

Lokalna akcijska skupina za preprečevanje zasvojenosti
na območju občin Ormož, Središče ob Dravi in Sveti
Tomaž

10 let

November 2008

LAS - 10 LET

Izdala: Medobčinska lokalna akcijska skupina za preprečevanje zasvojenosti na območju občin Ormož, Središče ob Dravi in Sveti Tomaž

Zanjo: Stanislav Ivanuša

Besedilo: dr. Aleš Friedl, Stanislav Ivanuša, Marjan Škvorc, Boža Antolič, Maja Botolin Vaupotič

Oblikovanje naslovnice: dor

Fotografije: Maja Botolin Vaupotič

Lektoriranje: Marijana Korotaj

Tisk: Tiskarna Ekart

Naklada: 500 izvodov

Ormož, november 2008

CIP - Kataložni zapis o publikaciji
Univerzitetna knjižnica Maribor

613.81/.84(082)

LOKALNA akcijska skupina za preprečevanje zasvojenosti na območju občin Ormož, Središče ob Dravi in Sveti Tomaž : 10 let / [besedilo Aleš Friedl ... [et al.] ; fotografije Maja Botolin Vaupotič]. - [S.] .] : Medobčinska lokalna akcijska skupina za preprečevanje zasvojenosti na področju občin Ormož, Središče ob Dravi in Sveti Tomaž, 2008

1. OV. stv. nasl.
COBISS. SI - ID 61779201

Kazalo vsebine:

Stanislav Ivanuša 10. obletnica delovanja Medobčinske lokalne akcijske skupine za preprečevanje zasvojenosti na območju občin Ormož, Središče ob Dravi in Sveti Tomaž	5
Boža Antolič LAS in Rdeči križ	6
Maja Botolin Vaupotič Rastemo skupaj	7
Marjan Škvorc Odvisni od odnosov	11
Stanislav Ivanuša Skupnost Cenacolo	13
dr. Aleš Friedl Tobak	15
dr. Aleš Friedl Kanabis	22
Sanja Lončar Kaj vemo o energetske napitkih	25
dr. Aleš Friedl Alkohol	27
dr. Aleš Friedl Pasti uživanja alkohola pri mladih	33
dr. Aleš Friedl Rezultati ankete o rabi alkohola in drugih drog v ormoških osnovnih šolah ter osnovnih šolah Sveti Tomaž in Središče ob Dravi ter na Gimnaziji Ormož za leto 2008	40
Priloga Vprašalnik - anketa o rabi alkohola in drugih drog (2008)	72

10. obletnica delovanja Medobčinske lokalne akcijske skupine za preprečevanje zasvojenosti na območju občin Ormož, Središče ob Dravi in Sveti Tomaž¹

Prepovedane droge, besedi, ob katerih se marsikdo prestraši, ga strese srh, kdo drug se obrne vstran, kot da ta problem ne obstaja. Na srečo pa so tudi ljudje, ki se zavedajo razsežnosti tega problema in jim ni vseeno ter so na tem področju pripravljene delati in pomagati. Nekateri izmed teh so tudi člani Medobčinske lokalne akcijske skupine (v nadaljevanju LAS) za preprečevanje zasvojenosti na območju občin Ormož, Središče ob Dravi in Sveti Tomaž. LAS je bila ustanovljena pred desetimi leti kot ena izmed oblik odziva lokalne skupnosti na problematiko prepovedanih drog na območju takratne skupne občine Ormož. Ker je v tem času prišlo do razdelitve občine na tri nove občine, se je pojavilo vprašanje, ali bo vsaka občina imela svojo Lokalno akcijsko skupino. Prevladalo je skupno mnenje, da je veliko bolje, če področje vseh treh občin pokriva ena sama LAS, ki se je preimenovala v Medobčinsko LAS za preprečevanje zasvojenosti na področju Občin Ormož, Središče ob Dravi in Sveti Tomaž. Trenutno v LAS delujejo strokovnjaki iz različnih delovnih področij (šolstvo, zdravstvo, socialno delo, farmacija, policija ...), ki delajo prostovoljno in za svoje delo ne prejemajo nobenega plačila.

Pred leti smo govorili, da je naše območje nekakšna oaza, kjer so prepovedane droge sicer prisotne, vendar se ne srečujemo z »iglo«. Danes je situacija povsem drugačna. Število intravenoznih uživalcev prepovedanih drog se povečuje, zaradi zaužitja prevelikih odmerkov drog so ugasnila prva mlada življenja, skratka postali smo povsem primerljivi s sosednjimi občinami. Zaskrbljujoče je tudi dejstvo, da se krog uživalcev prepovedanih drog širi in da starostna meja uživalcev še vedno pada.

Komisija EU je dne 18. 9. 2008 v Bruslju sprejela akcijski načrt za boj proti drogam v obdobju od 2009 do 2012. V akcijskem načrtu so predstavljeni obširni ukrepi za okrepitev evropskega sodelovanja pri zatiranju škodljivih posledic uživanja drog in za zmanjšanje kriminala, povezanega z drogami. Med temi ukrepi je predvidena tudi Evropska zveza za boj proti drogam, katere naloga bi bila zmanjšati škodo, ki jo družbi povzročajo droge. Komisija prek Evropske zveze za boj proti drogam poziva tudi vladne organe, javne službe in prostovoljne organizacije, naj medsebojno sodelujejo.

»Od dveh milijonov problematičnih uživalcev drog v EU je skrajni čas, da ozavestimo občutljive skupine prebivalstva, zlasti mlade, glede nevarnosti uživanja drog«, je izjavil podpredsednik Jacques Barrot, komisar, odgovoren za pravosodje, svobodo in varnost. Evropska zveza za boj proti drogam bo spodbudila evropske državljane, naj se dejavno udeležijo boja proti drogam, med drugim s čim obsežnejšim obveščanjem o uspehu dosedanjih pobud.

Po najnovejših podatkih se je uživanje heroina, kanabisa in sintetičnih drog v EU ustalilo, povečuje pa se uživanje kokaina. Skupno število uživalcev drog v EU ali oseb, ki so jih kdaj v življenju užile, je za kanabis ocenjeno na 70 milijonov, za kokain najmanj 12 milijonov, za ekstazi 9,5 milijonov, za amfetamine 11 milijonov, dočim je znano, da vsaj pol milijona oseb prejema nadomestno zdravljenje zaradi zasvojenosti

¹ Stanislav Ivanuša, predsednik Medobčinske LAS občin Ormož, Središče ob Dravi in Sveti Tomaž.

s heroinom. V EU letno umre okoli 7500 oseb zaradi zaužitja prevelikega odmerka prepovedanih drog. Žal del teh statističnih podatkov zaobjema tudi Slovenijo in območje naših treh občin.

Vsak jubilej je tudi priložnost, da se ozremo nazaj po prehojeni poti. Prepričan sem, da je za nami deset let uspešnega dela in bi se ob tej priložnosti zahvalil vsem, ki so nam zaupali, predvsem pa bi se za opravljeno delo zahvalil vsem bivšim in sedanjim članom LAS.

LAS in Rdeči križ²

Rdeči križ Slovenije namenja del svojih aktivnosti tudi preventivi pred različnimi odvisnostmi, kot so alkohol, kajenje ... V ta namen izdaja različno zdravstveno – vzgojno gradivo. Že nekaj let pred imenovanjem Lokalne akcijske skupine za preprečevanje odvisnosti smo razmišljali o skupini ljudi, ki bi se ukvarjala izključno s preventivo na področju preprečevanja uživanja najrazličnejših drog. Na predlog predsednice RKS območnega združenja Ormož Majde Keček smo tako idejo predstavili županu občine, ki se je leta 1998 odločil in imenoval LAS Ormož in njene člane. Skupina je delovala pod vodstvom RKS OZ Ormož, predsednica LAS Ormož pa je bila Majda Keček. Skupina si je zadala nalogo povezovanja in usklajevanja aktivnosti različnih akterjev na lokalni ravni, izvedbo različnih predavanj in delavnic za posamezne ciljne skupine, spodbujanje in zagotavljanje pristočasnih dejavnosti, ozaveščanje in informiranje občanov, pripravo in analizo stanja na lokalnem nivoju. Tako so se vrstile različne aktivnosti, ki so bile namenjene najmlajšim, osnovnošolcem, mladostnikom, vzgojiteljem, učiteljem in staršem. Leta 2007 je LAS Ormož bila s sklepom županov preimenovana v Medobčinsko lokalno akcijsko skupino za preprečevanje zasvojenosti na področju občin Ormož, Središče ob Dravi in Sveti Tomaž. Imenovani so bili tudi novi člani, za predsednika pa je bil imenovan Stanislav Ivanuša. Skupina je nadaljevala delo predhodnikov na področju preprečevanja uporabe drog med otroki in mladostniki in v letošnjem letu praznujemo 10-letnico LAS. Ker pa tudi RKS Območno združenje Ormož praznuje



letos 60-letnico, smo v počastitev obeh jubilejev v mesecu maju pripravili razstavo v občinski avli, s katero smo prikazali aktivnosti opravljene v vseh teh letih. Zahvala gre vsem, ki so v teh letih pomagali, da smo naredili korak naprej na področju preventive ozaveščanja škodljivosti najrazličnejših drog in pokazali mladim, kako na drugačen način koristno in zdravo preživeti prosti čas.

² Boža Antolič, pravnica, sekretarka RKS Območnega združenja Ormož.

Rastemo skupaj³

Misel, da mora biti mlad človek telesno, psihično in duhovno aktiven, da lahko kasneje ustvarjalno in odgovorno poseže v življenje, je v nas že pred leti zbudila željo, da za mlade organiziramo delavnice in taborne, v katerih bodo dejavnosti dajale vsakemu udeležencu možnost, da preživi prijetne in aktivne trenutke med svojimi vrstniki, hkrati pa se na nekem področju izkaže in potrdi, pokažejo pa se tudi njegove sposobnosti, interesi, nadarjenost ipd.

Pri snovanju idejnih načrtov smo izhajali iz idej projektov Zdrav vrtec in Zdrava šola, ki pomenita spreminjanje mišljenj in navad v smislu zdravega načina življenja. Danes, ko vrsta navad ogroža človekovo življenje, so ti projekti nadvse pomembni in prav je, da sodelujemo po svojih zmožnostih.

Če ciljno skupino - v spodaj omenjenih projektih so to otroci stari od 5 do 13 let - vključimo v aktivnosti za doseganje zdravega načina življenja že v zgodnjem obdobju z vsestranskim, dobro pripravljenim, popolnoma izvedenim in pravilno ovrednotenim programom za promocijo zdravja, se bodo ob pojavu posameznega problema otroci odzvali učinkovito in pravilno.

Mali raziskovalec

Otrokovo znanje o naravi in njegov odnos do nje se pričneta oblikovati v zgodnjem otroštvu. Kadar odrasli raziskujejo, se zanimajo za najrazličnejše stvari, z otroki delijo svoje občutke, se odzivajo na njihove interese, prenašajo svoje navdušenje na njih. Otroci se hitro vključijo v take dejavnosti, saj jih spodbuja prirojena radovednost. Če otrokom pravočasno pomagamo pri »raziskovanju«, je njihova pot v naravo in družbo krajša in lažja. Zraven tega pa - ne glede na to, ali se bodo otroci naravoslovja učili, ali ne, bodo sami razvijali teorije in oblikovali pojme - ideje, nastale s slučajnim opazovanjem ali brez pošteno opravljenega poskusa, ki temeljijo le na govoricah, so osnova za naivno sprejemanje sveta in sestavljajo del neproduktivnih razlag in verovanj. Če se osnovni pojmi naravoslovja in znanstvene metode dela (v vrtcu gre za tiste preprostejše, kot so primerjanje, razvrščanje, urejanje, prirejanje, merjenje ...) ne začnejo spoznavati dovolj zgodaj, pride pri srečanju s pravo znanostjo (kemijo, fiziko in biologijo) do kratkega stika. Vsebine so preabstraktne, otroci ne najdejo povezav med svojimi intuitivnimi pojmi in novo snovjo, pojavi se zmeda in zavračanje naravoslovja (povzeto po Krnel, D., 1993: Zgodnje učenje naravoslovja. Ljubljana, DZS).

Seveda pa mora biti naravoslovje za najmlajše zanimivo in privlačno ter mora izhajati iz otrokovega znanja in tega, kar ga trenutno zanima. Prav tako jim moramo prisluhniti, saj imajo o vsem svoje zamisli - in biti moramo sprejemljivi za drugačne zamisli in razlage. Otroci naj dopovedujejo nam in ne obratno - razumevanje, ki si ga postopno dograjuje vsak zase, je vredno več kot preneseno »znanje«.

Okvirni plan dela ostaja skozi leta enak, saj interesno dejavnost obiskujejo otroci pred vstopom v osnovno šolo, kar zame pomeni, da se vsako leto srečam z novo skupino. Program je zastavljen dovolj široko, da se lahko prilagajam različnim interesom in zmogljivostim različnih skupin. Delo je zastavljeno starosti primerno,

³ Maja Botolin Vaupotič, prof. biologije, RKS OZ Ormož.

otroci pa na različne načine (z izvajanjem poskusov, s pogovori, z izdelovanjem modelov, razmišljanjem, opazovanjem, s primerjanjem ipd.) iščejo odgovore na različna dogajanja okrog nas. Ob združevanju prijetnega s koristnim (pri delu se namreč tudi zabavamo) otroci niti ne vedo, da se ukvarjajo s kemijo (kislina, baze, dokazne reakcije za ogljik, ogljikov dioksid in škrob; taljenje, topljenje, ločevanje snovi, voda, papirna kromatografija ...), z botaniko (barvila in pigmenti, pogoji za rast rastlin, herbarij ...), s fiziko (statična elektrika, zvok, optika, svetloba, zrak, sila, magnetizem), z zoologijo (navadni močerad, žaba, veliki vrtni polž, pikapolonica, paličnjak ...), ekologijo in matematiko.

Zraven stalnega programa, ki poteka enkrat tedensko od začetka oktobra do konca maja naslednje leto, smo leta 2003 sodelovali na natečaju Prirodoslovnega društva Slovenije ter prejeli priznanje za likovne izdelke (voščilnice) na temo Veliki vrtni polž - žival leta 2003. Isto leto smo se predstavili na Strokovnem posvetu strokovnih delavcev vrtcev in šol Slovenije na temo Osnove tehnike in naravoslovja v predšolski vzgoji in prvi triadi 9-letne osnovne šole, ki je potekal v Rakičanu, v letu 2005 pa smo pridobili »čisto svoj in ta pravi« delovni zvezek. Dejavnost je bila predstavljena tudi v časopisu Štajerski Tednik, na KTV Ormož in TV Maribor ter na predstavitveni kaseti VVZ Ormož. Vsaka skupina pa je ob zaključku šolskega leta prejela bilten, v katerem je bilo v sliki in besedi predstavljeno naše delo.

Od prvih začetkov do danes se je iz leta v leto v dejavnost vključevalo vedno več tistih (tako ustanov kot posameznikov), ki se zavedajo pomena dela z najmlajšimi. Vsakemu posebej in vsem skupaj smo za sodelovanje neizmerno hvaležni, saj se zavedamo, da bi bilo brez njihove pomoči delo zelo oteženo, morda v nekaterih primerih nemogoče. Prvi so seveda interesno dejavnost podprli vodstvo in zaposleni v VVZ Ormož in VVE Velika Nedelja; Območno združenje Rdečega križa Ormož in Medobčinska lokalna akcijska skupina za preprečevanje zasvojenosti pa sta ga sprejela v svoj program dela. S svojimi strokovnjaki, učnimi pripomočki ali kako drugače sodelujejo Muzej Ormož, Osnovna šola Velika Nedelja in Mladinski center Ormož, material za delo prispevata mizarstvo Avgusta Ozmeča iz Senešč in Semenarna Ljubljana, Vrtni center Kalia iz Celja v sodelovanju s Tovarno Agroruše, finančna sredstva pa so v teh letih prispevali Lovska družina Velika Nedelja, Carrera Optyl Ormož, Ministrstvo RS za delo, družino in socialne zadeve in Ministrstvo RS za okolje in prostor.

Posameznikov, ki so v teh letih prispevali vsaj majhen delček sebe, ne upam naštevati, ker bi zagotovo koga izpustila. Nikomur pa ni bilo težko pomagati, ko sem povedala, da potrebujem to ali ono za male raziskovalce, ki se jih je v sedmih letih in v petih vrtcih zvrstilo kar 246.

Zraven zgoraj naštetih aktivnosti so v vrtcih postavljeni tudi koticiki malih raziskovalcev, ki imajo zraven tega, da obveščajo o dogajanju pri interesni dejavnosti, še zdravstveno vzgojno funkcijo, saj lahko vsi, ki prihajajo v vrtec, brezplačno posegajo po zdravstveno vzgojnih gradivih različnih izdajateljev (Rdeči križ Slovenije, Inštitut RS za varovanje zdravja, CINDI Slovenije in drugi). Razlogi za postavitev koticikov so podobni kot so razlogi, zakaj so se vrtci že pred leti odločili za projekt Zdrav vrtec: med spoznanji znanosti o zdravju in vsakodnevnim življenjem je velik prepad, ki ga je potrebno premostiti; osveščenost, motivacijo in odgovornost posameznika za lastno zdravje je treba izboljšati; možnost izbire med

zdravim in nezdravim je treba usmeriti v izbiro zdravega in nenazadnje - otroštvo je obdobje, v katerem so programi promocije zdravja najbolj uspešni. To je obdobje, ko si otroci pridobivajo izkušnje, stališča in vzorce vedenja, ki jih večinoma obdržijo vse življenje.

Teden, ki vedno prehitro mine

Ideja o organizaciji in izpeljavi 1. otroškega počitniškega tabora se je rodila 4. maja 1999, ko smo na enem izmed prvih aktivnosti, organiziranih kmalu po ustanovitvi Lokalne akcijske skupine Ormož, v goste povabili doc. dr. Zdenko Zalokar Divjak, ki je za naše poslušalce izvedla predavanje z naslovom Vzgoja za smisel življenja. Avtorica petih samostojnih knjig, več priročnikov in preko 50 strokovnih člankov ter prijetna predavateljica, s katero smo se v Ormožu kasneje srečali še večkrat, se nam je zdela pravi naslov za odgovor na naše vprašanje, katere oblike preventivnega dela so (vsaj po njenem mnenju) najuspešnejše. Predlagala je taboro kot obliko preventivnega dela, pri kateri se otrok daleč od doma, v skupini drugih in drugačnih, nauči na koristen način preživljati prosti čas. Predstavila nam je taboro, ki jih je organizirala v okviru Društva ljubiteljev narave Krško.

