z dysfunkce patrné u jedince“* (DSM V., 2015, s. 20).

# Užívání NL – porucha chování

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- nemůžeme vymezit pouze jako psychiatrické kritérium, ale i jako společenskou otázku na jejímž vydefinování se kromě psychiatrie podílí i sociologie, sociální služby, psychologie, pedagogika a další humanitní obory. Zjednodušeně můžeme uvést, že poruchy chování jsou charakterizovány buď opakujícím se nebo trvalým obrazem disociálního, agresivního nebo vzdorovitého chování.
- V aktuálně platné MKN 10 stratifikujeme poruchy chování do čtyř základních kritérií: porucha chování ve vztahu k rodině, nesocializovaná porucha chování, socializovaná porucha chování a porucha opozičního vzoru.

# Rizikové chování

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- Alkoholické nápoje (pivo 23 / víno 14 + chemické požadavky 12 / lihoviny 6 + spirits drink nad 15 %) – ostatní nápoje; nízkoalkoholický nápoj;
- Tabákové výrobky (32), a bylinné výrobky určené ke kouření
- Nikotin (sine),
- Omamné a psychotropní látky (111 / 10 / 103 / 499 / 23 / 8 / 67 - počítáno podle chemického názvu + příloha č. 8 – 6 komodit obsahujících uvedené přípravky), ⌖ 821 [+ příloha č. 8: přípravky obsahující taxativně vyjmenované látky (16)]

# Rizikové chování

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- Psychomodulační látky [1(6)+1(7)],
- Zařazené psychoaktivní látky (138)
- a jiné látky s psychoaktivními účinky, jejichž užívání může vést nebo se podílet na vzniku a rozvoji duševních poruch a poruch chování [§ 2 písm. a) zák. o ochraně zdraví před škodlivými účinky návykových látek].

# Rizikové chování

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- Alkohol: zák. 65/2017 Sb., o ochraně zdraví před škodlivými účinky návykových látek a vyhl. č. 248/2018 Sb., o požadavcích na nápoje, kvasný ocet a droždí.
- Tabák: zák. 65/2017 Sb., o ochraně zdraví před škodlivými účinky návykových látek a zák. č. 110/1997 Sb., o potravinách a tabákových výrobcích a o změně a doplnění některých souvisejících zákonů + vyhl. č. 37/2017 Sb., o elektronických cigaretách, náhradních náplních do nich a bylinných výrobcích určených ke kouření.
- Nikotin: vyhl. č. 141/2023 Sb., o nikotinových sáčcích bez obsahu tabáku.

# Rizikové chování

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- Omamné a psychotropní látky: zák. č. 167/1998 Sb., o návykových látkách a o změně některých dalších zákonů; nař. vlády č. 463/2013 Sb., o seznamech návykových látek; nař. vlády č. 552/2025 Sb., o podmínkách pro předepisování, výdej a používání individuálně připravovaných léčivých přípravků s obsahem psilocybinu pro léčebné použití.

# Rizikové chování

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- Psychomodulační látky: nař. vlády 456/2025 Sb., o seznamu psychomodulačních látek a vyhl. č. 448/2025 Sb., o psychomodulačních látkách.

- Zařazené psychoaktivní látky: nař. vlády č. 11/2025 Sb., o seznamu zařazených psychoaktivních látek.

- a jiné látky s psychoaktivními účinky, jejichž užívání může vést nebo se podílet na vzniku a rozvoji duševních poruch a poruch chování [§ 2 písm. a) zák. o ochraně zdraví před škodlivými účinky návykových látek].

# Rizikové chování

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

i) **návykové látky**, ii) rizikové chování v dopravě, iii) **poruchy příjmu potravy**, iv) **problematika alkoholických nápojů**, v) tabák, vi) syndrom CAN, vii) šikana, viii) kyberšikana, ix) homofobie,

x) extremismus (rasismus, xenofobie a antisemitismus), xi) vandalismus, xii) záškoláctví, xiii) krádeže, xiv) netolismus, xv) krizové situace spojené s násilím, xvi) sebepoškozování, xvii) nová náboženská hnutí, xviii) sexuálně rizikové chování, xix) příslušnost k subkulturám,

xx) domácí násilí, xxi) hazardní hraní, xxii) syndrom PAS, xxiii) obecně duševní onemocnění a xxiv) sebevražedné chování

# Návykové látky - § 2 písm. a) TabZák.

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

**a)** návykovou látkou alkohol, tabák, nikotin, omamné a psychotropní látky, psychomodulační látky, zařazené psychoaktivní látky a jiné látky s psychoaktivními účinky, jejichž užívání může vést nebo se podílet na vzniku a rozvoji duševních poruch a poruch chování,