Nad idejo smo bili navdušeni in za odločitev, da tudi sami organiziramo tabor, ni bilo potrebno veliko časa. Stekle so priprave: iskanje primerne lokacije, obvestila šolam, nagovarjanje potencialnih spremljevalcev otrok, zbiranje prijav, izdelava načrta dela na taboru, dogovori z zunanjimi sodelavci, sestava jedilnika ... Prvi otroški počitniški tabor smo izvedli na Glažuti, v času od 15. do 20. avgusta 1999. Vlogo vodje tabora je takrat prevzela gospa Milena Luskovič, spremstvo otrok pa Sašo Prapotnik, Anja Meško in Anita Ivanuša. Skupino sta spremljali Marija Rihtarič, ki je skrbela za kuhinjo in medicinska sestra Angelca Potočnik. Prvi tabor se je od ostalih, razen tega, da so za obroke skrbeli sami, razlikoval še po tem, da so bile delavnice izvedene tako, da so mentorji prihajali na Glažuto. Tako so se »v torek, 17. 8. 1999 otroci dopoldan srečali s psihologom, mag. Alešom Friedlom, kjer so se pogovarjali in risali na temo odvisnost, v popoldanskem času je bila delavnica z naslovom V gozdu, ki sta jo pripravili Maja Botolin Vaupotič in Metka Lešničar. V sredo 18.8.1999 so se počitnikarji preizkusili v reševanju kvizov in ugank, pod vodstvom psihologa Marjana Škvorca, obiskali sta jih tudi predsednica OZ RK Ormož Majda Keček in sekretarka OZ RK Boža Antolič. Četrtek 19.8.1999 je bil namenjen likovnemu ustvarjanju pod vodstvom Vide Rajh, na obisk je prišla predsednica OZPM Jasna Munda, večer, zadnji dan na taboru pa se je zaključil v veselem razpoloženju, ob zvokih skupine Kompromis. Izven časa izvajanja delavnic so spremljevalci skrbeli za varnost in dobro počutje otrok, zanje so pripravili tudi različne športne in družabne igre.« Odzivi so bili odlični. Otroci in njihovi spremljevalci ter vsi, ki smo kakor koli sodelovali v taboru, smo bili navdušeni, veliko pohval smo prejeli s strani staršev. Od 34 prijavljenih se je tabora udeležilo 30 otrok in 6 spremljevalcev, ki so tako rekoč orali ledino na področju organizacije taborov v okviru LAS. In uspelo jim je. Ko prebiram poročilo o taboru, ki ga je ob zaključku pripravila ga. Luskovič, vidim, da smo nekatere stvari ohranili do danes in otroci se nad njimi še vedno navdušujejo. To nam je olajšalo delo že v prihodnjem letu, ko pa smo spremenili lokacijo izvedbe tabora. Družina Juhart je dom na Treh kraljih prevzela v upravljanje januarja 2000, mi pa smo se jim prvič pridružili avgusta istega leta. En teden v letu smo bili letos skupaj že devetič. Nekatere stvari so se spremenile, nekatere ostajajo iste. V devetih letih smo na Tri kralje peljali skupaj 258 otrok, ki so

jih spremljali, po enkrat Borut Megla, Robert Zorec, Majda Podplatnik Kurpes in Mira Frangež, dvakrat Marija Imerovič, tretjič jih je letos spremljala Ana Antolič, četrtič Monika Štrman, devetič Cilka Špindler in Maja Botolin Vaupotič, prvih pet let pa je bila spremljevalka še Danica Rižnar.

Okvirni plan dela je na Treh kraljih vsa leta podoben. Spreminjamo ga glede na vremenske razmere in želje oziroma zmogljivost skupine. Med cilje organizacije in izvedbe tabora prav gotovo sodijo: učenje in navajanje na strpnost do drugačnosti, učenje dajanja pobud in enakopravno iskanje poti za uresničitev le-teh, učenje aktivnega poslušanja in sodelovanja v skupini, pridobivanje novih prijateljev ter spoznavanje njihovih želj in navad, seznanjanje otrok s čim več različnimi dejavnostmi po lastni izbiri, spoznavanje kulture in običajev določenega območja, navajanje otrok na preživljanje v skupini različnih sovrstnikov v taboru in ne nazadnje organizacija želi z izvedbo tabora prispevati k doseganju ciljev promocije zdravja. Dejavnosti, ki jih izvajamo z namenom doseganja ciljev, so naravoslovne



(opazovanje narave, izdelava herbarija, vremenska karta ...), družabne (igre v manjših skupinah, kot šaljive igre, kviz, večer ob tabornem ognju, pohod z baklami, vsakodnevno javljanje na lokalni radio ...), kulturne (priprava in izvedba kulturnega programa, spoznavanje krajev in običajev določenega področja ter njihovih ljudi in običajev, ples ...), ustvarjalne (likovne, literarne, glasbene), športne (orientacijski pohodi v naravi, igre z žogo: odbojka na mivki,

nogomet, med dvema ognjema, lokostrelstvo, vlečenje vrvi, badminton ...), zraven tega pa posvečamo posebno skrb sebi in urejanju prostorov (osebna higiena, zdravstvena preventiva, skrb za urejenost bivalnih prostorov).

Udeleženci tabora aktivno sodelujejo pri izvedbi. Čeprav so aktivnosti za tabor pripravljene in je izdelan okvirni program dela, je le-ta zastavljen dovolj široko, da se lahko aktivnosti znotraj njega spreminjajo, otroci sami predlagajo dejavnosti, ki bi jih želeli izvajati. V kolikor je to možno (glede na lokacijo, časovni potek in podobno), lahko na tak način sooblikujejo potek programa. V veselje nam je, da se udeleženci v tabor vračajo, nekateri večkrat, kolikor to dopušča možnost, saj je tabor namenjen otrokom starim od 9 do 12 let. Vsako leto pripravimo bilten, v katerem v sliki in besedi predstavimo svoj tabor tistim, ki se ga iz različnih razlogov ne udeležujejo, vedno pa smo na koncu enotni v eni stvari – spet je za nami teden, ki je prehitro minil.

Raziskovalni tabor

Ob organizaciji tabora na Pohorju smo razmišljali tudi o tem, kaj lahko še storimo in ponudimo mladim v času šolskih počitnic. Poskusili smo s počitniškimi

delavnicami za osnovno in srednješolce, kjer so se prepletale različne aktivnosti od ustvarjalnih do športnih, nato pa pred šestimi leti, v sodelovanju z Muzejem Ormož, organizirali prvi mladinski raziskovalni tabor. Želeli smo, da učenci in dijaki, ki jih zanimajo tako naravoslovni kot družboslovni predmeti, preko samostojnega opazovanja in raziskovalnega dela na terenu zaživijo z domačim okoljem, razvijajo do njega pravičen odnos tudi izven šole, v počitnicah, hkrati pa bolje spoznajo



okolico svojega domačega kraja in pridobljeno znanje prenašajo drugim. Mladi imajo možnost aktivno sodelovati pri raziskovanju določene teme ter tako zabavno in hkrati koristno preživeti pet dni med svojimi vrstniki. V šestih letih in ob sodelovanju številnih strokovnjakov, so mladi spoznali in se veliko naučili o ormoškem parku nekoč in danes, starih obrteh na ormoškem, čebelah in njihovih izdelkih, konjih, ljudskem zdravilstvu, ormoškem zdravstvu pred in po letu 1969, ormoških ženskah, poimenovanju ormoških ulic, prazgodovinski keramiki in (letos) ob sodelovanju Mladinskega centra Ormož raziskovalnem novinarstvu. Vsako leto svoje delo zaključimo z izdajo biltena, v katerem predstavimo rezultate svojega dela ter se

javno zahvalimo vsem zunanjim sodelavcem, ki z našimi udeleženci aktivno sodelujejo. In teh ni malo. Zraven številnih posameznikov in ustanov so raziskovalni tabor v preteklih letih podprli Urad RS za mladino, Ministrstvo za delo, družino in socialne zadeve, vsako leto pa še Ortrade d.o.o. ter številni mediji, ki so s svojim poročanjem dodatno potrjevali, da smo na pravi poti.

Odvisni od odnosov⁴

V današnjem času prevladovanja elektronskih medijev, igranja računalniških igravic, sedenja pred TV zaslonom je skoraj grešno pomisliti na možnost odvisnosti od odnosov. Pa vendar v nekaterih okoljih in situacijah lahko hitro pride do nje.

Odvisnost od odnosov se lahko najprej pojavi v družini. Razvojno pogojena tesna zveza med starši in otroci, predvsem med materjo in otrokom, je nujna v prvih tednih, mesecih in letih življenja. Prav tako je nujno, da se ta zveza s časom rahlja, dokler nekje v obdobju odraščanja niso mladostniku pomembnejši stiki z vrstniki, kar privede do samostojnosti v obdobju odraslosti. Takšen razvoj je koristen za vse udeležence: otroci, mladostniki se na tak način pripravljajo na samostojno življenje, starši pa bolj ali manj uspešno zaključijo svoje vzgojno poslanstvo. Ko pride do

⁴ Marjan Škvorc, univ. dipl. psiholog, Osnovna šola Velika Nedelja.

pretirane navezanosti in odvisnosti otroka od enega ali obeh staršev, je onemogočeno normalno odraščanje, vključevanje v zunanji svet in uvajanje v kasnejše samostojno življenje. V nekaterih primerih ostane ta navezanost močna tudi v odraslem obdobju. Nemalokrat se ta pretirana navezanost na otroke, (nezavedna) miselnost, da bi kot starši morali vedno pomagati, svetovati ... kaže v poskušanju 'urejanja' otrokovega življenja tudi takrat, ko si že oblikuje svojo družino in poskuša in želi zaživeti svoje lastno, samostojno življenje. Pri nekaterih starših je želja po tej zvezi tako močna, da je nočejo izpustiti iz rok. Če se ta navezanost ob kakšnem dogodku v življenju na hitro pretrga, obstaja nevarnost, da zaradi pomanjkanje življenjskih izkušenj mladostnik zaplava popolnoma v druge vode, kot okolica pričakuje.

Drug prizor odvisnosti od odnosov, ki pa nima tako odločilne moči in posledic za nadaljnje življenje, je pretirana navezanost starih staršev na vnuke. Ta navezanost ne bode toliko v oči, ker je v mnogih primerih reševanje situacije v mladih družinah, ko relativno mladi stari starši koristno vskočijo kot nadomestne varuške, prevozniki, kuharji, skrbniki ... in zraven tega tudi kot tihi vzgojitelji. Čeprav se starši z vsemi njihovimi postopki ne strinjajo, pogosto nimajo izbire, ker ne tvegajo izgube koristi iz tega odnosa. Nekateri stari starši s pretiranim ukvarjanjem z vnuki, tudi s poseganjem v vzgojne metode in principe staršev, želijo nadoknaditi to, česar v svojem življenju, v odnosu do svojih otrok, niso uspeli narediti. Kot da bi se na ta način želeli oprati neke krivde in nekaj popraviti. Odvisnost od odnosa starih staršev do vnukov ni tako moteča in zagotovo nima tako širokih posledic kot odvisnost otrok od staršev. Ta odvisnost se deloma zmanjša že zaradi objektivnih okoliščin: starejši otroci potrebujejo manj varstva, za logistiko poskrbijo otroci sami, razvojne značilnosti mladostništva prispevajo k ugašanju pretirane odvisnosti in navezanosti na stare starše.

Tretja situacija odvisnosti in pretirane navezanosti lahko nastane med vrstniki. Ponekod se oblikujejo pari, ki sami sebi zadoščajo in popolnoma zanemarijo stike z drugimi in z zunanjim svetom. Tako se stiki obdržujejo in ohranjajo le v paru, tisto zdravo razvijanje odnosov do sveta, ki je še tako pomembno za obdobje odraščanja, pa zanemarjajo. Težava se običajno pokaže takrat, ko je ta navezanost iz takšnih ali drugačnih razlogov prekinjena, pretrgana (nadaljevanje šolanja) in se posameznik iz te pretirano navezane dvojice težko znajde v drugem in drugačnem okolju.

Še ena situacija odvisnosti od odnosov nas spremlja. V mislih imam odvisnost od odnosov do osebe nasprotnega spola, ki ni partner. Verjetno to vrsto odvisnosti najtežje prepoznamo (ali priznamo). Kaže pa opraviti enak 'test' kot pri ugotavljanju odvisnosti od materialnih stvari in škodljivih substanc: torej, ali lahko določen čas vzdržimo brez stikov s to osebo ali ne.

Kaj kot posamezniki lahko naredimo, če se znajdemo, živimo v kateri od teh odvisnosti? Receptov ne poznam. Pomembno pa je že spoznanje, da odvisnost od odnosov obstaja, da smo se v znašli v katerem od teh odnosov. V tem primeru lažje usmerimo svoje obnašanje, odnose v zmanjševanje te odvisnosti in dolgoročno svobodneje zadihamo.



Skupnost Cenacolo⁵

28. marca 2008 je bilo za člane Medobčinske lokalne akcijske skupine (LAS) za preprečevanje zasvojenosti na območju občin Ormož, Središče ob Dravi in Sveti Tomaž izvedeno enodnevno izobraževanje s področja zasvojenosti. Izobraževanje je zajemalo tudi obisk skupnosti Cenacolo. V Sloveniji se nahaja samo ena skupnost (komuna) Cenacolo, in sicer v bližini Škocjana na Dolenjskem. Drugače pa v Sloveniji trenutno deluje še šest Don Pierinovih komun.

Zgodovina skupnosti Cenacolo sega v leto 1983. Tega leta jo je ustanovila karizmatična Elvira Petrozzi, katere življenjski cilj je, da pomaga izgubljenim ljudem. Sedež skupnosti Cenacolo je v Saluzzi, v Italiji. Danes deluje skupnost širom po svetu (Italija, Hrvaška, Slovenija, Francija, Irska, Avstrija, Bosna in Hercegovina, Poljska, Rusija, Dominikanska republika, Brazilija, ZDA, Mehika ...) in se v njej nahaja preko 1000 fantov in deklet. Čeprav gre za krščansko skupnost, ki poudarja vrednote te religije, pa v skupnost sprejemajo tudi ateiste in ljudi drugih religij. Ne pomagajo samo zasvojenim s prepovedanimi drogami, temveč tudi osebam, ki imajo probleme z legalnimi drogami (alkohol ...), zasvojenimi z igrami na srečo, nakupovanjem in drugimi oblikami zasvojenosti. Pripravljene so pomagati vsem, ki so zasvojeni, obupani, zmedeni, nezadovoljni, skratka vsem tistim, ki iščejo sami sebe, veselje in smisel življenja. **Zelo radi poudarimo, da niso zdravilišče, temveč šola življenja.** Življenje v skupnosti je brezplačno, urejeno je tudi zdravstveno zavarovanje, z veseljem pa sprejmejo dobrodelne prispevke (mi smo jim ob obisku podarili dva zaboja jabolk).

Kot sem že navedel, se edina skupnost Cenacolo v Sloveniji nahaja v bližini Škocjana na Dolenjskem. Nahaja se na kmetijskem posestvu velikosti 40 hektarov. Od tega je 20 hektarjev gozda, ostalo pa so obdelovalne površine. Osrednji del posestva je preko 400 let stara stanovanjska hiša, pred katero stoji velikanska lipa. V neposredni bližini pa ležijo še gospodarska poslopja. Takoj ob prihodu na dvorišče opaziš, da je vse čisto, urejeno in pospravljeno. Ob prihodu nas je sprejel in pozdravil Stanko, ki trenutno vodi to skupnost. V skupnosti se trenutno nahaja 24 fantov iz različnih držav (Avstrija, Hrvaška, Slovaška, Slovenija ...). Stanko je odkrito povedal, da se v skupnosti Cenacolo nahaja že šesto leto zaradi zasvojenosti z drogami. Na naše vprašanje, kaj sploh pomeni beseda Cenacolo, je takoj pojasnil, da gre za ime kraja, oziroma gostišča, kjer je imel Kristus zadnjo večerjo. Nato nam je razkazal centralni del posestva. Ukvarjajo se s poljedelstvom in živinorejo ter skoraj vso hrano za preživetje pridelajo sami. Impozanten je bil pogled na dolge skladovnice pripravljenih polen za kurjavo. Vsa polena so bila enako dolga in zložena v tako ravne linije, da se podzavestno vprašaš, ali si niso pri tem pomagali z napeto vrstico. Stanko nam je takoj pojasnil, da so polena ročno žagali in zlagali celo zimo. V mizarški delavnici iz lesa izdelajo tudi različne izdelke. Nato je sledil ogled bivalnega dela skupnosti. Ob vstopu v ta preko 400 let stari objekt te objamejo posebni občutki. Verjetno k temu pripomorejo tudi fantje, ki se tam nahajajo, saj te nenehno pozdravljajo, ti odgovarjajo na vprašanja ali pa te samo pospremijo s pogledom. V pritličnem delu stavbe se nahajajo kuhinja, jedilnica, sanitarije, pralnica in seveda prostor, ki je spremenjen v kapelo. V zgornji etaži se nahajajo spalnice. Takoj smo

⁵ Stanisla Ivanuša, dipl. varstvoslovec.

ugotovili, da v skupnosti ni TV sprejemnika, radia, računalnika in telefona. V pralnici se je nahajal pralni stroj, vendar z njim ne perejo vsega. Osebno perilo, kot so nogavice, spodnjice, majice, si pere vsak fant sam na roke.

Po ogledu nas je Stanko povabil, da se jim pridružimo pri kosilu. Ker smo se vabilu odzvali, je skupina, ki je bila zadolžena za pripravo hrane in jedilnice, za nas takoj pripravila posebno mizo. Ko smo primerjali našo mizo z njihovo, smo takoj ugotovili, da je naša miza veliko bogatejša od njihove. Mi smo dobili posebne krožnike, pribor, kozarce, sedeli smo na stolih, oni pa na lesenih klopeh. Znak za začetek kosila je bilo zvonjenje z ročnim medeninastim zvoncem. Ob tem znaku so fantje prenehali z opravi in se zgrnili v jedilnico. Pred začetkom kosila je bila obvezna molitev v italijanskem jeziku. Tudi po kosilu je sledila zahvalna molitev. Med kosilom smo se seveda veliko pogovarjali in dobili dodatne informacije. Predvsem bi rad predstavil njihov dnevni urnik. Vstajanje je ob 05.30 uri. Ob 06.00 uri se dobijo v kapelici, kjer molijo rožni venec ter berejo in razglabljujejo o temah iz Svetega pisma. Nato eden izmed njih spregovori o svojih problemih in težavah. Na ta način premagujejo molk in strah, da bi drugi izvedeli, kakšni so v resnici. Sledi zajtrk. Po zajtrku se odpravijo na delo. Nekateri v hlev, drugi na polje ali vrt, mizarstvo delavnico, kuhinjo ... Vedno se dela v skupinah ali v parih, tako da nikoli ni nihče sam. Ob 12.00 uri je kosilo, ki traja do 13.30 ure. Po kosilu se ponovno dela. Popoldanska dela se običajno končajo ob 18.00 uri. Sledi popoldanska malica, kopanje, preoblačenje, nakar se dobijo v kapelici pri molitvi. Ob 20.00 uri je večerja, sledi nekaj prostega časa, nato pa nočni počitek. Ob 22.00 uri se luči ugasnejo.

Velik poudarek v skupnosti Cenacolo dajejo družini. Preden nekoga sprejmejo v skupnost se prvih treh sestankov - kolokvijev, udeležijo zgolj roditelji, saj



verjamejo, da starši lahko najbolj pomagajo otroku pri teh prvih korakih v novo življenje. Ko je nekdo sprejet v komuno, tam ne dobi nobenih zdravil za zmanjševanje abstinenčne krize. Njihovo zdravilo se imenuje »angel varuh«, fant, ki je že nekaj časa v skupnosti. Njegova naloga je, da prišleka uvede v skupnost, ga seznani s hišnim redom, ga varuje in je z njim dobesedno 24 ur na dan.

Čas kosila je hitro minil. Fantje so šli nazaj na delo, mi pa smo se počasi odpravili proti domu. V naših glavah in srcih je bilo veliko čustev, razmišljanj, idej in vprašanj. Šele tukaj se začneš zavedati moči droge, ko opazuješ te mlade ljudi, od katerih nekateri tudi po petih ali šestih letih, preživetih v skupnosti, niso sposobni le-te zapustiti in se vrniti v domače okolje. Ko smo zapuščali skupino teh 24 fantov različne starosti in narodnosti, kateri so naredili veliko napak v življenju, se je podzavestno ponavljalo vprašanje: » FANTJE, ZAKAJ?«

Tobak⁶

Tobak botanično spada v skupino razhudnikov. Pravzaprav so jih slovensko (in pravilneje) najprej imenovali razhodniki. Beseda sama namiguje na razhod, tj. da gre nekdo ali nekaj narazen. Razhudniki so družina različnih enoletnic in trajnic, v katero spada okrog 90 rodov in 2.600 vrst. V to družino spadajo razen tobaka še npr. krompir, paradižnik, pa tudi strupene rastline kot sta volčja češnja in datura. Slovensko ime razhudnik (prvotno razhodnik) je družina dobila zaradi razvejanosti podzemnih delov rastlin.

Kratek zgodovinski oris

Že antični narodi v Evropi, Afriki in na Bližnjem vzhodu so kadili pipo, ki pa ni bila napolnjena s tobakom, temveč z drugimi rastlinami, in sicer takšnimi, kakršne še danes tu in tam uporabljajo kot nadomestek za tobak (rman, arnika, pelin, zdravilni čistec (betonika), kamilica, usodnik, glog, smetlika itd.). Poreklo tobaka pa je v Ameriki, kjer raste več kot 60 vrst te rastline, po ena vrsta pa se je razvila v Avstraliji ter Afriki.

Pravijo, da so ljudje, ko so prvič srečali tobak, nabrali njegove liste, jih posušili, potem so jih zvili v cigarete, jih prižgali in začeli kaditi. Če je bil tobak močan, so rekli: »Tale je močen, dober je!« In kadar ni bil močen, so rekli: »Slab je! Nič ne pika!« Indijanci Maji so imeli svečenike (imenovane chilam), ki so v skupinskem obredu očiščevali ljudstvo s smolo in tobačnim dimom ter od njih zahtevali, da javno priznajo svoje grehe. Kdor v tem obredu ni priznal greha, drugi pa so vedeli zanj, je bil izobčen. Kadar je bil kdo bolan, so Maji poklicali zdravilca (imenovanega ahmen). Ta je ugotovil, za katero bolezen gre, tako da je priklical boginjo zdravilstva Ixchel ter postavil njeno podobo pred bolnika. Potem je prižgal smolo, ahmen sam pa je kadil tobak in dim pihal v bolnikov obraz.

Indijanci v severni Ameriki so tobak uporabljali za napovedovanje vojn, sklenitev miru (tobak so pokadili s sveto pipo, kalumetom), pri obredih življenja ter pri obredih smrti.

Vendar Indijanci tobaka niso le kadili, temveč so ga tudi njuhali, žvečili, uživali v pijači ali se v tobaku izpirali. Razen kajenja pipe pa so kadili tudi cigarete, zavite v koruzne liste ter cigare.

Ime tobak izhaja iz jezika Indijancev Arawak, ima pa več pomenov. Po nekaterih avtorjih izhaja iz besede »tobago« – to je bila cevčica, v kateri je bil tobak, ki so ga Indijanci kadili. Po drugih avtorjih gre za besede »taino tabaco«, »tupi taboca«, kar pomeni »iz koruznega ličja zvita in s posušeniimi zelmi napolnjena cigara«. Tretja skupina avtorjev meni, da beseda tobak izhaja iz španske besede tabaco, ki je prevzeta iz besede »tsibatl« jezika Indijancev Arawak, ki so živeli na Haitiju, kar je pomenilo cev v obliki črke Y, katere kraka so si pri kajenju potiskali v nos. V vsakem od teh primerov pa se beseda tobak nanaša na predmet oz. pripomoček za kajenje in ne na rastlino.

Krištof Kolumb je prvi Evropejec, ki je videl tobak, pa pravzaprav niti ni vedel, kaj vidi. Iz njegovih dnevnikov lahko razberemo, da je prišlo do tega 12. oktobra 1492, na prvem izkrcanju v Novem svetu. Takrat so pluli okrog otoka

⁶ Dr. Aleš Friedl, univ. dipl. psiholog, Psihiatrična bolnica Ormož.

Guanahani, ki ga je Kolumb preimenoval v San Salvador. Med raziskovanjem otočkov in iskanjem zlata in dragocenih kamnov je srečal človeka, »ki je imel pri sebi /.../ nekaj suhih listov, ki morajo biti zelo cenjeni med domačini, saj so mi jih takoj prinesli v dar«. Kolumb in njegovi spremljevalci so drugič opazili tobak na Kubi, kjer so pristali čez mesec dni.

Natančnejši opis tobaka pa srečamo pri Bartoloméju de Las Casasu, ki je leta 1498 in 1502 spremljal Kolumba. Bil je eden prvih, ki je opisal prednika cigare in takratne načine kajenja. O »tobaku« je napisal: »To je suha trava, ki je zavita v drugi suhi list, ki spominja na pokalne žabice iz papirja, ki jih delajo fantje za veliko noč. Na enem koncu prižgejo in na drugem izsesavajo, vlečejo vase ali vdihavajo dim, ki omrtviči telo, in se skoraj upijajo. Trdijo, da ne čutijo utrujenosti. Tem pokalnim žabicam, ali kakor koli jih že imenujemo, pravijo tobak. Na Španskem otoku⁷ sem srečal Špance, ki so se navadili nanj, in ko sem jih grajal, da je kajenje greh, so mi ti odgovorili, da ni v njihovi moči, da bi ga nehali uživati. Ne vem, kaj vidijo v njem.« Natančneje je tobakovo rastlino in njeno uporabo opisal leta 1507 Amerigo Vespucci (po drugih podatkih pa André Thevet leta 1558).

Leta 1518 so prinesli seme (oz. rastlino) na Portugalsko. Kot moža, ki je razširil tobak iz Portugalske v Francijo, navajajo Theveta in Jeana Nicota. Po Nicotu imenujejo tobakovo rastlino Herba Nicotiana. Jean Nicot, seigneur de Villemain (1530-1600) je bil francoski učenjak in veleposlanik na Portugalskem. Sam je rastlino vzgajal na svojem vrtu ter uporabil njegovo nastrgano listje za omilitev glavobola. Leta 1560 je prinesel tobak francoski kraljici Katarini Medičejski kot zdravilno rastlino. To je bil kraljevski izgovor za predajanje užitkom kajenja. Dvor je sledil vzoru svoje vladarice. Tobak je kmalu postal znamenit po vsej Evropi. V 16. stoletju so ga že gojili na Antilih, v Braziliji, severnoameriških kolonijah, Franciji in Italiji, ob koncu 17. stoletja pa se pojavijo že prvi kadilci v Sibiriji, na Kitajskem, na Japonskem ter v zahodni Afriki. V komaj dveh stoletjih se je ameriška rastlina razširila po vseh znanih krajih na planetu.

Tobak so imeli sprva za zdravilo in sicer naj bi zanesljivo pozdravil več kot 30 različnih bolezni, med njimi npr. garje in druge kožne bolezni, glavobol, bil je tudi zdravilo za rane. Zato so ga poimenovali »herba panacea« ali sveta rastlina.

Tobak je postajal vse bolj razvada in vse manj zdravilo, to razvado pa so razširjali zlasti vojaki med tridesetletno vojno (1618-1648), ki je razsajala v Evropi ter iz Amerike vračajoči se mornarji.

Toda tako kot so v začetku tobak slavili, je kmalu prišlo do njegovega neodobravanja in zavračanja. Prvi je začel silovito kampanjo proti tobaku angleški kralj Jakob I. leta 1604. Njegov pamflet »Odgovor tobaku«⁸ pravi, da je to »razvada, odvrtna za pogled, neprijetna za vonj, škodljiva za možgane, nevarna za pljuča; širi črn in smrdljiv dim, podoben stigijskim hlapom iz jaška brez dna«. Ena prvih žrtev kraljeve nastrojenosti proti tobaku je bil Sir Walter Raleigh, mož, ki je v sedemdesetih letih 16. stoletja Angleže pravzaprav naučil kaditi. Kralj Jakob ga je dal obglaviti. Legenda pravi, da je umrl s pipo v ustih. Seveda pa Jakob I. ni bil nastrojen proti tobaku zaradi kake posebne skrbi za zdravje, temveč zato, ker je lahko z visokimi carinami in davki dobro napolnil državno blagajno.

⁷ Española, kasneje poimenovanega Santo Domingo in nazadnje Haiti.

⁸ A Counerblast to Tobacco.

O drugem takem nasprotovanju tobaku pišejo leta 1651 v časopisu Gazette, ki ga je izdajal Théophrast Renaudot. Šlo pa je za perzijskega kralja Abasa I., ki je dal žive zažgati trgovce s tobakom, rezati nosove njuhalcem in usta piparjem. Tudi pri Abasu I. ni šlo za zdravje njegovega naroda, temveč je tako skušal preprečiti, da bi se njegovi politični nasprotniki zbirali pod pretvezo kajenja.

Valovi represije so zajeli tudi sosedno Turčijo, ki sta ji vladala sultana Murat III. in Murat IV. ter pozneje Rusijo, kjer so trgovce in uživalce tobaka bičali, kadilcem, ki so jih ponovno zalotili pri kajenju, pa so predrli nosove.

Valovom represije so sledili valovi strpnosti. Tako so npr. med kugo, ki je pustošila po Londonu leta 1665, sonarodnjaki Jakoba I. kadili, ker so tobaku pripisovali varovalno moč. V kolidžu Eton so dečke vsako jutro celo silili h kajenju!

Prva organizirana gibanja proti tobaku se pojavijo v drugi polovici 19. stoletja pod vplivom higienskega gibanja, katerega glavna skrb je izboljšati zdravje ljudi v velikih mestih. Mesta ne morejo biti še naprej hiralnice in leglo nesnage; revni ne morejo biti več hkrati nesrečni, nevedni, polni zajedalcev, klateški in kužni. Ekonomska rast in razširjanje izkoriščanja ljudi sta zahtevala, da se izboljšajo zdravstvene razmere, da se izobražuje, zrači, umiva, da se preurejajo mesta, kopljejo odtoki, urejajo vodnjaki, šole, parki, telovadnice, zdravstveni domovi, jasli. Za higienike 19. stoletja je boj proti tobaku le drugotnega pomena. Žvečenje tobaka v mestih je bilo nevarno početje, toda ne zaradi nevarnosti raka, ampak zato, ker lahko na tla izpljunjeni tobak prenaša tuberkulozne klice in druge bolezni.

Zlagoma so začele žvečenje tobaka v ameriških mestih nadomeščati cigarete. Te so imele to prednost, da niso prenašale mikrobov, medtem ko so izpljunki nosilci infekcij. Prve cigarete, kjer je šlo za zvitek tobaka, ovitega v papir, so v Španijo prinesli Brazilci leta 1830. Do konca 19. stoletja je bila cigareta predvsem rokodelski izdelek, ki je bil zelo redek in si ga je lahko privoščila le elita. Epidemija odvisnosti od tobaka pa se je začela šele v 20. stoletju, ko so začeli masovno proizvajati cigarete.

Prvi strojček za zavijanje cigaret je patentiral James Albert Bonsack leta 1884. Ta strojček je lahko v eni minuti zvil 200 cigaret. Najboljše delavke, »cigaretarke«, pa so jih v eni uri zmogle narediti komaj 150. Sodobni stroji pa lahko v eni minuti izdelajo 400 zaprtih škatel, torej 8000 cigaret, kar predstavlja celoletno zalogo za enega kadilca. Taka proizvodnja je seveda potrebna, saj na svetu v enem letu pokadijo več kot 6 milijonov ton tobaka.

V prvi svetovni vojni so za dvig morale med vojaki uporabljali alkohol in cigarete. Britanski vojaki so dobivali po 50 cigaret na teden. Nekateri so bili pred bitko prestrašeni in zmedeni, potem, ko so pokadili cigareto, pa so se pomirili. Povpraševanje je presegalo ponudbo. General Pershing je v Franciji leta 1918 pisal vojnemu ministru: »Sprašujete me, česa nam je treba, da bi dobili to vojno. Ne bom nehal ponavljati, da potrebujemo tobak in še enkrat tobak, še več kot hrane... Za zmago rabimo toliko tobaka kot nabojev.«

Po prvi svetovni vojni so navado kajenja širili naprej vojaki, ki so se vračali z bojišč. Toda v dvajsetih letih tobačna industrija ni bila več zadovoljna s prodajo cigaret. Njihovi stroji so jih namreč lahko izdelali več, kot je bilo porabe. Treba si je bilo izmisliti nek prijem, ki bi pritegnil nove kadilce. Za povečanje prodaje cigaret so angažirali Edwarda Benaysa in Georgea Hilla. Ta sta ugotovila, da je prodaja cigaret manjša, ker moški ne dovolijo ženskam kaditi v javnosti. V začetku dvajsetih let

ženske niso smele kaditi. Kajenje je veljalo za nenavadno ali izzivalno. Nekatere ženske so sicer s kajenjem v resnici izzivale in nanje so gledali zviška, sploh, če so kadile v javnosti. Zato so ženske v glavnem kadile na samem. Kajenje na odprtem je namreč veljalo za nedamsko. Benays in Hill sta si postavila vprašanje, kako bi zrušili ta tabu. In domislila sta se: cigarete so postale simbol ženske emancipacije, upor proti temu, da moški ženskam ne pustijo kaditi. Cigarete so poimenovali »bakle svobode«. Časopisi so o tem resno poročali. Razen tega so v časopisih propagirali nikotin kot pripomoček za hujšanje, ker zmanjšuje apetit. Nastalo je geslo: »Sezi po cigaretah, ne po sladkarijah.«

V tridesetih letih je bil kino ključen za oglaševanje cigaret. Promotorji kajenja so bili zvezdniki. Clark Gable je npr. dobival cigarete od tovarne cigaret zastonj (ne glede na njegov velik zaslužek je bil tega vesel) – da bi kadil v filmu in da bi škatlico pokazali na platnu. Znani so tudi filmi z igralcem Humphreyem Bogartom (Casablanca, Malteški sokol, Pristanišče strahu itd.), ki v vseh teh filmih kadi, hkrati pa predstavlja lik »pravega moškega«, ki je pogumen, neustrašen, mačo, v katerega se zaljubljajo lepa dekleta.

Ob koncu tridesetih let sta dva kirurga opazila vedno več pljučnega raka, ki je postal pogostejši od raka želodca – prej je bila to namreč redka bolezen. Eden od njih je bil Michael DeBakey. Skoraj vsi pacienti z rakom na pljučih so bili dolgoletni kadilci. Družba pa njihovih izsledkov ni jemala resno. Da bi to bila nezdrava navada, je bilo nesprejemljivo – saj so vsi kadili.

Z drugo svetovno vojno se je pojavilo svetovno tržišče za cigarete. Velika Britanija je dala več denarja za cigarete kot za ladje, tanke, letala. Vsak vojak je moral imeti cigarete – bile so bistvene za moralo. Če bi prišlo do invazije na Veliko Britanijo, bi vsak prebivalec dobil 45 cigaret na teden. V tem času se je razmahnila tudi kraja in preprodaja cigaret. Vsi so hoteli kaditi – zaradi bombardiranja, skrbi za bližnje na frontah. Ob koncu vojne je kadilo 82 % moških v Veliki Britaniji.

Sredi petdesetih let so z davki na cigarete tobačnih družb v Veliki Britaniji pokrili izdatke za socialo. Zato je vlada podpirala tobačno industrijo. Na drugi strani pa se je v tem obdobju zgodilo, da je začela prodaja cigaret upadati, ker so časopisi na veliko pisali, da cigarete povzročajo raka. Tobačna industrija se je odzvala – zanimali so posledice kajenja za zdravje. Začeli so financirati raziskave – a so s tem v bistvu zavlačevali sprejem predpisov o tobaku. Tobačna industrija je na svojo stran pritegnila celo zdravnike, ki so bili strastni kadilci in ti so govorili o zdravilnem učinku cigaret, češ da zmanjšujejo stres. Pojavljali so se celo oglasi: »Zdravniki kadijo Camels«.

Da bi zmanjšali strahove pred rakom, ki so jih kljub vsemu zbujali članki v časopisih, so se izdelovalci cigaret domislili in začeli proizvajati cigarete s filtrom. Prvi je bil Rothman, ki je na veliko reklamiral svoj izdelek. Toda o filtru je treba reči naslednje: filter ni zdravilni, ampak marketinški pripomoček. Človek namreč lahko sam uravnava, koliko dima bo potegnil vase in kako globoko v pljuča.