**b)** tabákovým výrobkem výrobek, ….

**c)** kuřáckou pomůckou pomůcka …

**d)** bylinným výrobkem určeným ke kouření výrobek, …

# Návykové látky - § 2 písm. a) TabZák.

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

**e)** elektronickou cigaretou výrobek, …

**q)** nikotinovým sáčkem bez obsahu tabáku výrobek …

**r)** zbožím souvisejícím s psychomodulačními látkami pomůcky …

**s)** výrobkem obsahujícím nikotin výrobek obsahující nikotin …

# MKN 10

| Kódová položka | Diagnóza |
|---|---|
| F 10 | Poruchy duševní a poruchy chování způsobené užíváním alkoholu |
| F 11 | Poruchy duševní a poruchy chování způsobené užíváním opioidů |
| F 12 | Poruchy duševní a poruchy chování způsobené užíváním kanabinoidů |
| F 13 | Poruchy duševní a poruchy chování způsobené užíváním sedativ nebo hypnotik |
| F 14 | Poruchy duševní a poruchy chování způsobené užíváním kokainu |
| **F 15** | **Poruchy duševní a poruchy chování způsobené užíváním jiných stimulancií, včetně kofeinu** |
| F 16 | Poruchy duševní a poruchy chování způsobené užíváním halucinogenů |
| F 17 | Poruchy duševní a poruchy chování způsobené užíváním tabáku |
| F 18 | Poruchy duševní a poruchy chování způsobené užíváním prchavých rozpouštědel |
| F 19 | Poruchy duševní a poruchy chování způsobené užíváním více drog a jiných psychoaktivních látek |

# Energetické nápoje

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

Sycené nealkoholické nápoje; hlavní složky: voda, kofein a cukr (náhradní umělá sladidla).

Dále: stimulační látky [taurin, rostlinné extrakty (guarana, ženšen) + další stimulanty]. Přidány mohou být i vitamíny; zprav. vitamíny skupiny B.

Energetické nápoje jsou „*energetickou bombou*“, neboť obsahují velké množství cukru (www.nzip.cz, 2025a).

# Energetické nápoje

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

Hodnota se liší podle značky výrobku: $\bar{x}$ 32 mg / 100 ml (ne před 12 rokem života; 12 až 18 let max. 100 mg / den).

2 energetické nápoje / den > max. hodnota doporučená Evropským úřadem pro bezpečnost potravin (EFSA) pro děti a dospívající (3 mg / kg váhy).

Vysoký obsah cukrů (rizika umělých sladidel)

# Energetické nápoje – zdravotní rizika

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

Kazivost zubů
Nadváha → obezita, metabolický syndrom
Kardiovaskulární obtíže (diabetes?)
Zhoubné nádory,
Tolerovatelný příjem volného cukru (cukru, který není přirozeně obsažený v potravinách jako ovoce, mléko nebo zelenina) 25 g / den (www.nzip.cz, 2025b).

Cukr: $\bar{x}$ 10 – 11 g / 100 ml

# Energetické nápoje

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

Kofein: nervozita, úzkost, neklid, bolest hlavy, třes rukou, příp. a celkové napětí.

Narušení kvality spánku.

Zvýšení srdeční frekvence a krevního tlaku.

Kofein a cukr může vést k dehydrataci, zejména při fyzické aktivitě (např. fotbal, …).

Vysoký obsah cukru a kyselin může způsobit nevolnost, žaludeční potíže a pálení žáhy.

# Energetické sáčky

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

Energetické sáčky jsou beznikotinové, obvykle beztabákové orální výrobky obsahující kofein a pomocné složky, které se vkládají mezi ret a dáseň za účelem postupného nebo rychlého uvolnění kofeinu přes ústní sliznici a jeho následného systémového stimulačního účinku.

Uživatel vloží jeden sáček obvykle pod horní nebo dolní ret a nechá jej na místě po určitou dobu podle návodu výrobce.

Sáček se nepolyká, neotevírá a nemá se žvýkat. Po vyjmutí se vyhodí. Výrobky se mohou lišit velikostí, dobou použití, pH, rychlostí uvolňování a skutečně dostupnou dávkou kofeinu (Sadek et al., 2017).

Klinika adiktologie
1. LÉKAŘSKÁ FAKULTA Univerzita Karlova
VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE
PRAHA PRAGUE PRAGA PRAG
Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy
Ministerstvo zdravotnictví

# Energetické sáčky

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

Kofein je přirozeně se vyskytující alkaloid ze skupiny methylxanthinů a současně nejčastěji užívaná psychoaktivní látka na světě. Kofein je součástí širokého spektra výrobků.

Tradičně je přijímán prostřednictvím kávy, čaje nebo kakaa, v posledních desetiletích se však stále častěji objevuje také v energetických nápojích, doplňcích stravy, žvýkačkách, tabletách, energetických sáčcích a dalších výrobcích určených ke zvýšení bdělosti nebo sportovního výkonu.

Rozšiřování těchto nových forem zvyšuje dostupnost kofeinu zejména mezi dětmi a dospívajícími (Meigs et al., 2022; Soós et al., 2021).

# Energetické sáčky

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

Ve srovnání s tradičními zdroji kofeinu jsou často propagovány jako pohodlnější alternativa ke kávě nebo energetickým nápojům, přičemž výrobci zdůrazňují jejich diskrétní použití, absenci cukru a snadnou přenositelnost.

Na trhu jsou dostupné v různých příchutích.

Kromě kofeinu často obsahují také vitaminy skupiny B, taurin, L-theanin, guaranu nebo další látky deklarované jako podporující bdělost či koncentraci.