Leta 1957 je vlada Velike Britanije sprejela stališče, da kajenje povzroča raka. Podobno se je zgodilo v Združenih državah Amerike leta 1964, ko je minister za zdravje Luther Terry izdal poročilo, s katerim je bila uradno razglašena škodljivost cigaret. Poročilo posebej omenja, da obstaja vzročna zveza med kajenjem in rakom na

pljučih. Od leta 1966 mora biti v Združenih država Amerike na vseh zavojčkih cigaret natisnjeno opozorilo: »Pozor! Kajenje ogroža vaše zdravje.«

Družba Liggett & Myers je sicer skušala zmanjšati rakotvorni učinek cigaret. Zato so pri njih opravili poskuse z več kot 100 različnimi snovmi. Ugotovili so, da obstaja snov – paladij – ki kot katalizator zmanjšuje možnost raka, vendar tega niso dali v javnost, ker bi potem časopisi pisali, da so druge blagovne znamke škodljive. To bi celo škodilo sami družbi Liggett & Myers, ki je proizvajala tudi različne druge, »običajne«, cigarete. Zaradi tega varnejša cigareta ni nikoli ugledala luči sveta.

V šestdesetih letih so se začeli oglasi za cigarete pojavljati na televiziji. Prikazovali so všečne moške, seksi ženske, mlade, ki kadijo. Oglasi so ustvarjali občutek, da bo tudi gledalec del tega, če bo kadil. Leta 1966 pa je odvetnik John Basset v ZDA pri televizijskih družbah uveljavil doktrino pravičnosti: Če TV postavi eno plat, bi bila dolžna predstaviti tudi drugo. Za vsake 3 oglase tobačne industrije je morala TV zastopj predvajati en oglas proti tobaku – npr. kajenje ubija, povzroča emfizem, raka. Pred koncem leta je prodaja cigaret strmo padla. Leta 1970, ko so se iztekle pogodbe s televizijskimi družbami, so vse tobačne družbe umaknile oglase s televizijskih zaslonov in radia. Podobno se je zgodilo leta 1973 v Nemčiji – z nemške TV so izginile vse reklame za cigarete.

Od leta 1993 morajo biti vsi zavojčki cigaret, ki jih prodajajo v državah Evropske skupnosti, opremljeni z opozorilom »Kajenje povzroča bolezen srca in ožilja« ter »Kajenje ogroža zdravje vaših otrok, še zlasti med nosečnostjo«.

Leta 1996 je Slovenski parlament sprejel Zakon o omejevanju uporabe tobačnih izdelkov. V njem med drugim piše, da je prepovedana prodaja cigaret osebam, ki so mlajše od 15 let ter da je kajenje prepovedano v prostorih vzgojnoizobraževalnih in zdravstvenih ustanov. Zakon je bil dopolnjen leta 2007 in med drugim prepoveduje kajenje v vseh zaprtih prostorih.

Nekatere okvare in bolezni, ki so povezane s tobakom

V tobačnem dimu je okrog 4000 različnih snovi, 43 med njimi jih je rakotvornih – te so: arzenove soli ter radioaktivni izotopi (cezij, kalij, radij, rubidij, stroncij, svinec, polonij). Pri kadilcih se lahko razvijejo različne oblike raka, in sicer: rak v ustni votlini, rak v grlu, na požiralniku, v želodcu, trebušni slinavki, pljučni rak, rak na ledvicah, rak na sečnem mehurju, pri kadilcih pipe pa tudi rak na ustnicah.

Najvažnejša strupena snov v tobaku je nikotin (nikotein je še močnejši strup, a ga je precej manj). Do resnih, tudi smrtnih zastrupitev prihaja zaradi neprevidnosti tudi pri uporabi insekticidov na bazi nikotina, v preteklosti pa je prihajalo do takih zastrupitev zaradi zunanje uporabe tobaka v zdravilstvu, pri ljudeh, ki so tihotapili tobakovo listje na goli koži in pri otrocih, ki so tako ali drugače prišli do tobaka ali njegovega izcedka. Strupeno je tudi mleko živali, ki so jedle tobak.

Sestavine dima dražijo sluznice in povzročajo vnetja dihal. Prihaja do bronhitisa (kroničnega katarja dihalnih poti) in emfizma (napihnenosti pljuč).

Kronični bronhitis

Zaradi svoje pogostosti so bolezni dihal velik zdravstveni in socialni problem po vsem svetu. Vsak četrti bolnik obiše splošnega zdravnika zaradi težav z dihalni. Pomemben delež med boleznimi dihal ima kronični bronhitis. Prizadene od 10 do 25

odstotkov odraslega prebivalstva. Pogostejši je pri moških in starejših od 40 let. Pri več kot polovici bolnikov se postopno razvije zožitev dihalnih poti. Tretjina bolnikov ima vsaj enkrat letno poslabšanje bolezni, ki jo praviloma spremlja bakterijska okužba. Bolniška odsotnost zaradi kroničnega bronhitisa narašča in traja povprečno 25 dni na leto na bolnika. Enako narašča invalidnost.

O kroničnem bronhitisu (kroničnem vnetju sapnic) govorimo takrat, kadar bolnik kašlja in izkašlje vsaj tri mesece letno, dve leti ali več let zapored. Če s preiskavo pljučne funkcije ne ugotovimo oviranega pretoka zraka, je to enostavni kronični bronhitis. Če je izmeček stalno ali občasno gnojen, ima bolnik mukopurulentni bronhitis. Kadar je pri bolniku prisotna še zožitev (obstrukcija) dihalnih poti, ki je stalna, govorimo o kroničnem obstruktivnem bronhitisu.

Najpomembnejši dejavnik, ki sproži nastanek kroničnega bronhitisa, je kajenje. Kadilci razvijejo kronični bronhitis pogosteje (zmerni kadilci v 25 odstotkih, strastni kadilci skoraj v 50 odstotkih) kot nekadilci (le v 6 do 10 odstotkih).

Poslabšanje bolezni lahko povzroči virusna ali bakterijska okužba sapnic, pljučnica, druge spremljajoče bolezni, premalo učinkovito zdravljenje, slabo stanje prehranjenosti, pa tudi zastoj sluzi v dihalih zaradi izsušenosti bolnika, vdihavanje preveč toplega in suhega zraka pa tudi hladnega zraka, kajenje, onesnažen zrak ali splošna anestezija.

Bolnik s kroničnim bronhitisom dolgotrajno kašlja in izkašlje. Težko dihanje, najprej pri naporu, kasneje tudi v mirovanju, se pojavi pri bolnikih z zožitvijo v dihalnih poteh. Pri bolnikih z napredovalim kroničnim obstruktivnim bronhitisom so pogosti utrujenost ter znaki dihalne odpovedi in prizadetosti srca. Pri akutnem poslabšanju bolezni zaradi bakterijske okužbe bolnik več kašlja, izkašlje povečano količino gnojnega izmečka in težje diha.

Emfizem

Pri pljučnem emfizmu prihaja do čezmerne razširitve dihalnih prostorov. Dihalni prostori se združujejo v večje prostore, ki pa imajo manjšo površino za izmenjavo plinov. Na ta način izginevajo alveolne pregrade in se zmanjšuje število alveolnih kapilar. Zaradi uničevanja pljučnega parenhima se zmanjša tudi elastičnost pljuč. Male dihalne poti se zožijo, njihove stene postanejo tanjše in atrofične, njihovo število pa upade. V dimu se nadalje nahaja tudi ogljikov monoksid. Zaradi njega telesu, zlasti možganom, primanjkuje kisika, kar zmanjšuje telesno in duševno zmogljivost. Ogljikov monoksid preprečuje vezavo kisika na hemoglobin, ker se 200-krat raje veže nanj kot kisik. Kajenje vpliva tudi na razvoj bolezni srca in ožilja. Prihaja do ateroskleroze ter do srčnega infarkta. Prihaja tudi do okvare perifernih žil. V težjih primerih pride do gangrene in je potrebno nogo amputirati. Kadilci so v nevarnosti tudi pri okrevanju po operaciji - razvije se lahko globoka venska tromboza in posledično lahko pride do pljučne embolije. Zaradi metanola v tobaku lahko oslabi tudi vid. Tobak je odgovoren tudi za specifične motnje vida (nikotinska ambliopija ter optični nevritis).

Ambliopija

Za ambliopijo oz. slabovidnost je značilno, da je samo oko povsem zdravo vendar je vidna ostrina tudi po korekciji dioptrije z očali slaba. Temu lahko rečemo

tudi leno oko. Stopnja izgube vida sega od povsem blage do zelo hude zmanjšane vidne ostrine.

Optični nevritis

Tu gre za prizadetost optičnega živca, ki se lahko kaže z izgubo vida na enem ali obeh očesih, bolečino pri premikanju zrkel ali v globini očesa in zamegljenim vidom.

Omeniti velja tudi vpliv kajenja na nosečnost in porod. Pri ženskah - nosečnicah imajo novorojenci nižjo porodno težo, prihaja do spontanih splavov, mrtvorojenih otrok, pa tudi do nenadne smrti dojenčkov.

Kajenje je neke vrste narkomanija, saj povzroča zasvojenost, vendar ga posameznik in tudi družba ne enačijo z drugimi mamili, ker da ne okrnjuje človekove zavesti in sposobnosti za normalno duševno delo. V novejšem času ugotavljajo, da to ne drži popolnoma. Kadilci so bolj razdražljivi, med njimi je več kršitev prometnih predpisov in povzročiteljev nesreč. Mladostniki, ki kadijo, dosegajo slabši učni uspeh.

Ob koncu še to: zaradi tobaka bo v naslednjih 25 - ih letih umrlo 500 milijonov ljudi (to je za 250 Slovenij ljudi, oziroma gre za število prebivalstva, ki je enako številu Evropejcev).

Viri:

1. Gregory A.Austin, 1978. Perspectives on the History of Psychoactive Substance Use. Rockville, Maryland: National Institute on Drug Abuse.
2. France Demšar, 1999 (2. ponatis - 1. izdaja - 1997). Kronika kadilske razvade. Ljubljana: Ministrstvo Republike Sloveije za zdravstvo, Zavod za zdravstveno zavarovanje Slovenije in FIHO.
3. John G.Howells (ur.), 1975. World History of Psychiatry. London: Baillière Tindall.
4. Svetlana Makarovič, 2001. Prekleti kadilci. Ljubljana: Center za slovensko književnost.
5. maxilla.mf.uni-lj.si/files/attachments_forum_med2001/kopb_1.doc - dosegljivo 13. 10. 2008
6. Microsoft® Encarta® 98 Encyclopedia. © 1993-1997 Microsoft Corporation
Tomaž Petauer, 1993. Leksikon rastlinskih bogastev. Ljubljana: Tehniška založba Slovenije.
7. Antoan Poro (Antoine Porot), 1990. Enciklopedija psihijatrije (po 6. izdaji, 1984). Beograd: Nolit.
- Michel de Pracontal, 1999: Vojna proti tobaku (La guerre du tabac, 1998). Ljubljana: Krtina.
8. Janez Rugelj, 2000. Pot samouresničevanja. Zdravljenje in urejanje zasvojenecv in drugih ljudi v stiski. Priročnik za zdravo in ustvarjalno življenje. Ljubljana: samozaložba: Slovensko društvo terapevtov za alkoholizem, druge odvisnosti in pomoč ljudem v stiski.
9. Marko Snoj, 1997. Slovenski etimološki slovar. Ljubljana: Mladinska knjiga.
10. www.ezdravje.com/si/dihala/bronhitis/ - dosegljivo 13. 10. 2008
11. www.revijakapital.com/life/clanki.php?idclanka=10 - dosegljivo 13. 10. 2008
12. www.vidim.si/unlimitpages.asp?id=46 - dosegljivo 13. 10. 2008

13. Tobačne vojne (Tobacco Wars) – BBC, 1999. Prikazano na TV SLO 2, 19. 5. 2002, 20h–20.50 – 1. del.
14. Tobačne vojne (Tobacco Wars) – BBC, 1999. Prikazano na TV SLO 2, 26. 5. 2002, 20h–20.50 – 2. del.
15. Tobačne vojne (Tobacco Wars) – BBC, 1999. Prikazano na TV SLO 2, 2. 6. 2002, 20h–20.50 – 3. del.

Kanabis⁹

Mamilo pridobivajo iz konoplje. Konoplja je splošni pojem za rastlino *Cannabis sativa*. Ločimo industrijsko in indijsko konopljo. Slednja se odlikuje s kemičnimi značilnostmi, ki jo uvrščajo med prepovedane droge. Kanabis je izraz, s katerim označujemo različne psihoaktivne pripravke, predvsem ženskega dela rastline *cannabis sativa*. Rastlina kanabis (marihuana je pripravek iz suhih cvetočih vršičkov in listja požete rastline) in smola kanabis (hašiš je suha kanabis smola in stlačeni cvetovi) sta najbolj pogosti obliki uporabe prepovedane droge v Evropi. Glavna psihoaktivna sestavina kanabisa je D-9-tetrahidrokanabinol (THC). S kanabinoidi označujemo sestavine, ki so po strukturi podobne THC. Kanabis vsebuje najmanj 60 kanabinoidov, med njimi so številni biološko aktivni.

Gojenje kanabisa je zelo staro. »Zdravilni učinki« rastline so bili poznani Kitajcem že 4000 let pred našim štetjem. Priporočali so pitje čaja za odpravljanje dihalnih težav in boleznih pljuč. Islamski svet je v 10. stoletju prepoznaval marihuano kot sredstvo za sprostitev in zdravilo za različne težave. V drugi polovici 19. stoletja so nekateri evropski, predvsem pa ameriški strokovnjaki, priporočali marihuano kot sredstvo za lajšanje težav (migrena, astma, kašelj in druge dihalne težave), konec 19. stoletja pa se je stališče do kanabisa začelo spreminjati, na kar je vplivalo nejasno delovanje kanabisa ter pojav novih zdravil na trgu, ki so bila cenejša in bolj učinkovita.

V zadnjih letih narašča zanimanje strokovne javnosti predvsem za škodljive učinke kanabisa, kar dokazuje tudi velik porast strokovnih mednarodnih objav v primerjavi s prejšnjimi obdobji. Večja je tudi zaskrbljenost glede porasta uporabe kanabisa, predvsem kajenja med mladimi, večje koncentracije učinkovine THC v pripravkih kanabisa (današnja marihuana je lahko 10- do 20-krat močnejša v primerjavi z marihuano, ki so jo uporabljali pred 2-3 generacijami) ter naraščanje izsledkov raziskav, ki potrjujejo sume ali dokazujejo povezavo med kanabisom in njenimi škodljivimi učinki za posameznika in družbo.

Razširjenost uporabe kanabisa

Raziskave, opravljene na evropski ravni in izvedene v letih 2000 in 2002, kažejo, da je okrog 20 % odraslih Evropejcev uporabljalo kanabis vsaj enkrat v svojem življenju, za mlade od 15. do 34. leta pa so te številke še višje. Epidemiološke raziskave kažejo na dvig uporabe kanabisa med mladimi v zadnjih letih v Evropi, ZDA, Kanadi, Avstraliji. Evropa je največji svetovni trg za hašiš, prav tako se povečuje količina marihuane, vzgojene v Evropski uniji. Poleg tega se v hašišu in

⁹ Dr. Aleš Friedl, univ. dipl. psiholog, Psihiatrična bolnica Ormož.

marihuani, ki se pojavljata v Evropski uniji, povečuje vsebnost THC in znaša od 5 do 10 %, v nekaterih vzorcih celo do 30 %. Od leta 1996 se povečuje tudi delež uporabnikov kanabisa, ki iščejo pomoč v evropskih specializiranih službah. Kanabis je trenutno druga najpogosteje uporabljena prepovedana droga (za heroinom) in se pojavlja v 12 % pri vseh obravnavanih in v 25 % pri prvič obravnavanih v evropskih programih pomoči.

Podoben trend se opaža tudi v Sloveniji, kjer v Centrih za preprečevanje in zdravljenje odvisnosti od prepovedanih drog evidentirani delež prvih iskalcev zdravstvene pomoči zaradi kanabisa narašča: leta 1997 je znašal skoraj 4 %, leta 2002 pa 22 % med prvimi iskalci zdravstvene pomoči. Med prvimi iskalci pomoči narašča število tistih, ki drogo kombinirajo, podatki po posameznih letih pa kažejo, da starejše osebe, ki iščejo pomoč zaradi kanabisa kot glavne droge, pogosteje uporabljajo več drog hkrati kot osebe, mlajše od 19 let.

Posledice uživanja kanabisa

a) Akutni učinki

Akutni učinki kanabisa se kažejo kot eforija, sprostitiv, večja socializiranost, večja intenzivnost zaznavanja, povečanje teka. Pri višjih odmerkih pa se pojavljajo še motnje zaznavanja in depersonalizacija. Kanabis vpliva na: upad spominskih zmognosti, zmanjšano sposobnost učenja, zmanjšane gibalne sposobnosti, okrnjen je občutek zaznavanja časa. Pojavlja se tudi zmanjšan čut odgovornosti, izguba motivacije za obveznosti, nagnjenost k zabavanju, bahavost v sporazumevanju s starši, večja nevarnost v prometu. Akutne učinke kanabisa spoznamo po naslednjih znakih: razširjenih zenicah, pordelih očeh, pretiravanju pri govorjenju. Splošno telesno stanje spominja na vinjenost, spremenjena je barva glasu.

Akutni učinki kanabisa so še posebej pomembni pri upravljanju s stroji in vožnji. Uporabniki marihuane poročajo o subjektivnih občutkih varnosti med vožnjo, vendar je tveganje za prometne nezgode večje med vozniki, ki vozijo pod vplivom kanabisa. Tveganje se še poveča ob sočasni uporabi alkohola. Vozniki, ki uživajo kanabis, so 3- do 7-krat bolj pogosto udeleženci nesreč v primerjavi z vozniki, ki ne uživajo alkohola ali drog. Iz mednarodne strokovne literature je razvidno, da je kanabis najbolj pogosto prisotna prepovedana droga, odkrita v primerih avtomobilskih nesreč s smrtnim izidom.

b) Dolgoročni učinki kanabisa

Dolgotrajna uporaba kanabisa vodi v blag upad posamičnih spoznavnih funkcij, pri čemer pa niso vse osebe prizadete v enaki meri.

Med duševnimi motnjami, ki so povezane z uporabo kanabisa, izstopajo amotivacijski sindrom (apatija, upad interesov), odvisnost, psihotične motnje (shizofrenija), manj pogosto flash back, depersonalizacija. Po ocenah nekaterih strokovnjakov polovica vsakodnevnih kadilcev marihuane postane odvisnih, in se pri njih pojavi toleranca. Glede odtegnitvenega sindroma si strokovnjaki niso enotni. Telesna odvisnost ni potrjena. Znano pa je, da odvisne osebe izgubijo nadzor nad uporabo kanabisa.