# Komparace

| Vlastnost | Energetické sáčky | Nikotinové sáčky |
|---|---|---|
| Hlavní účinná látka | Kofein | Nikotin |
| Typický zamýšlený účinek | Bdělost, menší pocit únavy, stimulace | Nikotinová stimulace a potlačení abstinenčních příznaků u závislých uživatelů |
| Tabák | Obvykle ne | Také obvykle ne; obsahují nikotinový prášek, nikoli tabákové listy |
| Způsob použití | Mezi ret a dáseň | Mezi ret a dáseň |
| Hlavní riziko závislosti | Kofeinová tolerance a návykové užívání, obvykle slabší než u nikotinu | Výrazný potenciál nikotinové závislosti |
| Lokální účinky | Možné podráždění sliznice; přímá data jsou omezená | Podráždění sliznice a další účinky související s nikotinem |
| Regulační kategorie | Často potravina nebo doplněk stravy, podle země | Často tabákový nebo nikotinový výrobek, podle země |

raví
chování

Klinika adiktologie
1. LÉKAŘSKÁ FAKULTA Univerzita Karlova
VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE
PRAHA PRAGUE PRAGA PRAG
Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy
Ministerstvo zdravotnictví

# Energetické sáčky

| Výrobce | Produkt | Kofein (mg/sáček) | Další deklarované složky |
|---|---|---|---|
| WAKEY | Original | 50 | Vitaminy skupiny B (B3, B5, B6, B12), přírodní aromata, sladidla |
| VELO | Energy | 75 | Taurin, vitaminy skupiny B, aromata, sladidla |
| ZONE | Energy | 100 | L-theanin, extrakt ze zeleného čaje, vitaminy skupiny B, aromata |
| DOPE | Extreme | 150 | Extrakt z guarany, vitaminy skupiny B, aromata |
| HIT | Max | 200 | Taurin, vitaminy skupiny B, přírodní aromata |

# Energetické sáčky

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

Kofein, vnitřní nosič a plnící materiál, regulátor pH, sladidla a chuťové složky a další přísady: L-theanin, taurin, L-tyrosin, vitaminy skupiny B, elektrolyty, adaptogenní nebo bylinné extrakty a další methylxanthiny, například theobromin (Mallock-Ohnesorg et al., 2023).

# Proč?

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

Sport: energie, výkon a identita sportovce

Škola: soustředění, dlouhé učení a kompenzace spánku

Gaming: dlouhé sezení, soutěž a „výkonová“ značka

Sociální vliv: přátelé, normalizace a sdílené situace

Sociální sítě a influenceři: od reklamy k napodobování

Snadná dostupnost a nízké „tření“ při užívání (snadné se rozhodnout a získat)

Jak se motivace mohou navzájem skládat: „typický řetězec“: únava po škole nebo práci → reklama či doporučení → dostupný výrobek → očekávání energie → užití při sportu, gamingu nebo učení → krátkodobá bdělost → pozdější spánek → další únava.

# Energetické sáčky




iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

Klinika adiktologie
1. LÉKAŘSKÁ FAKULTA
Univerzita Karlova
VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE
PRAHA PRAGUE PRAGA PRAG
Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy
Ministerstvo zdravotnictví

# Příklady obsahu kofeinu

| Zdroj kofeinu | Typický obsah kofeinu |
|---|---|
| Espresso (30 ml) | 60–80 mg |
| Překapávaná/filtrovaná káva (240 ml) | 80–120 mg |
| Instantní káva (240 ml) | 60–90 mg |
| Černý čaj (250 ml) | 30–60 mg |
| Zelený čaj (250 ml) | 20–45 mg |
| Cola (330 ml) | 30–45 mg |
| Energetický nápoj (250 ml) | 80 mg |
| Energetický nápoj (500 ml) | 160 mg |
| Hořká čokoláda (100 g) | 40–80 mg |
| Kofeinová žvýkačka | 40–100 mg |
| Kofeinové tablety | 100–200 mg/tableta |
| Energetické sáčky | 25–200 mg/sáček |
| Čistý syntetický kofein (prášek) | téměř 100 % kofein (dávkování závisí na odměření) |

# Kofein

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

Akutní účinek závisí na dávce, rychlosti vzestupu koncentrace v krvi, předchozí toleranci, tělesné hmotnosti, spánkovém deficitu, genetických rozdílech v metabolismu a současném užití dalších stimulantů nebo alkoholu.

Nižší až střední expozice může vést ke zvýšené bdělosti, neklidu, třesu, palpitacím, nespavosti a úzkosti. Při vyšších expozicích se může objevit zvracení, agitovanost, zmatenost, poruchy srdečního rytmu, křeče a v krajním případě smrt.

FDA výslovně uvádí, že čistý nebo vysoce koncentrovaný kofein může vyvolat nebezpečně rychlý či nepravidelný srdeční rytmus, křeče a úmrtí (U.S. Food and Drug Administration [FDA], 2018).

# Kofein

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

Kofein izolovaný z kávy, čaje nebo guarany a kofein vyrobený syntetickou cestou mají stejnou chemickou strukturu a při stejné dávce by měly působit prostřednictvím stejných receptorů.

Rozdíl může vzniknout v produktu, nikoli v „typu“ kofeinu: přírodní zdroj obvykle obsahuje další látky, zatímco čistý syntetický kofein může být prakticky bez doprovodné matrice a umožňuje mnohem vyšší koncentraci v malém objemu.

# Energetické sáčky

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- Perorálně, ale také intranazálně („šňupáním“).

- „*Syntetický kofein*“ není samostatná farmakologická látka.
- Označuje kofein vyrobený chemickou syntézou, obvykle ve formě bezvodého kofeinu (caffeine anhydrous).
- Molekula je stejná jako kofein obsažený v kávě, čaji nebo guarany.

| Typ rizika | Riziko | Stručná charakteristika | Úroveň dostupných důkazů |
|---|---|---|---|
| **Akutní** | Předávkování v důsledku vysoké koncentrace | Čistý kofeinový prášek umožňuje během krátké doby přijmout velmi vysokou dávku kofeinu. Nepřesné dávkování významně zvyšuje riziko intoxikace. | Silná |
| **Akutní** | Nepředvídatelná systémová expozice | Intranazální podání může vést k rychlému vstřebávání kofeinu. Přesná farmakokinetika této formy užití však dosud není dostatečně popsána. | Omezená až střední |
| **Akutní** | Kardiovaskulární komplikace | Mohou se objevit palpitace, tachykardie, zvýšení krevního tlaku a poruchy srdečního rytmu, zejména při vysokých dávkách. | Silná pro kofein, omezená pro intranazální podání |
| **Akutní** | Podráždění nosní sliznice | Přímý kontakt prášku se sliznicí může způsobit pálení, suchost, zánět nebo epistaxi (krvácení z nosu). | Střední |
| **Dlouhodobé** | Potenciální poškození nosního epitelu | Opakované užívání může vést k chronickému podráždění nosní sliznice. Experimentální studie naznačují možnou cytotoxicitu, klinické důkazy však zatím chybí. | Omezená |
| **Dlouhodobé** | Tolerance a závislost na kofeinu | Pravidelné užívání vysokých dávek může vést ke vzniku tolerance a rozvoji závislosti s abstinenčními příznaky po vysazení. | Silná |
| **Akutní i dlouhodobé** | Kombinace s dalšími stimulanty | Současné užívání s energetickými nápoji, amfetaminy nebo jinými stimulanty může zvyšovat riziko závažných nežádoucích účinků. | Střední |

# Energetické sáčky

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

Energie a překonávání únavy

Škola, studium a soustředění

Sociální situace, kamarádi a vrstevnický vliv

Chuť, potěšení, značka a dostupnost

Gaming, digitální prostředí a volnočasové aktivity

Sport a sportovní výkon

Vzhled, hubnutí a sociální sítě

Experimentování a vyhledávání intenzivnějšího účinku

Klinika adiktologie
1. LÉKAŘSKÁ FAKULTA Univerzita Karlova
VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE
PRAHA PRAGUE PRAGA PRAG
Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy
Ministerstvo zdravotnictví

nasypanej.cz/pred-vykonem/kofein/?gad_source=1&gad_campaignid=17275191588&gbraid=0AAAAAC8sGsQoes4CdLffc8ScXbNENE8wb&gclid=CjwKCAjw7p_UBhBlEiwAhpIs7ykROTy8A57t6j-LH...

SCAN | Historie | Hudba | LF | SVK | Photo | Zpravy | Soukr | KAD | soukrome | pohreb | nelatky | cesty | ASPI | Wolters Klu... | WebMail | HN | Všechny záložky



Akce




# Kofein

Nejen šiša ti pojede na plný pecky

★★★★★ 1 hodnocení Podrobnosti hodnocení

Pro chvíle, kdy potřebuješ okamžitej restart a hlavu v pohotovostním režimu „alfa". Kofein je tvůj nekompromisní startér, kterej tě vykopne z gauče nebo z kanclu přímo do akce. Sypej kofein a buď ten, kdo udává tempo, zatímco ostatní ještě hledají lžičku na míchání kafe. Detailní informace

**Forma**

kapsle | prášek

**Balení na**

1 měsíc | 3 měsíce

Skladem · U tebe už út 25.8.