Uporaba kanabisa je lahko pri občutljivejših posameznikih sprožilni dejavnik za pojav psihotične motnje (shizofrenija ali druga psihotična motnja). Večje količine

oziroma koncentracije THC lahko sprožijo psihozo z zmedenostjo, amnezijo, halucinacijami, agitacijo, privzdignjenim razpoloženjem, grozavostjo.

Ob dolgotrajni uporabi kanabisa se pojavljajo poškodbe epitela dihalnega sistema s povečanim tveganjem za okužbo dihal (bolj pogosti akutni in kronični bronhitis, druga vnetja dihal v primerjavi s skupinami nekadilcev).

Pri kadilcih kanabisa je povečano tveganje za raka in srčno-žilne bolezni, oslavljen pa je imunski sistem. Uporaba kanabisa med nosečnostjo je povezana z večjim tveganjem za manjšo težo ob rojstvu in možnostjo tveganja za redke oblike rakavih bolezni.

Izsledki nedavnih raziskav povezanosti med kajenjem marihuane in rakavimi obolenji najbrž ne bodo ravno po volji zagovornikom modnega uživanja mehkih vrst mamil. Raziskovalci z Medicinskega oddelka teksaške univerze v Galvestonu pod vodstvom Marinel Ammenheuser so opravili raziskavo na vzorcu 17 nosečnic, ki niso nikoli uživale trdih vrst mamil, kot sta kokain in heroin, niti niso kadile navadnih cigaret, kadile pa so marihuano ter enakem številu žensk, ki niso nikoli niti kadile niti uživale mamil. Analiza vzorcev krvi teh žensk in njihovih še nerojenih otrok je pokazala, da so med kadilkami marihuane in njihovimi otroki mutacije DNK trikrat bolj pogoste kot pri ženskah, ki niso nikoli kadile ali uživale mamil (Mutation Research, zv. 403, str. 55). Po besedah Ammenheuserjeve povečana pogostost mutacij DNK zaradi kajenja marihuane spominja na poškodbe DNK, ki nastajajo pri kajenju običajnih cigaret. Dim marihuane vsebuje veliko rakotvornih kemijskih sestavin, ki jih vsebuje tudi dim običajnih cigaret. Hkrati kadilci marihuane radi zadržijo dim v pljučih nekoliko dlje kot kadilci običajnih cigaret.

Do podobnih ugotovitev je prišla tudi raziskovalna skupina iz Medicinskega centra kalifornijske univerze v Los Angelesu pod vodstvom Michaela Rotha. Laboratorijski preizkusi njegove skupine so prav tako pokazali, da je kajenje marihuane povezano s povečano stopnjo tiste vrste mutacij v pljučih, ki sicer nastopajo pri pljučnem raku.

Viri:

1. Cannabis: a health perspective and research agenda. Division of mental health and prevention of substance abuse. WHO, 1997, str. 1-46.
2. Letno poročilo 2004 o stanju na področju drog v Evropski uniji in na Norveškem. Luxemburg: Evropski center za spremljanje drog in zasvojenosti z drogami.
3. Lovrečič, M., Lovrečič, B., 2006. Kanabis med dejavnikom tveganja za zdravje in lajšanjem zdravstvenih težav? Zdravstveno varstvo, 45, str. 158-164.
4. Ramstrom J., 2004. Adverse Health Consequences of Cannabis Use. A Survey of Scientific Studies Published up to and including the Autumn of 2003. Sweden: National institute of Public Health.
5. Report on the Drug Situation 2004 of the Republic of Slovenia. Ljubljana: Institute of Public Health of the Republic of Slovenia.
6. Sever, V., 1999. Modna muha lahko sčasoma postane tudi zelo vroča juha. Življenje in tehnika, letnik L, april 1999.
7. Snoj, M., 1997. Slovenski etimološki slovar. Ljubljana: Mladinska knjiga.
8. Smrt v tabletah in belem prahu, 7D, 28. 7. 1999, str.41.

9. Vučkovič, N., 2001. Marihuana. Novi Sad: Izvršni odbor skupštine grada Novog Sada. Odbor za prevenciju narkomanije i ostalih bolesi zavisnosti.

Energijski napitki¹⁰

Prispevek je posredovala gospa Sanja Lončar po tem, ko sem ga sam prebral (dr. Aleš Friedl, op. ur.) v reviji Jana, letnik 36, št. 30, z dne 22. 7. 2008, na strani 48. V zameno za to besedilo je želela, da objavimo spletne naslove, kjer se da dobiti še druge informacije o zdravem načinu življenja. Naslova sta naslednja: www.zazdravje.net ter zazdravje@gmail.com.

Česa ne vemo o energijskih pijačah

Elvira P. : »Opažam, da moj sin v zadnjem času pije vse več energijskih pijač. Pod posteljo je vse polno pločevink red bulla, dark doga in drugih. Ne vem, koliko jih popije na dan, vendar vidim, da je vse bolj razdražljiv, včasih pa brez volje in celo depresiven. Zanima me, ali to povzročajo te pijače.«

Energijske pijače so zares tema, o kateri se pri nas premalo piše. Naše oglaševanje ne pozna omejitev in obljube, s katerimi ponudniki zavajajo predvsem mlade porabnike, so neomejene. Dejansko bi že samo poimenovanje energijski moralo biti prepovedano, ker večina teh pijač zagotovo ne daje energije. Le omogoča, da telo dodatno porabi še tisto, ki jo ima na zalogi.

V Franciji, na Danskem in Norveškem so energijske pijače prepovedane v široki prodaji. Sodijo med posebne pripravke in se lahko prodajajo le v lekarnah/drogerijah. Po tragični smrti treh oseb, ki naj bi bila povezana z uživanjem energijskih pijač, so jih pred kratkim vzeli pod drobnogled tudi na Švedskem.

Kaj je v njih?

Večina energijskih pijač vsebuje le kofein (večinoma sintetično pridobljen) in veliko sladkorja, vendar v kombinaciji ter količini, ki »drži« od 3 do 4 ure.

Sintetično pridobljeni taurin sicer ima nekaj skupnega s tistim, ki ga v normalnih okoliščinah izloča naše telo, vendar znanstveniki vse močnejše dvomijo o tem, da bi telo tistega, ki je v energijskih pijačah, lahko uporabilo »kot svojega«. Za zdaj ni dokazano, da bi na ljudi učinkoval stimulatивно. Poskusi na raznih živalih pa so dali nepričakovane in nasprotujoče si rezultate (npr. bizarno obnašanje in samopoškodbe pri podganah).

Nekatere pijače vsebujejo tudi velik odmerek vitaminov iz skupine B, ki lahko povzročajo bitje srca ter tresavico rok in nog.

Karnitin je snov, ki omogoča hitro izgorevanje maščobe v celicah, pospešuje metabolizem in zmanjšuje ohlapnost mišic. Zato za pijače, ki ga vsebujejo, trdijo, da pripomorejo k hujšanju. Z drobnimi črkami pa na istih izdelkih piše, da niso za ljudi s čezmerno težo, ker ti že imajo težave s povišanim krvnim tlakom.

¹⁰ Sanja Lončar, novinarka in raziskovalka, vodja projekta Skupaj za zdravje človeka in narave.

Umetne arome so sestavni del večine modernih energijskih pijač. Nekatere izmed uporabljenih najdemo tudi na seznamu snovi, o katerih sumijo, da povzročajo hiperaktivnost.

Naravne različice

V zadnjem času so tudi proizvajalci zdrave hrane začeli razvijati svoje različice energijskih pijač, katerih osnova so naravni rastlinski izvlečki. Kljub temu, da beseda naravno zveni mamljivo, niso vse naravne formule avtomatično zdrave.

Strokovnjaki najbolj opozarjajo na pijače, ki vsebujejo snovi, identične drogi efedri, ki jo je FDA prepovedala leta 2003. Pridobivajo jih iz gvarane in nekaterih drugih rastlin.

Izdelki iz gvarane in ginsenga imajo to lastnost, da odvajajo mlečno kislino iz mišic in tako zmanjšujejo mišične bolečine po večjih obremenitvah, varujejo pred arteriosklerozo in učinkujejo očiščevalno na jetra.

Izvlečki zelenega čaja so sicer po sestavi tudi kofein (oziroma njegova različica tein), vendar v telesu učinkujejo drugače kot kofein iz kave ali tein iz črnega čaja. Ne ovirajo resorpcije kalcija in železa ter telesa ne zakisajo. V naravnih energijskih pijačah najdemo tudi izvlečke ameriške rastline mate, ki učinkuje podobno kot zeleni čaj, ob tem pa vsebuje precejšnje doze melatonina.

Izboljšanje koncentracije v naravnih pijačah dosežejo z naravnim vitaminom C, izvlečki žajblja, rožmarina in drugimi zelišči, ki krepčajo. Največja razlika med sintetičnimi energijskimi pijačami in kakovostnimi naravnimi je v tem, da ene telo močno zakisajo, druge pa so nevtralnejše.

Ali jih uporabiti ali ne?

Današnji čas nas pogosto postavi pred preizkušnjo, da svoje telo »gonimo« čez meje. Vozniki, pred katerimi je še dolga vožnja, študenti, ki poskušajo v nekaj nočeh nadomestiti vse, kar so zamudili v nekaj mesecih, pritiski v službi, ki silijo v podaljševanje urnika, vse to so situacije, ko ljudje posegajo po poživilnih napitkih in energijskih pijačah. Če izberemo naravne izdelke, če pazimo, da smo dovolj hidrirani in jih uporabljamo le občasno, po tem pa telesu pustimo dovolj časa, da si opomore ter se regenerira, utegnejo biti koristen izhod v sili. Zelo veliko pa jih zaužijejo tudi »za zabavo«, za boljše razpoloženje v diskotekah in barih, otroci jih pijejo med poukom, ker je to »in«, športniki pa si od njih obetajo boljše rezultate. Ker kofein ustvarja odvisnost, jih nekateri kmalu zaužijejo več kot eno ali dve na dan, kolikor je največ dovoljeno. Večje količine hitro povzročijo dvig krvnega tlaka in povečanje sladkorja v krvi, ustvarjajo dodatno živčnost, depresijo ter težave z motoriko.

Izsuševalci telesa

Največja težava z energijskimi pijačami je, da dvigujejo pritisk in učinkujejo močno diuretično, kar pomeni, da izsušijo telo. Zato je uživanje energijskih pijač v povezavi s športom naravnost nevarno. Pred kratkim je na Irskem umrl 18-letni mladenič, ki je spil 4 pločevinke energijske pijače pred košarkaško tekmo. Če energijskim pijačam dodajo alkohol, kar je čedalje popularnejše, se njegovo diuretično učinkovanje in vpliv na naše ožilje se multiplicirata. Največ tragičnih smrti je ravno posledica opisane uporabe. Zapomnite si še to, da se količina

zaužitega kofeina v telesu razpolovi po treh do petih urah. Če boste npr. dve uri po energijski pijači zaužili še kavo, se lahko v telesu nabere preveč kofeina.

Težko je dati dokončen nasvet. Zagotovo je razširjena uporaba energijskih pijač tvegana, a posledice bomo spoznali z zamudo. Dr. Wilkie Wilson, profesor farmakologije na Duke University Medical Center (ZDA), opozarja, da se možgani razvijajo do 21. leta in da obstaja zelo malo raziskav o učinkovanju kofeina, efedrina ter podobnih spodbujeval na mlade. Zato se mladim, nosečnicam, osebam, ki imajo visok krvni tlak, čezmerno težo, trpijo zaradi motenj spanja ali zaradi glavkoma, odsvetuje uživanje energijskih pijač.

Zato uporabo poživil omejite, kofein zamenjajte s teinom iz zelenega čaja, pazite, da ob tovrstnih pijačah zaužijete dovolj vode, in poiščite takšne napitke, ki v vaše telo ne bodo vnesli kupa obremenilne kemije.

Alkohol¹¹

Pomen izraza

Različni viri navajajo izraz alkohol v pomenu »dobro, dragoceno« in pri tem podajajo naslednjo zgodbo.

Neki znani arabski alkimist je nekoč v davnih časih želel odkriti tak življenjski napoj, ki bo tistemu, ki ga bo popil, zagotovil večno mladost in veselje. Da bi prišel do takega odkritja, se je umaknil stran od doma ter v svojem vrtu napravil delavnico, kjer je začel iskati eliksir. Ostanke hrane, ki mu jo je prinašala žena, je metal v posodo v kotu svoje delavnice. Že čez nekaj časa je opazil, da so ostanki začeli vreti in se je od njih širil prijeten vonj. Zanimalo ga je, odkod ta vonj. Odpadke hrane je zavrel in z destilacijo dobil tekočino prijetnega okusa. Po zaužitju te tekočine je dobil občutek, da je dobilo njegovo telo novih moči, kakor da so se njegove želje same od sebe uresničevale, želja po življenju je rasla, počutil se je pomlajenega.

Presenečen od veselja, da je v tej tekočini po naključju odkril iskani življenjski napoj, je vzkliknil: »Al-kohl,« kar pomeni po naše »dobro, dragoceno«. Svoje odkritje je nemudoma razodel vsem ljudem misleč, da je dal človeštvu največjo srečo in bogastvo.

Preteklo je več let. Nekega večera je alkimist slonel na oknu svoje hiše ter gledal v noč. Bil je žalosten in nebogljen. Hudo je trpel. Prevaral se je. Čarobni učinek magične tekočine je bil varljiv in nevaren. Spoznal je, da je njegova tekočina uničila njega in milijone ljudi. Po začetni sreči je alkohol prinesel hudo trpljenje, bolezen... Zastokal je od žalosti, ko je zaslišal vihar, ki je nosil neskončno vrsto žrtev njegovega odkritja. Razsrjenih obrazov in s škripajočimi zobmi so žrtve iztegovale koščene roke, da bi ga zgrabile. Žalostinke in strahotne kletve, ki so prihajale iz tega spreveda, so mu polnile ušesa... Od strahu je alkimist kriknil in se vrgel skozi okno.

Izraz alkohol resnično izhaja iz arabščine, in sicer iz izrazov: »al-kuhl«, »al-kohl«, »al-kohol«. Arabci so tako poimenovali antimonov prah. Antimon je kemijski element, kovina bele, sinje bele oziroma srebrno bele barve, ki jo dandanes uporabljamo za izdelavo tiskarskih črk in za zlitine, Arabci pa so antimonov prah uporabljali za ličenje vek, obrvi, trepalnic. Že ta podatek pove, da so takrat imeli

¹¹ Dr. Aleš Friedl, univ. dipl. psiholog, Psihiatrična bolnica Ormož.

povsem drugačen pogled na lepoto, oziroma drugačen okus, kot ga imamo danes. To bomo kasneje videli tudi pri okusu tedanjih alkoholnih pijač.¹²

Od Arabcev so besedo »alkohol« prevzeli Španci in ji spremenili pomen. Zanje »alkohol« ni bil več specifično »antimonov prah«, temveč bolj splošno »droben prah«. Nadaljnji pomen pa je dobila beseda s tem, ker je postal prah v srednjem veku v lekarništvu in alkimiji esenca, oziroma bistvo določene snovi.

In kaj je bistvo alkoholne pijače?

Za tistega, ki se opija, je to prav gotovo opojna snov, čeprav včasih niso menili tako. Pred več kot 2000 leti, v obdobju antike, so ugotovili, da je s posebnim postopkom, imenovanim destilacija (ki v latinščini pomeni »kapljanje«), mogoče iz različnih snovi izločiti njihovo »bistvo«. Tako je s segrevanjem morske vode in kondenzacijo pare, ki izhaja iz nje (ter kaplja v pripravljeno posodo), mogoče iz slane vode izločiti njeno bistvo, namreč pitno vodo.

Grški učenjak Aristotel (ki je živel med leti 384 in 322 pr.n.š.) v svoji knjigi Meteorologija opisuje takšno destilacijo in pri tem omenja, da je mogoče destilirati tudi vino in iz njega pridobivati pitno vodo. Po Aristotelu namreč vse sestoji iz štirih osnovnih elementov: ognja, zraka, vode in zemlje, ki jim je sam dodal še peti element, eter, ki je nespremenljiv in vedno teče v večnosti časa. Po Aristotelu je bistvo vseh tekočin voda. Če s pomočjo destilacije lahko določimo bistvo neke snovi, nam poskus z morsko vodo dokazuje, da je bistvo slane vode sladka voda. Podobno bi torej morala destilacija vina dati njegovo bistvo – sladko vodo. (Aristotelove nauke so skušali upoštevati pri destilaciji vina v 17. stoletju na Nizozemskem. Sprva so nizozemski žganjarji nameravali zmanjšati prostornino vina, da bi bilo primernejše za prevoz v kolonije na drugih celinah. Koncentrirano vino so zapečatili v sode, da bi ga ob koncu čezoceanskega potovanja razredčili in tako dobili nazaj prvotno količino. Seveda pa ljudem potem, ko so poskusili vsebino sodov, ni niti padlo na pamet, da bi pijači dolivali vodo in nov, močnejši alkohol je preplaval svet.)

Zgodovinski oris

Alkoholne pijače pozna človeštvo že vsaj 10.000 let. Človek jih je najbrž odkril po naključju, ko je opazil, kako pozabljena in zato nekoliko postana, z medom osladkana voda (ali pa je šlo v tej vodi za ostanke žitnih zrn, ki so začela fermentirati) »odžeja« mnogo bolj od sveže pripravljene. Poleg večje »osvežilne moči« je tudi bolj obstojna – ker je alkohol strupen, ga mikroorganizmi, ki pridejo v tekočino iz okolice in bi jo utegnili pokvariti, prenesejo le v omejeni koncentraciji.

Najstarejša vrsta alkoholne pijače je pivo. O tem priča glinasta ploščica, ki so jo našli na področju Mezopotamije¹³ in je stara 8.000 let. Na njej je vrezan prizor varjenja piva v žrtvene namene. Pivo so takrat izdelovali iz posebnega, v ta namen pripravljenega kruha, ki so ga stlačili z ječmenovim sladom in pustili, da je fermentiral. Nekaterim vrstam piva so dodajali cimet, drugim datelje in med ali pa

¹² Tudi Grki so se ličili z belo barvo, le da zato niso uporabljali antimona, ampak svinec. Aristotel v svoji Nikomahovi etiki v 1. knjigi v 4. poglavju omenja svinčevo lepotilo, ki je bilo belo; Kajetan Gantar pa k temu pripominja, da je bila to šminka, ki so jo uporabljale grške žene.

¹³ Mezopotamija pomeni dobesečno medvodje. Gre za področje med rekama Evfrat in Tigris v državah Turčija, Sirija in Irak. Včasih se to področje imenuje tudi Rodovitni polmesec.

pelin, žafran, glog, trave vseh vrst – le hmelja ne. O uporabi hmelja pišejo šele leta 822 francoski menihi v Pikardiji (danes je to pokrajina v Franciji). Sočasno pa o tem poročajo tudi v severni Nemčiji v samostanu Corvey na reki Weser.