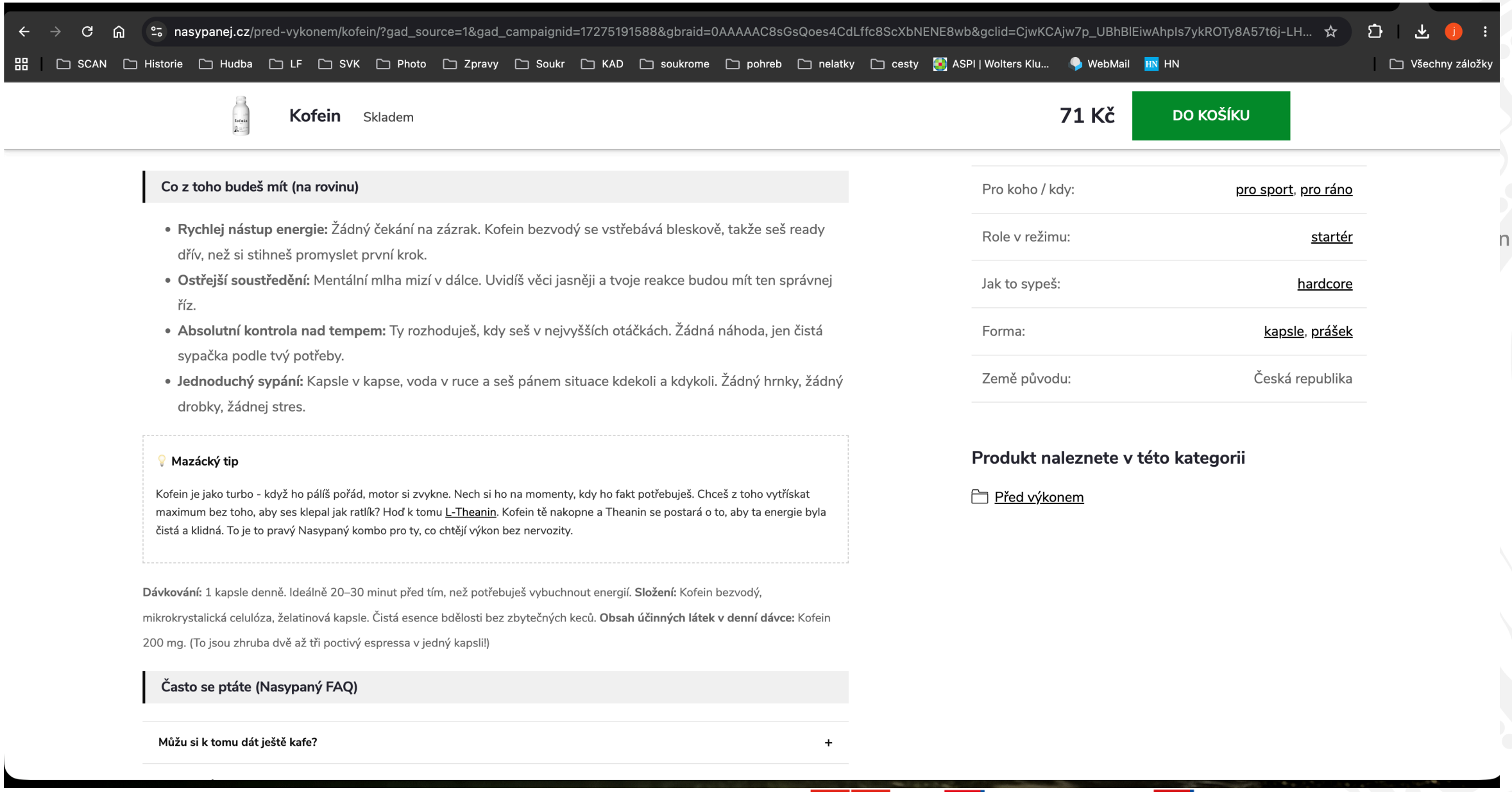
**71 Kč**

1 + -

PŘIDAT DO KOŠÍKU

Doprava zdarma od 1000 Kč
Vrácení do 30 dnů zdarma

Klinika adiktologie
1. LÉKAŘSKÁ FAKULTA Univerzita Karlova
VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE
PRAHA PRAGUE PRAGA PRAG
Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy
Ministerstvo zdravotnictví




Klinika adiktologie

1. LÉKAŘSKÁ FAKULTA Univerzita Karlova

VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE

PRAHA PRAGUE PRAGA PRAG

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy

Ministerstvo zdravotnictví

nasypanej.cz/pred-vykonem/kofein/?gad_source=1&gad_campaignid=17275191588&gbraid=0AAAAAC8sGsQoes4CdLffc8ScXbNENE8wb&gclid=CjwKCAjw7p_UBhBlEiwAhpIs7ykROTy8A57t6j-LH...

SCAN | Historie | Hudba | LF | SVK | Photo | Zpravy | Soukr | KAD | soukrome | pohreb | nelatky | cesty | ASPI | Wolters Klu... | WebMail | HN | Všechny záložky

Obchodní podmínky · Podmínky ochrany osobních údajů

+420 602 531 191

CZK | Čeština

Nasypanej

Napište, co hledáte

HLEDAT

Přihlášení | Prázdný košík

Trápí mě | Chci sypat | Balíčky | Produkty | Sypání pro vocasy | Sypání pro princezny

Na tvrdý vocas | Na svaly jako prase | Po chlastu a cigaretce | Na nervy




1 hodnocení Podrobnosti hodnocení

Pro chvíle, kdy potřebuješ okamžitej restart a hlavu v pohotovostním režimu „alfa“. Kofein je tvůj nekompromisní startér, kterej tě vykopne z gauče nebo z kanclu přímo do akce. Sypej kofein a buď ten, kdo udává tempo, zatímco ostatní ještě hledají lžičku na míchání kafe. Detailní informace

Forma

kapsle | prášek

Balení na

1 měsíc | 3 měsíce

Skladem · U tebe už út 25.8.