O vinu pripoveduje legenda, da je v Heratu živel mogočen vladar, katerega sin je z natančno izstreljeno puščico v kačjo glavo rešil pred smrtjo orla, okrog katerega je bila ovita. Čez leto dni je isti orol izpustil iz kljuna pred vladarja več pečk ter odletel. Vrtnarji so pečke posadili in iz njih so zrastle mladike, čez nekaj let pa je na njih dozorelo grozdje. Iz njega so stisnili sok, in ko je ta začel vreti, so bili vsi razburjeni. Vladar je ukazal, naj ga dajo piti na smrt obsojenemu, in če bo preživel, ga ne bodo usmrtili. Obsojenec se je sprva namrščil, potem pa postal vesel, začel je peti in plesati, dokler ni od opitosti ponorel in padel v globoko spanje. ko se je zbudil, je občutke opisal nekako takole: najprej mi je pijača vzbujala odpor, ko sem pil naprej, sta srce preplavila veselje in radost in vse je postalo lahko in lepo. Ponorelega obnašanja se ni spomnil, zapomnili pa so si ga gledalci. Tedaj so začeli gojiti trto in vino je postalo spremljevalec vladarjev.

Najstarejše ostanke vina so našli v vrču, ki so ga izkopal v Haji Firuz Tepeju v Iranu. Njegovo starost ocenjujejo na 7.200 let. V vrču so našli vinski kamen – kristale soli tartarne kisline ter ostanke terebintine smole. Torej je imelo tedanje vino okus in vonj po terpentinu – ki je bil vseeno boljši od okusa in vonja razpadajočega usnja, saj so vino takrat hranili in prenašali v kozjih mehovih. Razen tega je smola tudi preprečevala razraščanje mikroorganizmov. (Ta navada konzerviranja vina s smolo se je ohranila do današnjih dni v Grčiji in tako pripravljeno vino imenujejo »retsina« – kar seveda pomeni smola.)

Žganje so začeli ljudje destilirati okrog leta 800 pr.n.št. v Aziji, in sicer na Kavkazu iz kobiljega mleka (podobno tudi Tatari), na Japonskem iz sakeja (riževega napitka), na Kitajskem iz tehooja (napitka iz riža in prosa), v Indiji iz palmovega vina.

Nekaj kemije

Opijanje človeka pri uživanju alkoholnih pijač povzročajo alkoholi, največ etilni alkohol ali etanol, ki ga je med vsemi alkoholi v alkoholnih pijačah največ. Alkoholi so po kemijski zgradbi alifatske spojine, to pomeni, da so zgrajeni iz verige ogljikovih in vodikovih atomov. Število členov verige določa prvi del imena posameznih alkoholov: če je člen en sam, je začetnica »met-«, če sta dva: »et-«, trije: »prop-«, štirje: »but-« itd. Na ogljikove atome so vezani vodikovi atomi in zaradi skupin -CH₂- štejemo alkohole v homologne vrste. Vsi alkoholi imajo tudi zanje značilno hidroksilno skupino (-OH-). Zaradi te skupine se poimenovanje alkoholov končuje na »-anol«. Vse alkoholne pijače vsebujejo tudi vodo, prisotne pa so tudi druge vrste alkoholov, npr. metanol, ki je bolj strupen kot etanol (človek lahko oslepi). Metanol nastane iz pektinov, ki so predvsem v jagodni koščici in v trdnih delih grozdja ali če je grozdje gnilo. Alkoholne pijače nadalje vsebujejo višje homologe (propilni, butilni, pentilni ... alkohol), ki bolj omamljajo. Razen tega so v alkoholnih pijačah prisotni še višji alkoholi, to so alkoholi, ki imajo v molekuli najmanj dve hidroksilni skupini. Ti višji alkoholi so npr. v vinu prisotni v tristokrat manjši koncentraciji kot etanol, vendar je njihov strupeni vpliv znatno večji od etanola. Višji alkoholi ostanejo v organizmu razmeroma dolgo. Potujejo v možgane,

povzročajo glavobol, motnje v delovanju vegetativnega živčnega sistema in v delovanju krvnega obtoka. Teh alkoholov je veliko v aromatičnih sladkih vinih. Razen teh alkoholov so v alkoholnih pijačah prisotni tudi sladki alkoholi (eritrit, arabit, ksilit, manit, sorbit, mioinozit), ki dajejo alkoholnim pijačam specifičen okus.

Alkoholne pijače vsebujejo tudi ketone in estre.

Ketoni so spojine, ki vsebujejo karbonilno skupino (-CO-). Najenostavnejša vrsta ketona je aceton oz. propanon, ki je znan kot topilo laka za nohte (kemijska formula: CH₃-CO-CH₃). Aceton nastaja v človekovem telesu pri presnovi maščob, toda kmalu oksidira in dobimo vodo in ogljikov dioksid. Pri sladkorni bolezni - diabetes mellitusu - pa se aceton nabira v telesu in ga lahko odkrijemo v urinu. Glede na to, da se aceton nahaja tudi v alkoholnih pijačah, uživanje le-teh poslabšuje sladkorno bolezen. Ketoni so strupeni in prizadenejo predvsem osrednje živčevje.

Estri so homologna vrsta spojin, katerih vsaka molekula vsebuje funkcionalno skupino -COO-. So nereaktivne, brezbarvne tekočine, ki nastanejo pri reakciji karboksilne kisline in alkohola. Zaradi estrov npr. hruška diši po hruški, sliva po slivi itd. Te snovi dajejo torej posameznim alkoholnim pijačam značilen vonj.

Poleg teh za organizem strupenih snovi pa vsebujejo posamezne alkoholne pijače tudi večje število sestavin, ki so značilne prav za tisto pijačo, a niso strupene in ne omamljajo, npr. sladkorje ali pa fenolne spojine in tanine v vinu, ki imajo antibakterijski in antiviralni učinek.

Alkoholi so v svojem bistvu skupaj z ogljikovim dioksidom odpadni produkt fermentacije, procesa, v katerem glive kvasovke iz sladkorja pridobivajo za svoje življenje potrebno energijo. Pri fermentaciji sodeluje približno 100 različnih vrst kvasovk, poleg njih pa še približno 60 vrst bakterij. Ta proces je raziskal in opisal francoski znanstvenik Louis Pasteur (1822-1895). Najprej je raziskal fermentacijo pri mleku in izsledke o tem objavil leta 1858 ter nato pomislil, da je tudi fermentacija mošta nekaj podobnega. Svoja dognanja je nato opisal v knjigi »Raziskave vina, njegove bolezni in vzroki, novi postopki konzerviranja in staranja«, ki je izšla leta 1865.

Bistvo alkoholnih pijač

Glede na to, da je opijanje za odvisnika bistvo alkoholne pijače, si oglejmo, kako različne stopnje pijanosti vplivajo na človekovo razpoloženje in vedenje. Stopnja pijanosti ali alkoholne zastrupitve je odvisna od koncentracije alkohola v krvi. Meri se v promilih (pravilneje v g/kg), to je po količini alkohola na tisoč delov krvi. Če je v krvi 0,5 promila (0,5 ‰) alkohola, kroži v krvnem obtoku na 2000 kapelj krvi ena kaplja alkohola (1 promil pomeni razmerje 1 : 1000, torej znašata 2 promila 2 : 1000 in ½ promila pomeni razmerje 1 : 2000).

Pri koncentraciji 0,5 ‰, ki pomeni prag opijanja, je človek nekoliko bolj sproščen, kar je prvi znak alkoholne opitosti. Ta vrednost naj bi bila mejna, kritična za delovno učinkovitost, za vožnjo z avtom. Ni sicer izrazitih znakov pijanosti, vendar so s testi dokazali določeno negotovost pri reagiranju ljudi. Do te koncentracije alkohola v krvi pride po popitju dveh kozarčkov (tj. skupaj približno 0,5 dl) žganja ali dveh do treh decilitrov vina. To pomeni, da imamo takrat v krvi (ki je imamo okrog 5 litrov) približno 25 ml čistega alkohola.

Stopnja lažje zastrupitve, lažje pijanosti, nastane pri koncentraciji alkohola od 0,6 do 1,5 ‰. Takšno stanje nastopi najkasneje eno uro za tem, ko je človek s 70 kg telesne teže popil ½ litra vina. Pojavlja se: pomanjkljiva pozornost in volja, samokontrola odpoveduje, gibi niso več natančni, čas reagiranja se podaljša, odzivi na dražljaje so znatno počasnejši. Človek pordeči, pulz in dihanje sta pospešena, govori veliko, tudi zmedeno. Človek z 0,6 ‰ in več alkohola ni sposoben sodelovati v prometu in voziti motornega kolesa, ker ogroža sebe in svojo okolico.

Naslednja stopnja akutne alkoholne zastrupitve je stopnja prave pijanosti, ki nastane pri koncentraciji 1,5 do 2,5 ‰ in takrat so vsi naštetih znaki še ojačani. Dojemanje je pomešano, pojavi se nezanesljiva hoja in opotekanje, ne obvladuje kretenj, človek vidi dvojno, moteno je govorjenje (zapleta se mu jezik), nerazločno govori. Nekje pri koncentraciji 1,5 promila alkoholizirane osebe mislijo, da »zmorejo vse«, dejansko pa takrat izgubijo kontrolo nad svojim vedenjem. Pri 2‰ je 70 % ljudi pijanih.

Pri 3 ‰ so taki skoraj vsi ljudje, ko govorimo o stopnji težke zastrupitve ali težke pijanosti.

4 ‰ povzroči komo – »mrtvo pijanost«, ko človek izgubi zavest, izključijo se mu refleksi, ni ga mogoče prebuditi. Nastopi lahko tudi smrt (gotovo pa pri koncentraciji 5 promilov) zaradi akutne zastrupitve z alkoholom. Za to stanje je dovolj, če srednje težka oseba popije na dušek 4 dl konjaka. Vse se še poslabša, če gre za kombinacijo s pomirjevali. Da ob tej količini popitega alkohola pogosteje ne pride do smrti, je razlog v tem, da večina pivcev ne popije te količine na dušek, ampak v daljšem časovnem presledku. Poleg tega se sproži refleks bruhanja, ki ima zaščitno funkcijo, saj se alkohol tako izloči direktno iz želodca. Pogosto pa nastopi alkoholno spanje, preden pride do smrtonosne koncentracije alkohola v krvi. Težja alkoholna zastrupitev (pijanost) je zelo nevarno stanje, ker v medicini nimamo zanesljivega sredstva, s katerim bi lahko pospešili razgradnjo alkohola v jetrih oziroma njegovo izločanje.

Med 5‰ in 6 ‰ človek gotovo umre zaradi akutne zastrupitve z alkoholom.

Vsaka odvisnost od alkohola se začne zaradi zmožnosti alkohola, da vpliva na človekovo duševnost. Ta vpliv se lahko kaže kot prijetno počutje in sproščenost, razbremenitev, brezskrbnost, pomiritev ali pa tudi kot večja aktivacija, vzburjenje – pač glede na predhodno človekovo razpoloženje in glede na njegove potrebe. Vsekakor pa alkohol posamezniku omogoča, da ubeži iz resničnosti v sanjski svet vsemogočnosti.

Sčasoma euforizirajoči učinek alkohola (tj. vedro razpoloženje, ugodje, neupravičen optimizem) lahko tako prevlada nad celotnim človekovim zanimanjem, da vso njegovo dejavnost vodi samo še želja po čim hitrejšem omamljanju. O užitku, estetiki ali obrednosti, ki so združeni z uživanjem te snovi, ni več sledu, ostaja le čista euforomanija – alkoholomanija (tj. hlepenje po ugodju oz. alkoholu).

Z izrazom pijanstvo označujemo večkratno opitje. Če se to stanje ponavlja, je to najzanesljivejši znak, da se pri nekom razvija alkoholna bolezen.

Morda nam vpliv alkohola na človeka najboljše ponazori tale arabska legenda: Nekega dne se je moškemu prikazal hudič. Povedal mu je, da se bliža čas njegove smrti, in dodal: »Jaz te lahko rešim. Storiti moraš eno od naslednjih stvari: ubiti služabnika, preteptati ženo ali spiti to vino.« »Svojega zvestega služabnika ne morem

ubiti,« odgovori moški, »in popolnoma nezaslišano je, da bi pretepel ženo. Zato bom spil vino, ki mi ga ponujaš!« Res ga je pil in se napil. Pijan je pretepel ženo in ubil služabnika, ki ju je hotel zaščititi.

Viri:

1. alexreisner.com/spirits - dosegljiv 13. 10. 2008
2. Annonimus: Alkoholizem, (brez letnice izdaje). Vojnik: (Psihiatrična bolnišnica Vojnik).
3. Anton Bajec et al.(ur.), 1987. Slovar slovenskega knjižnega jezika. Prva knjiga A-H. Ljubljana: Slovenska akademija znanosti in umetnosti in Državna založba Slovenije.
4. Aristoteles, 1994. Nikomahova etika. (izvirni naslov: Ethika Nikomacheia, ok.333-323 p.n.š.; reprint prevoda iz leta 1964). Ljubljana: Slovenska matica
5. Janette Kahn (ur.), 1995. SUPERMAN: ERADICATION (The Origin of The Eradicator). London: Titan Books.
6. Peter Kapš, 1997. Vino in zdravje. Novo mesto: ERRO.
7. Tita Kovač-Artemis, 1984. Kemiki skozi stoletja. Ljubljana: Mladinska knjiga.
8. Katarina Majerhold, 1998. Pijan kot mavra. Življenje in tehnika, letnik XLIX, oktober 1998. (Po reviji New Scientist.)
9. Mini razvedrilo, 2002, št.79, str.27.
10. Radko Osredkar, 1996. Svet' Martin nar'di iz mošta vin'. Življenje in tehnika, št.11, str.8-16.
11. Antoine Porot, 1990. Enciklopedija psihijatrije. (Manuel alphabétique de psychiatrie, 1.izdaja 1952, 6.izdaja 1984). Beograd: Nolit.
12. Jože Ramovš, 1986. Alkoholno omamljen. Ječa alkoholizma in pot iz nje. 2. dopolnjena izdaja. Celje: Mohorjeva družba.
13. Borivoj Repe, 1993. Knjiga o pivu. Ljubljana: Mediacarso, d.o.o.
14. Marko Snoj, 1997. Slovenski etimološki slovar. Ljubljana: Mladinska knjiga.
15. Microsoft Encarta 98 Encyclopedia, 1998.
16. The Penguin Atlas of World History, Vol.1: From the Beginning to the Eve of the French Revolution, 1974. London: Penguin Books. Str.245
17. Katarina Valentar, 2002. Dnevi poezije in toče. MAG, št.32, 7. 8. 2002, str. 37.
18. France Verbinc, 1979. Slovar tujk, 6. izdaja. Ljubljana: Cankarjeva založba.
19. Andrew Weil, 1998. Spontano zdravljenje (prevod dela: Spontaneous Healing, 1995). Ljubljana: DZS, str. 255.
20. Jane Wertheim, Chris Oxlade, John Waterhouse, 1990. Kemija. Slikovni pojmovnik. (The Usborne illustrated Dictionary of Chemistry, 1987). Ljubljana: Tehniška založba Slovenije.
21. <http://vohljac.org/w/images/5/5f/Aristotel.doc> - dosegljiv 13. 10. 2008
22. <http://sl.wikipedia.org/wiki/Evfrat> - dosegljiv 13. 10. 2008.



Pasti uživanja alkohola pri mladih¹⁴

Uvodna opomba: Sestavek se sicer res vsebinsko nanaša na alkohol, vendar so nekatera napačna prepričanja mladih prav enaka pri uživanju drugih drog, pa tudi škodljive posledice uživanja alkohola se prekrivajo s posledicami uporabe drugih drog.

Napačna prepričanja mladih

Tu gre za prepričanja mladih, ki so povezana z uživanjem alkohola, ki na eni strani pri mladostniku zmanjšujejo nevarnost uživanja le-tega ter na drugi strani opravičujejo njegovo »pravico« do uživanja tovrstnih pijač.

1. »Če veliko delam, se lahko na veliko zabavam.«

S tem stališčem mladostnik opravičuje dejstvo, da si ustvari »zabavo« z uživanjem alkohola. Na drugi strani pa je dejstvo, da tisti, ki se veliko zabavajo, bolj malo delajo. Pretirani pivci bolj pogosto izostajajo od pouka, zaostajajo s šolskim delom in imajo slabši učni uspeh. Raziskave razkrivajo, da vsaka dodatna merica pijače (se pravi 2 dl vina, 0,5 l piva ali 0,5 dl žganja za fante in polovico manj za dekleta) pomeni 15 minut manj dela za šolo (učenja). Tisti mladostniki, ki zaužijejo pet meric alkohola naenkrat, imajo za eno oceno nižji učni uspeh. Vsaka dodatna merica alkoholne pijače poveča verjetnost izostanka od pouka za 8 %. Nezadostni in zadostni spijejo povprečno enajst alkoholnih pijač tedensko, odlični pa tri.

2. »Kot posameznik sem odgovoren za to, koliko spijem. Jaz se obvladam in vem, koliko prenesem.«

Ta trditev zveni razumno, a je v nasprotju z delovanjem alkohola. Več kot nekdo spije, manj ima nadzora nad seboj, ne glede na izvirne namene. To nima nič opraviti s tem, kako je nekdo dober kot oseba. Mnogi ljudje, ki začnejo piti alkoholne pijače kot odgovorni pivci, končajo kot neodgovorni pivci. Alkohol je zasvojljiva droga, ki spremeni kemizem v možganih tako, da postane človek odvisen od alkohola. Mlajši kot je posameznik, ki začne prekomerno piti, bolj verjetno bo kot odrasel imel težave zaradi uživanja alkohola. Več kot nekdo spije, manj je objektiven glede svojega pitja. 86 % dijakin in 78 % dijakov, ki pretirano pijejo, sebe opisujejo kot zmerne pivce.

3. »Vsi to počnejo.«

Dijaki pogosto slišijo, da vsi to počnejo. Tako občutijo pritisk, da naj pretirano pijejo, če se želijo vključiti med ostale dijake. Toda raziskave razkrivajo, da večina dijakov (56 %) ne pije pretirano. 20 % dijakov abstiniira. Pitje tudi ni značilno za vse šole.