Klinika adiktologie

1. LÉKAŘSKÁ FAKULTA Univerzita Karlova

VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE

PRAHA PRAGUE PRAGA PRAG

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy

Ministerstvo zdravotnictví




iPREV

Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

# Elektronické cigarety, IQOS, vapíky, …

Klinika adiktologie

1. LÉKAŘSKÁ FAKULTA
Univerzita Karlova

VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE

PRAHA PRAGUE PRAGA PRAG

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy

Ministerstvo zdravotnictví

# Elektronické cigarety




Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- Elektronické cigarety
- IQOS (I quit ordinary smoking)
- Jednorázová elektronická cigareta (s nikotinem / bez nikotinu – vapíci/vapíky; vaporizéry s nikotinem – nyní min. 76 variant)
- Nikotinové sáčky







# iPREV

Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

Klinika adiktologie

1. LÉKAŘSKÁ FAKULTA
Univerzita Karlova

VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE

PRAHA PRAGUE PRAGA PRAG

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy

Ministerstvo zdravotnictví

# Nikotinové sáčky

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

Nikotinové sáčky:

**a)** požadavky na složení, vzhled, jakost a vlastnosti nikotinových sáčků bez obsahu tabáku (dále jen „nikotinový sáček“),

**b)** označování nikotinových sáčků, včetně zakázaných prvků a rysů, a

**c)** způsob, lhůty a rozsah oznamovací povinnosti výrobců a dovozců nikotinových sáčků.

Obsah jednotkového balení nesmí překročit 240 mg nikotinu a musí obsahovat minimálně 20 dávek nikotinového sáčku.

# Nikotinové sáčky - Candys

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

$\bar{x}$ > 30 mg / sáček

# Psychomodulační látky

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- § 2 písm. l) psychomodulačními látkami nové psychoaktivní látky a další látky s psychoaktivním účinkem, které nepředstavují závažné riziko pro veřejné zdraví nebo riziko závažných sociálních dopadů na jednotlivce a společnost a současně jsou uvedeny v nařízení vlády o seznamu psychomodulačních látek, a výrobky z nich (zák. o návykových látkách).
- Zvláštní právní kategorie psychoaktivních látek — nejsou automaticky „**bezpečné**“, ale jejich regulovaný prodej je možný.

# Kratom

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- „Tento výrobek má psychoaktivní účinky. Tento výrobek není potravinou. Tento výrobek není léčivým přípravkem a nebyl klinicky testován. Pokud si nejste jisti, zda je tento výrobek pro vás vhodný, konzultujte jeho užití s lékařem.
- Účinky: Při doporučeném dávkování má tento výrobek povzbuzující účinky. Při překročení doporučeného dávkování má tento výrobek tlumivé účinky.
- Užití tohoto výrobku může ovlivnit bdělost, koordinaci pohybů, koordinaci řeči, rovnováhu, smyslové vnímání, vnímání bolesti, spánek, náladu, funkci imunitního systému.
- Při dlouhodobém užívání vysokých dávek je možný vznik závislosti. Tento výrobek by se neměl užívat každý den, mezi jednotlivými užitími by měla být přestávka 3 dny. Dlouhodobé účinky na lidské zdraví nejsou dostatečně popsány, obzvláště jde-li o užívání jiné, než je orální užití samotné usušené rostliny.

# Kratom

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

- Upozornění: Neužívejte tento výrobek při, bezprostředně před a v době kratší než 8 hodin před řízením motorového vozidla nebo vykonáváním činnosti, u kterých je vyžadována zvýšená pozornost, schopnost soustředění a koordinace pohybů. Neřiďte motorové vozidlo a nevykonávejte tyto činnosti ani po uplynutí této doby, pokud se cítíte být pod vlivem tohoto výrobku.
- Tento výrobek není určen osobám mladším 18 let. Neužívejte tento výrobek spolu s dalšími psychoaktivními látkami, alkoholem, nikotinem, léky, ani při těhotenství nebo kojení, nebo pokud trpíte duševním onemocněním nebo tělesným onemocněním s poruchou funkce ledvin, jater, srdce a cév.
- Existují podezření na otravu kratomem a následné úmrtí.
- Užívejte v souladu s návodem k použití. Nepřekračujte doporučenou denní dávku. Ukládejte mimo dosah osob mladších 18 let.“.

Klinika adiktologie
1. LÉKAŘSKÁ FAKULTA Univerzita Karlova
VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE
PRAHA PRAGUE PRAGA PRAG
Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy
Ministerstvo zdravotnictví

# Zařazené psychoaktivní látky

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| ADB-P-5Br-INACA | | N-(1-amino-3,3-dimethyl-1-oxobutan-2-yl)-5-brom-1-pentyl-1H-indazol-3-karboxamid | | |
| ADMB-3TMS-PRINACA | | N-(1-amino-3,3-dimethyl-1-oxobutan-2-yl)-1-(3-(trimethylsilyl)propyl)-1H-indazol-3-karboxamid | | |
| ADMB-INACA | | N-(1-amino-3,3-dimethyl-1-oxobutan-2-yl)-1H-indazol-3-karboxamid | | |
| A-FUBIACA | | N-(1-adamantyl)-2-[1-[(4-fluorfenyl)methyl]indol-3-yl]acetamid | | |
| A-PBITMO | | (adamantan-1-yl)(3-pentyl-2-thioxo-2,3-dihydro-1H-benzo[d]imidazol-1-yl)methanon | | |
| A-PONASA | | N-adamantyl-4-(pentyloxy)naftalen-1-sulfonamid | | |
| BENZYL-4CN-BINACA | | N-benzyl-1-(4-kyanobutyl)-1H-indazol-3-karboxamid | | |
| BZO-4en-POXIZID | | N-[(Z)-(2-oxo-1-pent-4-enyl-indolin-3-yliden)amino]benzamid | | |
| BZO-POXIZID | | N-[(Z)-(2-oxo-1-pentyl-indolin-3-yliden)amino]benzamid | | |
| CUMYL-1Cl-CHSINACA | | 1-(1-chlorcyklohexyl)sulfonyl-N-(1-methyl-1-fenyl-ethyl)indazol-3-karboxamid | | |
| CUMYL-3TMS-PRINACA | | N-(2-fenylpropan-2-yl)-1-(3-(trimethylsilyl)propyl)-1H-indazol-3-karboxamid | | |
| Cumyl-BC-HpMeGaClone-221 | | (5-(bicyklo[2.2.1]hept-2-yl)methyl)-2-(2-fenylpropan-2-yl)-2,5-dihydro-1H-pyrido[4,3-b]indol-1-on | | |
| Cumyl-CB-MeGaClone | | 5-(cyklobutylmethyl)-2-(1-methyl-1-fenyl-ethyl)pyrido [4,3-b]indol-1-on | | |

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování



# iPREV

Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

Klinika adiktologie

1. LÉKAŘSKÁ FAKULTA
Univerzita Karlova

VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE

PRAHA
PRAGUE
PRAGA
PRAG

Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy

Ministerstvo zdravotnictví

# Školní řád / vnitřní řád

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

Žákům a studentům je zakázáno v prostorách školy a při všech akcích pořádaných školou vnášet, přechovávat, distribuovat, užívat nebo jinak neoprávněně nakládat s návykovými látkami nebo jinými látkami ohrožujícími život nebo zdraví.

Zákaz se vztahuje také na látky, které návykové látky svým vzhledem, chutí nebo konzistencí napodobují.“

# Nadpis


Sadek, P., Pan, X., Shepherd, P., Malandain, E., Carney, J., & Coleman, H. (2017). A randomized, two-way crossover study to evaluate the pharmacokinetics of caffeine delivered using caffeinated chewing gum versus a marketed caffeinated beverage in healthy adult volunteers. *Journal of Caffeine Research, 7*(4), 125–132. https://doi.org/10.1089/jcr.2017.0025

Mallock-Ohnesorg, N., Rinaldi, S., Malke, S., Dreiack, N., Pieper, E., Laux, P., Schulz, T., Zimmermann, R., & Luch, A. (2023). Oral nicotine pouches with an aftertaste? part 1: Screening and initial toxicological assessment of flavorings and other ingredients. *Archives of Toxicology, 97*(9), 2357–2369. https://doi.org/10.1007/s00204-023-03538-9

Meigs, J. M., Bartolomeo, V. R., & Wolfson, A. R. (2022). Methodological Review of Caffeine Assessment Strategies with a focus on adolescents. *Sleep Medicine Reviews, 62,* 101587. https://doi.org/10.1016/j.smrv.2021.101587

Soós, R., Gyebrovszki, Á., Tóth, Á., Jeges, S., & Wilhelm, M. (2021). Effects of caffeine and caffeinated beverages in children, adolescents and Young Adults: Short Review. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 18*(23), 12389. https://doi.org/10.3390/ijerph182312389

U.S. Food and Drug Administration. (2018). *FDA warns consumers about pure and highly concentrated caffeine*. https://www.fda.gov/food/information-select-dietary-supplement-ingredients-and-other-substances/fda-warns-consumers-about-pure-and-highly-concentrated-caffeine

# Použitá literatura

iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování


Zákon č. 65/2017 Sb., o ochraně zdraví před škodlivými účinky návykových látek

Vyhláška č. 141/2023 Sb., o nikotinových sáčcích bez obsahu tabáku

Definice energetického nápoje (2025a): www.nzip.cz, [nedatováno], dostupné na https://www.nzip.cz/rejstrikovy-pojem/5762, staženo dne [27. 05. 2025 ].

Rizika energetického nápoje (2025b): www.nzip.cz, [nedatováno], dostupné na https://www.nzip.cz/clanek/1736-rizikova-konzumace-energetickych-napoju-u-mladych-lidi, staženo dne [27. 05. 2025 ].

Obrázky, které nejsou nijak citovány, byly vytvořeny za pomoci AI.

Kofeinová lahvička: www.nasypanej.cz [nedatováno], dostupné na https://www.nasypanej.cz/pred-vykonem/kofein/ staženo dne [5. 10. 2026].

Obecný obrázek z nasypanej.cz: www.nasypanej.cz [nedatováno], dostupné na https://www.nasypanej.cz/sypani-provocasy/ staženo dne [5. 10. 2026].

Obrázek aplikace nikotinového sáčku: www.vitalia.cz [29. 06. 2023], dostupné na https://www.vitalia.cz/clanky/nikotinove-sacky-omezeni-prodeje-vyhlaska/, staženo dne [5. 10. 2026].