4. »Pametni ljudje ne pijejo prekomerno; akademsko zahtevne šole varujejo pred prekomernim pitjem.«

¹⁴ Dr. Aleš Friedl, univ. dipl. psiholog, Psihiatrična bolnica Ormož

Visok inteligenčni količnik ne varuje pred prekomernim pitjem, pa tudi akademski status gimnazije ne. Do prekomernega pitja prihaja na skoraj vseh gimnazijah in drugih srednjih šolah.

5. »Alkohol ne škoduje; obstaja ogromno stvari, ki so bolj škodljive. Saj gre le za pivo.«

Prekomerni pivci med mladostniki spijejo 72 % vsega piva, ki ga spijejo dijaki. Pivo je prav tako nevarno kot so žgane pijače. Vpleteno je v 80 % nevšečnosti, povezanih z uživanjem alkohola. Nekdo, ki pretirano pije, sprejema slabe odločitve. Tako npr. lahko vstopi v avto, čeprav ve, da je voznik pil, kar se lahko konča z nesrečo. Lahko tudi sam sede za volan. 59 % prekomernih pivcev sede po pitju za volan (med občasnimi pivci je takih le 18 %). Alkohol je škodljiv tudi zato, ker iztirja čustveni in intelektualni razvoj.

6. »Moje pitje je moja stvar; s tem ne škodim nikomur drugemu.«

Tri četrtine dijakov poroča o tem, da so doživeli kaj slabega, zato ker je pil nekdo drug. Tu gre za žalitve, poniževanja, sramotenje, napadanje, motenje pri spanju ali učenju (v dijaških domovih). Bolj kot nekdo prekomerno pije, v težje težave bo zašel zaradi svojega pitja. Te težave lahko prizadenejo starše ter brate in sestre.

Visoke stroške zaradi pitja ima tudi družba. Ti stroški so višji kot pri tobaku ali nelegalnih drogah. Večina stroškov je povezana z zmanjšano produktivnostjo zaradi bolezni in smrti. Pri dijakih se manjša produktivnost odraža v smislu izostajanja od pouka ter manjši količini časa, ki je namenjen učenju. Izgubljenih priložnosti za doseg izobrazbe v nekaterih primerih ni več mogoče nadomestiti.

7. »Alkohol zvišuje spolno poželenje in spolno privlačnost.«

Že Shakespeare je v Machbethu napisal, da alkohol vzpodbudi željo, a onemogoča izvedbo. Alkohol znižuje raven testosterona v krvi, hormona, ki uravnava moški spolni nagon. Pri dijakih je sicer to manj izraženo kot pri starejših moških, vendar je impotenca skupen rezultat redukcije testosterona ter sovpadanja učinkov alkohola s prenosom živčnih impulzov, ki so potrebni za doseg erekcije. Že eno prekomerno opijanje ima lahko take posledice, medtem ko večkratno prekomerno opijanje skrči testise, zniža količino sperme, upočasni dozorevanje spermijev ter končno pripelje do trajne impotence.

Pri ženskah in pri moških lahko majhne količine alkohola povečajo spolno poželenje. Večje količine alkohola pa pri ženskah zmanjšajo možnost za doseg orgazma. Zmerno pitje povečuje možnosti za spontani splav ter prispeva k neplodnosti. Ženske, ki so odvisne od alkohola, lahko izgubijo menstrualni cikel.

Tisto, kar zmerno ali prekomerno pitje alkohola poveča, je možnost za prisilni ali neželeni spolni odnos. Dijakinje, ki se pretirano opijajo, so 3-krat pogosteje udeležene v neželenih spolnih odnosih kot dijakinje, ki se ne opijajo pretirano.

9. »Pitje je povezano z dozorevanjem. Fantje s tem postanejo odrasli.«

Res je, da ob takih priložnostih večina dijakov to dobro prenese in gre mimo tega, manjšina pa zdrkne v alkoholizem. Manjšina tako vzpostavi določene življenjske vzorce, ki škodijo njihovemu zdravju in dobremu počutju v teku

naslednjih let. Mnogi so poškodovani, doživijo travme, izgubijo možnosti za šolanje, nekateri pa tudi umrejo zaradi posledic povezanih s pretiranim uživanjem alkohola.

V zvezi z dozorevanjem se je treba vprašati: Kaj pomeni postati moški? Kaj pomeni postati ženska? Ali gre za mačote kot jih vidimo v reklamah za pivo, ali gre za stereotipe o spolnosti – to nikakor niso dobri zgledi za mladino.

Vpliv alkoholne industrije

Večina poskusov preprečevanja prekomernega uživanja alkohola se osredotoča na spreminjanje stališč posameznih mladostnikov ali na škodo, ki jo povzroča alkohol. Veliko manj pozornosti pa je namenjene spreminjanju okolja, ki promovira, olajšuje in vzdržuje pretirano pitje. Naslavljanje na mladostnike, naj »pijejo zmerno«, lahko dojamemo kot sporočilo, ki promovira pitje alkohola, saj ne govori o abstinenci.

Kako na uživanje alkohola vpliva alkoholna industrija?

Alkoholna industrija vpliva na uživanje alkohola mladostnikov s svojim agresivnim vpletanjem na treh ključnih področjih: športu, »izobraževanju« o alkoholu in reklamah.

1. Alkoholna industrija, posebno pivovarne, je porabila veliko časa (let) in denarja za to, da je vzpostavila zvezo med alkoholom in športno dejavnostjo pri mladih. Kadar sedaj privrženci kakega športa razmišljajo o svoji priljubljeni igri, ob tem pijejo svoje priljubljeno pivo. Zato ni presenetljivo, da športniki in njihovi navijači pijejo največ.
2. »Izobraževanje«. S tem ko alkoholna industrija podpira organiziranje kakih dejavnosti, promovira svojo blagovno znamko.
3. Promoviranje uživanja alkohola se dosega z različnimi »akcijami«: gre za znižane cene pijačam, akcije »2 za ceno 1«, »pivo za 25 centov«, »dekleta pijejo zastonj« itd. Mladi vedo, da je alkohol dostopen in da je pogosto cenejši od brezalkoholne pijače. Opijanje je lahko cenejše od kino predstave.

Zakaj so gimnazijci tako zanimivi za alkoholno industrijo? Za to obstajajo štirje razlogi:

1. pijejo več kot ne-gimnazijci,
2. imajo denar, ki ga lahko porabijo,
3. pivci se običajno zvesto držijo tiste znamke, ki jo prvo poskusijo – zato je boj za nove pivce zelo trd;
4. s starostjo ljudje (v glavnem) pijejo manj alkohola, zato se industrija bori za mlade pivce.

87 % alkoholikov začne piti alkohol že, ko so mladoletni. Tisti, ki do polnoletnosti ne pijejo veliko, tudi kasneje ne pijejo veliko. Če alkoholna industrija na svojo stran ne dobi mladih, potem jih sploh ne dobi.

Mladostniki imajo malo objektivnih informacij v zvezi s pitjem alkohola. Reklame zapolnijo to vrzel. Ustvarijo čezmerno pozitivne podobe in prepričanja, ki otrokom tlakujejo pot v pitje. Oglaševanje in promocije privabljajo nove pivce, napeljujejo na pretirano pitje ter predstavljajo oviro vsem tistim, ki bi morali nehati piti. V reklamah je pitje prikazano kot zabavno, seksi, družabno, vznemirljivo in normalno – vse

hkrati. Za tako podobo porabi alkoholna industrija 5 milijard dolarjev letno (oglasi). Na ta račun pa alkoholna industrija v ZDA zasluži 110 milijard dolarjev letno.

Podjetja, ki delujejo na mednarodni ravni, s pridom izkoriščajo dejstvo, da mnoge države dopuščajo uživanje alkohola pri nižjih starostih kot ZDA, pa tudi vlade imajo manj nadzora. Tako ta podjetja v tistih državah razvijejo blagovne znamke, ki so posebno privlačne za mlade. Te produkte, kot npr. alcopops so sladkega okusa, pa kasneje tržijo v ZDA. V raziskavi HBSC, 2006, jih imenujejo mešane gazirane alkoholne pijače, ki so poznane tudi kot pijače »Ready-to-Drink«; to so pijače, ki se na trgu pojavijo po letu 1994. Predstavljajo mešanico žgane pijače (rum, vodka itn.) in gazirane, brezalkoholne, sladke pijače. Običajno so privlačnih barv, pakirane v steklenico 0,33 l ali pločevinko 0,33 l. Poimenujejo jih »Ready-to Drink« oz. vnaprej pripravljene alkoholne pijače. Zaradi sladkega okusa in privlačnih barv posebej pritegnejo mladostnike. Mladi imajo te pijače radi, zato ker so sladke. Sadni okusi prekrijejo (zakrijejo, zamaskirajo) okus alkohola, ki je mnogim mladim odvraten. Te pijače vsebujejo od 2-5 % alkohola, kar je osnova za kasnejši prehod na produkte z večjo koncentracijo alkohola. Eden od mladih je te pijače ocenil takole: »To je nekaj, kar piješ vsak dan – kot limonada ali sadni punč. Podobno je vsakodnevni pijači.«

Alkoholna industrija se zaveda, da mladi hlepijo po blagovnih znamkah in njihovih trendovskih asociacijah. Zato raziskujejo težnje mladih in investirajo veliko denarja za vzbujanje želje po alkoholu, pri čemer agresivno promovirajo določene znamke z okusnim pakiranjem, popularno glasbo, »cool« osebami ter s pomočjo kreativnih medijev. Blagovna znamka se nanaša na nek produkt, ki ima svoj poseben, individualen značaj. Zaradi tega se ta produkt loči od množice preostalih.

Alkoholna industrija posamezne znamke povezuje z določenimi pomeni. Budweiser je npr. povezan z druženjem moških in športnimi uspehi, Coors z neokrnjeno divjino. Blagovne znamke se s svojimi podobami in simboli povezujejo s fantazijami mladih in ustvarjajo vtis, da je možno to, kar prikazujejo oglasi, prenesti na določen kraj, življenjski slog in osebnost posameznika.

Razen oglaševanja na TV, radiu, časopisih porabi alkoholna industrija veliko denarja tudi za zabavništvo. Mnoge alkoholne firme uporabijo za to filme in TV nadaljevanke, kjer se alkohol povezuje z bogastvom, luksuzom in spolnostjo.

Alkoholna industrija ima svoje spletne strani. Te strani ponujajo razne forume, »virtualne bare«, recepte za pijače, igre, like iz risank, tekmovanja ter spletne trgovine, ki prodajajo izdelke povezane z določeno znamko (majice, kape itd.). Da bi se alkoholna industrija zaščitila, mnoga podjetja zahtevajo, da uporabnik napiše svojo starost – vendar lahko vsakdo poda lažno informacijo o sebi. Center for Media Education je analiziral 77 takih strani in ugotovil, da se jih 62 % nanaša na mlade (82 % oglaševalcev piva, 10 % vina in 72 % žganih pijač). Mnoge teh strani uporabljajo nove reklamne pristope kot sta npr. relacijsko oglaševanje in viralni marketing.

Relacijsko oglaševanje

Pri tej tehniki gre za vzpostavitev zveze med uporabnikom in produktom. Obiskovalca spletnih strani skušajo napeljati, da njihove spletne strani obiše čim večkrat. V ta namen se poslužujejo klepetalnic in/ali virtualnih skupnosti v fantazijskih svetovih – npr. Smirnoff Pure Thrill Hotel, Bacardi's Private Island ali Heinekenovi privatni bari. Mladi ob tem preživijo ure in se ponovno vračajo na te

strani. Tu lahko osamljeni mladi klepetajo, poiščejo vrstnike ter se vzajemno podpirajo v rizičnih dejavnostih kot npr. pretiranem popivanju.

Viralni (virusni) marketing

Ta pristop deluje kot virus – razpošilja se od enega e-maila do drugega. Pri viralnem marketingu uporabnik opravi delo, ki bi ga moralo drugače podjetje. Gre za različne igrice, kjer nekdo pozove na dvoboj svojega prijatelja preko e-maila in če zmaga, dobi nagrado. Hkrati pa podjetje preko interneta dobi podatke o starosti, spolu, naslovu, pivskih navadah, priljubljenih alkoholnih pijačah – kar ji služi za nadaljnje strategije.

»Izobraževanje« alkoholne industrije

Alkoholna industrija ne zanika škodljivih posledic uživanja alkohola, zato opozarja na morebitne zlorabe njenih proizvodov. Tako deluje na obeh straneh fronte: na eni strani zelo promovira in oglašuje svoje proizvode mladini, na drugi strani pa sponzorira »izobraževalne« programe.

Na prvi pogled so videti izobraževalna sporočila nedolžna in celo dajejo vtis, da pomagajo pri prevenciji alkoholizma. Izpostavljajo osebno odgovornost in to, da mora posameznik vedeti, kdaj reči »ne«. Na drugi strani pa pri tem ne navajajo dejavnikov okolja – široko dostopnost poceni alkohola. Hkrati tudi sporočajo mladim, da je pitje zabavno, seksi in združuje ljudi.

»Izobraževalni« programi alkoholne industrije govorijo o tem, koliko lahko posameznik pije, da je to normalno oz. odgovorno. Ne govorijo o tem, da naj posameznik ne bi užival nobenega alkohola. Ironično se eden teh programov v ZDA (dostopen tudi preko spleta) imenuje po rimskem bogu vina BACCHUS (Busting Alcohol Consciousness Concerning the Health of University Students). Prav tako je ironično, da ta program dobiva sredstva s strani alkoholne industrije.

Naslednja postavka »izobraževanja« so socialne norme. Tu alkoholna industrija npr. zatrjuje, da 70 % študentov spi 4 ali manj pijač na zabavi. V ozadju so nedokazane predpostavke, da:

1. mladostniki primerjajo svoje pitje z normami,
2. »učijo« jih, da je norma visoka, kar pelje k uživanju večjih količin alkohola.

»Izobraževanje« s strani alkoholne industrije ni usmerjeno na politiko do alkohola, dostopnost alkohola, ceno alkohola ali navade pitja alkohola.

Škodljive posledice uživanja

Najstniki, ki pretirano pijejo, izgubijo 10 % svojih umskih sposobnosti.

Po zaužitju pretirane količine alkohola se naslednji dan pojavijo fizični učinki (»maček«) kljub temu, da je telo že izločilo alkohol. Prišlo je do porušanja notranjega ravnotežja. Prebavni trakt, živčevje, možgani, ožilje – vse je vrženo iz tira.

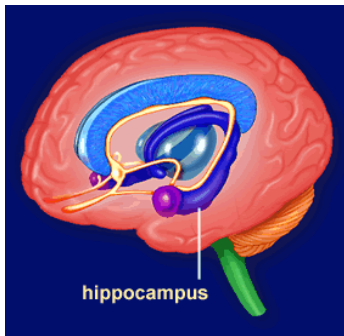
Maček

Maček se pojavi po pretiranem pitju. Je znak abstinenčnega sindroma, saj so se telesne (vključno možganske) celice navadile na prisotnost alkohola in se sedaj skušajo prilagoditi na njegovo odsotnost. Že 4 ali 5 pijač zapovrstjo lahko sproži abstinenčne simptome, ki se pojavijo 6-48 ur po zadnji popiti pijači. Pojavi se glavobol, slabost, driska, utrujenost, bolečine v mišicah, tresoče roke ter blažja

tesnoba. Resnejša oblika abstinenčne stiske je delirium tremens. Ta se pojavi po več kot 48 urah od zadnje pijače, pri čemer gre za zmedenost, halucinacije ter hiperaktivnost živčnega sistema. Že milejši maček je lahko izgovor za izostanek od pouka ali ne-obisk knjižnice. Zato ob povečanem uživanju alkohola prihaja do zmanjšanja časa, ki je posvečen učenju, slabšemu učnemu uspehu ter zaostajanju.

Palimpsest

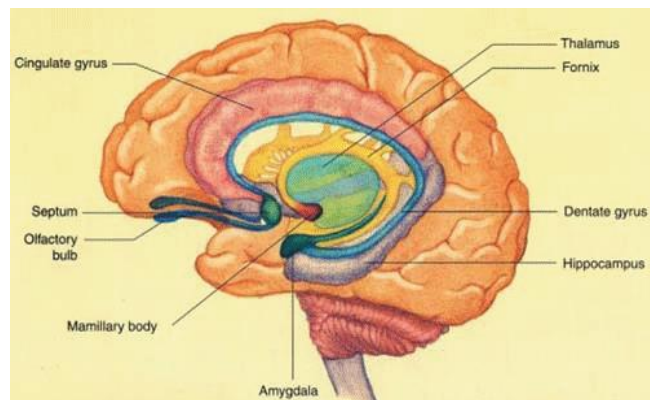
Palimpsest pomeni, da se posameznik zaradi pretiranega uživanja alkohola kljub zavesti ne spominja prejšnjega večera. Do tega pride zato, ker alkohol izklopi hipokampus – globoko strukturo v možganih, ki je odgovorna za učenje in spomin.



Dolgotrajno pretirano pitje pri odraslih povzroči možganske okvare, ki se odražajo v blažjih izgubah motoričnih spretnosti, psihozah, nesposobnosti pomnjenja.

Do 5. leta starosti dobijo možgani 95 % svoje velikosti. Toda razvijajo se še naprej in sploh v obdobju najstništva ponovno oblikujejo (remodelirajo). **Jay Giedd** je v 90-ih letih z magnetno resonanco preiskal več kot 800 oseb starih od 3-18 let in to ponavljal vsaki dve leti. Ugotovil je, da je prišlo do ključnih povezav v možganih dokaj pozno. Če mladi uporabljajo alkohol ali droge, ima to posledice ne le za eno noč ali vikend, ampak za vse življenje. Največje spremembe se v tem obdobju dogajajo v prefrontalnem korteksu in limbičnem sistemu.

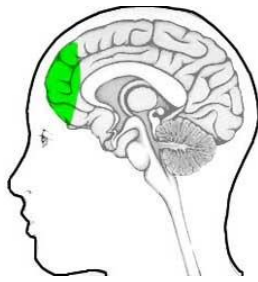
Prefrontalni korteks je odgovoren za sprejemanje odločitev in je »glas razuma«. Limbični sistem vključuje hipokampus, ki je odgovoren za učenje in spomin ter amigdalo, ki je povezana s preživetjem – mobilizira se, ko smo lačni, prestrašeni, jezni in pomaga možganom pri obdelavi impulzov preživetja. Prefrontalni korteks in limbični sistem morata biti usklajena, da se lahko oseba pravilno odloča.



V adolescenci se najbolj spremeni prefrontalni korteks. V starosti 11-12 let se njegovi nevroni (živčne celice) razvejijo kot ponoreli. Na drugi strani se amigdala zapolni s testosteronskimi receptorji in pri dečkih raste hitreje. Te spremembe trajajo do 20. leta starosti. Alkohol povzroči odmiranje celic ter škodo v predelu hipokampusa. Več in dalj časa kot mladi pijejo, manjši imajo hipokampus. V primerjavi s tistimi, ki ne pijejo, je manjši za 10 %. To je precej izgubljenih (odmrlih) živčnih celic.