Klinika adiktologie
1. LÉKAŘSKÁ FAKULTA Univerzita Karlova
VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE
PRAHA PRAGUE PRAGA PRAG
Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy
Ministerstvo zdravotnictví

# Použitá literatura


Nikotinový sáček ZYN: : www.mojeelektronickacigareta.cz [nedatováno], dostupné na https://mojeelektronickacigareta.cz/nikotinove-sacky-zyn/nikotinove-sacky-zyn-strong-cool-mint-mata-s-mentolem-9-mg-7899.html, staženo dne [5. 10. 2026].

Nikotinový sáček Candys: www.nordpouches.com [nedatováno], dostupné na https://nordpouches.com/cs/product/gummy-bears-46-9mg-candys/, staženo dne [5. 10. 2026].

Obrázek energetického sáčku: www.nordiciton.cz, [nedatováno], staženo z https://www.nordiction.cz/kurwa-kofeinove-sacky/kurwa-energy-triple-mango/ dne [5. 10. 2026].

Tomáš Zima: Biochemie závislostí. In Kamil Kalina a kol. Klinická adiktologie. (2015). Praha: Grada.

Jakub Minařík & Vladimír Kmoch: Přehled psychotropních látek a jejich účinků. In Kamil Kalina a kol. Klinická adiktologie. (2015). Praha: Grada.

Martin Kuchař: Nové syntetické drogy. In Kamil Kalina a kol. Klinická adiktologie. (2015). Praha: Grada.

Kamil Kalina: Bio-psycho-socio-spirituální model a jeho implikace pro odbornou péči. In Kamil Kalina a kol. Klinická adiktologie. (2015). Praha: Grada.


iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

Klinika adiktologie
1. LÉKAŘSKÁ FAKULTA Univerzita Karlova
VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE
PRAHA PRAGUE PRAGA PRAG
Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy
Ministerstvo zdravotnictví

# Použitá literatura


Michal Miovský. (2026). Základy adiktologie pro všeobecné a praktické sestry a porodní asistentky: screening a krátké intervence pro dospělé pacienty.

Magdaléna Šustková: Genetické dispozice k drogovým závislostem a epigenetika. In Kamil Kalina a kol. Klinická adiktologie. (2015). Praha: Grada.

Kamil Kalina & Jakub Minařík: Duální diagnózy a psychopatologické komplikace. In Kamil Kalina a kol. Klinická adiktologie. (2015). Praha: Grada.

Jakub Minařík & Vratislav Řehák: Somatické komplikace a komorbidta. In Kamil Kalina a kol. Klinická adiktologie. (2015). Praha: Grada.

Barbara Janíková: Harm reduction. In Kamil Kalina a kol. Klinická adiktologie. (2015). Praha.: Grada.

Veronika Pavlas Martanová: Selektivní a indikovaná primární prevence. In Kamil Kalina a kol. Klinická adiktologie. (2015). Praha: Grada.

Michal Miovský, Lenka Čablová & Lucie Jurystová: Časná diagnostika a krátké intervence v adiktologii. In Kamil Kalina a kol. Klinická adiktologie. (2015). Praha: Grada.

8. Amalie Pavlovská & Jakub Minařík: Substituční léčba závislosti. In Kamil Kalina a kol. Klinická adiktologie. (2015). Praha: Grada.


iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

Klinika adiktologie
1. LÉKAŘSKÁ FAKULTA Univerzita Karlova
VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE
PRAHA PRAGUE PRAGA PRAG
Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy
Ministerstvo zdravotnictví

# Použitá literatura


Amalie Pavlovská & Jakub Minařík: Substituční léčba závislosti. In Kamil Kalina a kol. Klinická adiktologie. (2015). Praha: Grada.

Kamil Kalina: Kognitivně-behaviorální východiska. In Kamil Kalina a kol. Klinická adiktologie. (2015). Praha: Grada.

Josef Radimecký: Terapeutická komunita v adiktologii. In Kamil Kalina a kol. Klinická adiktologie. (2015). Praha: Grada.

Amalie Pavlovská: Prevence a zvládání relapsu. In Kamil Kalina a kol. Klinická adiktologie. (2015). Praha: Grada.

Kamil Kalina: Faktory významné pro léčbu, změnu a úzdravu. In Kamil Kalina a kol. Klinická adiktologie. (2015). Praha: Grada.

Miroslava Mašlániová: Emergentní adiktologie po užití psychoaktivní látky.


iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

Klinika adiktologie
1. LÉKAŘSKÁ FAKULTA Univerzita Karlova
VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE
PRAHA PRAGUE PRAGA PRAG
Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy
Ministerstvo zdravotnictví



iPREV
Interaktivní platforma
podpory duševního zdraví
a prevence rizikového chování

Klinika adiktologie
1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy
a Všeobecné fakultní nemocnice v
Praze

# Děkuji za pozornost

*jaroslav.sejvl@lf1.cuni.cz*

Klinika adiktologie
1. LÉKAŘSKÁ FAKULTA Univerzita Karlova
VŠEOBECNÁ FAKULTNÍ NEMOCNICE V PRAZE
PRAHA PRAGUE PRAGA PRAG
Ministerstvo školství, mládeže a tělovýchovy
Ministerstvo zdravotnictví