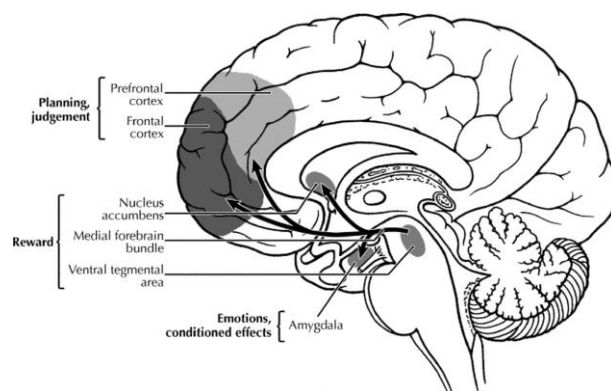
Mladi, ki imajo več palimpsestov, imajo več učnih težav. Sprva se pojavijo deficiti na področju pomnjenja in reševanja problemov (za 10 % slabši rezultati),

kasneje pa tudi na področju pozornosti. Slabši so pri prostorskem delovnem spominu (npr. kje na parkirišču so pustili svoj avto).



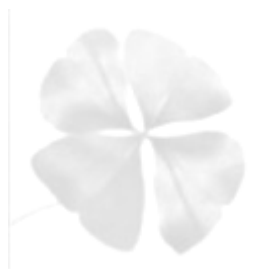
Nucleus accumbens je povezan s poželenjem po alkoholu oz. drogi. Je integralni del možganskega kroga zadovoljstva (oz. nagrajevanja), ki se prav tako ponovno oblikuje (remodelira) v adolescenci. V tem krogu sodeluje nevrottransmitter dopamin. Spolnost, hrana, droge, alkohol sproščajo dopamin, zaradi česar pride do občutka ugodja ter težnje po ponavljanju takega vedenja. V teku adolescence se uravnavanje dopaminske aktivnosti začasno

preseli iz nucleus accumbensa (glavnega centra za užitek in nagrajevanje) v prefrontalni korteks. **Linda Spear** meni, da imajo zato droge na adolescente manjši učinek kot prej in kasneje v življenju. Če imajo manjši učinek, potrebujejo mladi več droge za to, da učinek dosežejo. V primeru alkohola vodi to k prekomernemu opijanju.



Viri:

1. Helena Jeriček, Darja Lavtar, Tatjana Pokrajac (ur.), 2007. HBSC Slovenija 2006. Z zdravjem povezano vedenje v šolskem obdobju. Poročilo o raziskavi. Ljubljana: Inštitut za varovanje zdravja.
2. Henry Wechsler, Bernice Wuethrich, 2002. Dying to drink: confronting binge drinking on college campuses. Rodale Books.



Rezultati ankete o rabi alkohola in drugih drog v ormoških osnovnih šolah ter osnovnih šolah Sveti Tomaž in Središče ob Dravi ter na Gimnaziji Ormož za leto 2008¹⁵

Povzetek rezultatov ankete o rabi alkohola in drugih drog v ormoških osnovnih šolah ter osnovnih šolah Sveti Tomaž in Središče ob Dravi ter na Gimnaziji Ormož za leto 2008

Anketo je izpolnilo 317 oseb, od tega 192 učencev zadnjega razreda osnovne šole, 62 dijakov drugega letnika Gimnazije Ormož, 49 dijakov četrtega letnika Gimnazije Ormož ter 14 zdravljencev na Odseku za zdravljenje odvisnosti v Javnem zavodu Psihiatrična bolnišnica Ormož.

Pivo in vino so poskusili že skoraj vsi osmošolci, pri čemer je pri njih opazen upad poskušanja vina v primerjavi z letom 2004 za 10 % (letos se je za to izjavo opredelilo 86 % anketirancev). Tovrstne pijače poznajo seveda tudi gimnazijci. Žgane pijače so dijaki drugega letnika poskusili v enakem obsegu kot leta 2004, je pa prišlo pri dekletih do 12 % (okusile so jih vsa dekleta) porasta, pri fantih pa do 18 % upada (okusilo jih je 77 % fantov).

Večina učencev zadnjega razreda osnovnih šol uživa alkoholne pijače predvsem enkrat mesečno oz. nekajkrat na leto. Delež teh učencev znaša 51 %. 31 % ali skoraj ena tretjina učencev zadnjega razreda osnovne šole se jih opija več kot dvakrat na mesec (leta 2004 je bilo takih učencev 24 %). 69 % dijakov drugega letnika in 60 % dijakov četrtega letnika se opija več kot dvakrat na mesec, kar pa je manj kot leta 2004 (takrat se je tako opijalo 79 % dijakov drugega letnika in 77 % dijakov četrtega letnika). Gre za 10 % upad pri dijakih drugega letnika in 17 % upad pri dijakih četrtega letnika.

Pogostost uživanja alkoholnih pijač 2-3 krat tedensko se je pri osnovnošolcih letos ustavila pri 6 %, kar je za skoraj 2 % več kot leta 2004 in za 3 % več kot leta 1999. Ta podatek kaže na povečanje rednega uživanja alkoholnih pijač pri osnovnošolcih. Pri gimnazijcih drugega letnika je opijanje 2-3 krat tedensko ostalo na enaki ravni kot leta 2004 (17 %), se pa v primerjavi z letom 2004 tako opija manj fantov in več deklet (sedaj so si po deležu izenačeni, leta 2004 pa so prevladovali fantje). Opijanje 2-3 krat tedensko pa je upadlo pri dijakih četrtega letnika Gimnazije Ormož, in sicer za 13 % (sedaj se tako opija 6 % dijakov, oz. 15 % fantov in nobeno dekle).

V zvezi z osnovnošolci je zaskrbljujoč porast deleža otrok, ki dobijo alkoholne pijače v lokalih ali diskotekah, saj jih tam dobi sedaj že skoraj četrtina (23 %), leta 2004 pa jih je bilo za slabo petino (18 %). Osnovnošolci si v 21 % sami kupijo alkoholno pijačo. Gimnazijci iz drugega in četrtega letnika uživajo alkoholne pijače večinoma v parku ali na ulici (teh dijakov je od 30 % do 40 %). Večina gimnazijcev si samih kupi pijačo.

Glede poskušnje cigaret je opazen upad tovrstnega poskušanja pri osnovnošolcih, in sicer je cigarete poskusilo 39 % osnovnošolcev (leta 2004 55 %, leta 1999 pa 49 %). Gre torej za 16 % upad v primerjavi z letom 2004 in 10 % upad v

¹⁵ Dr. Aleš Friedl, univ. dipl. psiholog, Psihiatrična bolnica Ormož.

primerjavi z letom 1999. Če ta podatek primerjamo s podatki o tem, koliko sošolcev, sošolk in prijateljev iste starosti poznajo, ki kadijo cigarete, vidimo, da je prišlo do upada pri odgovorih »3 do 5« (za 5 % v primerjavi z letom 2004) in »5 do 10« (za 15 % v primerjavi z letom 2004). Pri njih je prišlo tudi do upada pogostosti odgovora, da bi sprejeli ponudbo cigarete za 10 % v primerjavi z letom 2004. Vse to morda kaže na zmanjšanje porabe tobaka pri osnovnošolcih.

Podatki o poskušnji cigaret med gimnazijci kažejo na to, da ostaja raven kajenja v primerjavi z letom 2004 podobna, kadi pa več deklet kot fantov, medtem ko je leta 2004 kadilo več fantov kot deklet.

Pri nedovoljenih drogah ostaja zanimanje za marihuano pri osnovnošolcih podobno kot leta 2004 (letos je tako zanimanje izrazilo 7 % anketiranih), hkrati pa tudi za pogostejšo uporabo le-te (leta 2004 jo je v zadnjih 30 dneh 1-2 krat uživalo 2 % populacije in nihče več kot dvakrat, letos pa jo je več kot 6-krat zaužilo 2 % učencev).

Pri gimnazijcih je v zvezi z marihuano prišlo do upada (v drugem letniku za 16 %, v četrtem letniku za 15 %, a se verjetna uporaba marihuane pri njih še vedno giblje med 17 % in 26 %).

Skrb zbuja pri osnovnošolcih zanimanje za heroin, ki znaša letos 4 % (leta 2004 pa 1 %). Dijaki četrtega letnika Gimnazije Ormož pa poročajo o precejšnji možnosti dostopa do prepovedanih drog, predvsem speeda ali ekstazija, heroina in kokaina.

Podrobnejši rezultati ankete o rabi alkohola in drugih drog v ormoških osnovnih šolah ter osnovnih šolah Sveti Tomaž in Središče ob Dravi ter na Gimnaziji Ormož za leto 2008

Anketo je izpolnilo 192 učencev zadnjega razreda osnovne šole (111 fantov [= 58 % celotnega vzorca] in 78 deklet [= 42 % celotnega vzorca]. O spolu se niso opredelili 3 učenci ali 1 % anketiranih.). Povprečna starost učencev osnovnih šol je 15 let (večina [= 87 %] jih je rojena leta 1993, 10 % jih je mlajših od 15 let, 3 % pa starejših).

Anketo je izpolnilo tudi 62 dijakov drugega letnika Gimnazije Ormož (27 fantov [= 43 % celotnega vzorca] in 35 deklet [= 56 % celotnega vzorca]). Povprečna starost dijakov drugega letnika je 17 let (večina jih je rojenih leta 1991).

Med dijaki, ki obiskujejo četrty letnik Gimnazije Ormož, je anketo izpolnilo 49 dijakov (19 fantov [= 38 % celotnega vzorca] in 30 deklet [= 61 % celotnega vzorca]). Povprečna starost dijakov četrtega letnika je 19 let (večina jih je rojenih leta 1989).

Anketo je izpolnilo tudi 14 zdravljenecv na Odseku za zdravljenje odvisnosti v Javnem zavodu Psihiatrična bolnišnica Ormož, od tega štiri ženske in deset moških. Njihova povprečna starost je 43 let, je pa med njimi starostni razpon od 29 do 61 let.

Vsega skupaj je anketo izpolnilo 317 oseb.

Pred podrobnejšim pregledom dobljenih rezultatov podajam še opombo v zvezi z interpretacijo le-teh. Interpretiral sem le rezultate, ki se v primerjavi z letom 2004 ali letom 1999 razlikujejo za 10 % ali več navzgor oz. navzdol. Kljub temu je treba imeti te odstotke le za pokazatelj določenega trenda in jih nikakor ne smemo jemati kot neko absolutno dejstvo. Kot primer bi dal izjavo osnovnošolcev, ki med pristočasnimi dejavnostmi letos niso izbrali gledanja televizije, kar v primerjavi z

letom 2004 pomeni 100 % upad tovrstnega zanimanja, kar pa ne odraža stvarnosti, saj so na drugem mestu odgovorili, da v 33 % gledajo TV do dve uri dnevno in v nekaj manjšem odstotku tri ure dnevno. Razen tega se sami podatki ne nanašajo na iste osebe v različnih časovnih obdobjih (letih 1999, 2004 in 2008), zato podatki o povečanju ali zmanjšanju določenega pojava ne odražajo tega odstotka pri istih osebah, ampak nakazujejo trende v širših skupinah.

1.

Na vprašanje, **katero od psihoaktivnih snovi so že poskusili**, so odgovorili takole:

Pivo so poskusili že skoraj vsi učenci devetega razreda osnovnih šol, in sicer 86 %, kar pomeni v primerjavi z letom 2004 upad za 8 %. Glede na leto 1999, ko so osnovnošolci odgovarjali na enako vprašanje, pa je odstotek še vedno povečan za 3 %. V Sloveniji je med 15-letniki pivo najbolj priljubljena alkoholna pijača (Jeriček, Lavtar, Pokrajac, 2007).

Pivo je poskusilo skupaj 93 % dijakov drugega letnika, in sicer 94 % deklet in 92 % fantov. V primerjavi z letom 2004 gre pri dijakih drugega letnika Gimnazije Ormož za 2 % upad (pri dekletih za 6 % upad, pri fantih pa za 5 % porast). (V anketi iz leta 1999 nismo zajeli dijakov Gimnazije Ormož, saj je bila le-ta ustanovljena 9. julija 1998 s sklepom Vlade Republike Slovenije na osnovi dogovora med Ministrstvom RS za šolstvo in šport in Občino Ormož in je začela delovati v šolskem letu 1998/1999.)

Pri dijakih četrtega letnika Gimnazije Ormož pa je podoba naslednja. Pivo je poskusilo 97 % dijakov četrtega letnika (100 % fantov in 96 % deklet). V letu 2004 je pivo poskusilo 96 % dijakov, in sicer 100 % fantov in 93 % deklet.

Pivo je poskusilo 92 % zdravljencev z Odseka za zdravljenje odvisnosti in sicer 90 % moških in 100 % žensk.

Glede **vina** je pri osnovnošolcih v primerjavi z letom 2004 opazen **upad poskušanja le-tega za 10 %** (letos 86 %, leta 2004 pa 96 %). Rezultat je skoraj tak kot leta 1999 (gre za razliko 0,5 % – za toliko je bil odstotek leta 1999 nižji).

Vino je poskusilo 98 % dijakov drugega letnika Gimnazije Ormož, kar je za 2 % več kot leta 2004. Dekleta so vino poskusila v 100 %, fantje pa v 96 %. Za dekleta je to v primerjavi z letom 2004 3 % porast, za fante pa 1 %.

Vino je poskusilo 97 % dijakov četrtega letnika Gimnazije Ormož (100 % fantov in 96 % deklet). V letu 2004 je vino prav tako poskusilo 100 % fantov in 96 % deklet, skupno pa 98 %, kjer gre ta razlika lahko tudi na račun nekoliko večjega zajetega vzorca v letu 2004 (zajetih je bilo 51 dijakov, letos pa 49).

Vino je poskusilo 92 % zdravljencev z Odseka za zdravljenje odvisnosti in sicer 90 % moških in 100 % žensk.

Pri poskušnji **žganih pijač** je pri osnovnošolcih v letu 2008 prav tako opazen upad poskušanja v primerjavi z letom 2004 in sicer za 5 % (letos je pritrdilno odgovorilo 63 % anketiranih, leta 2004 pa 68 %). Odstotek je v letu 2008 za 5 % višji kot leta 1999.

Dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož so žgane pijače poskusili v 90 % (kar je za 1 % manj kot leta 2004). Žgane pijače je poskusilo 100 % deklet in 77 % fantov. Pri dekletih je to v primerjavi z letom 2004 **12 % porast**, pri fantih pa **18 % upad**.

Žgane pijače je poskusilo 93 % dijakov četrtega letnika Gimnazije Ormož (94 % fantov in 93 % deklet – v letu 2004 skupno 96 %). Gre torej za 3 % manj dijakov kot pred štirimi leti.

Žgane pijače je poskusilo 57 % zdravljencev z Odseka za zdravljenje odvisnosti in sicer 60 % moških in 50 % žensk.

Glede **prave kave** je pri osnovnošolcih v primerjavi z letom 1999 in 2004 prišlo do upada pri obeh spolih. Letos je poskušnjo prave kave omenilo 53 % anketiranih, leta 2004 60 % in leta 1999 67 %. V devetih letih je prišlo pri osnovnošolcih do **14 % upadanja poskušanja prave kave**.

Dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož so pravo kavo zaužili v 75 % primerov (leta 2004 pa v 71 %). Kavo je poskusilo 77 % deklet in 74 % fantov. Za dekleta je to porast za 6 %, za fante pa porast za 4 %.

Dijaki četrtega letnika Gimnazije Ormož so poskusili pravo kavo v 71 % primerov, in sicer 69 % fantov in 73 % deklet. V primerjavi z letom 2004 gre pri dijakih četrtega letnika za rahel upad. Takrat je kavo poskusilo 75 % fantov in 80 % deklet; skupaj 78 %.

Pravo kavo je poskusilo 57 % zdravljencev z Odseka za zdravljenje odvisnosti in sicer 40 % moških in 100 % žensk.

Glede poskušnje **cigaret** je prav tako opazen upad tovrstnega poskušanja pri osnovnošolcih, in sicer je cigarete poskusilo 39 % osnovnošolcev (leta 2004 55 %, leta 1999 pa 49 %). Gre torej za **16 % upad v primerjavi z letom 2004 in 10 % upad v primerjavi z letom 1999**.

Če ta podatek primerjamo s podatki iz točke **11., koliko sošolcev, sošolk in prijateljev iste starosti poznajo, ki kadijo cigarete**, vidimo, da je prišlo do upada pri odgovorih »3 do 5« (za 5 % v primerjavi z letom 2004) in »5 do 10« (za 15 % v primerjavi z letom 2004), kar morda kaže na zmanjšanje porabe tobaka pri osnovnošolcih. Tudi druge raziskave v Sloveniji kažejo na upad deleža kadilcev med mladostniki, in sicer od leta 2003 naprej. K temu verjetno prispeva nov zakonodajni trend glede omejevanja uporabe tobačnih izdelkov tako v Evropi in Sloveniji kot tudi prisotnost javnega govora o veliki škodljivosti uporabe tobaka tako za kadilca samega kot tudi za ljudi okoli njega, zaradi česar postaja kajenje socialno nezaželeno vedenje. Razen zmanjševanja deleža kadilcev med mladostniki beležimo v Sloveniji v zadnjih nekaj letih upad odstotka kadilcev tudi med odraslimi osebami, kar je deloma posledica uveljavitve Zakona o omejevanju uporabe tobačnih izdelkov iz leta 1996 (ki je uvedel prepoved kajenja v vzgojnoizobraževalnih ustanovah kot tudi prepoved prodaje tobačnih izdelkov mlajšim od 15 let). Zakon je bil dopolnjen leta 2007, in med drugim prepoveduje kajenje v vseh zaprtih prostorih. Upad števila kadilcev med odraslimi se najverjetneje odraža tudi pri upadu števila kadilcev med mladimi (odrasli so pogosto zgled mladim). Poleg zakonodajnih sprememb in njenih posledic smo v zadnjih nekaj letih v slovenske šole vključili številne preventivne in promocijske dejavnosti, v smislu spodbujanja nekajenja, kar je lahko morda vplivalo tako na dvig starosti ob prvem kajenju kot tudi na manjše število iniciacij kajenja.

Dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož so poskusili cigarete v 77 % (kar je v primerjavi z letom 2004 3 % več). Cigarete je poskusilo 82 % deklet (v primerjavi z letom 2004 je to **porast za 14 %**) in 70 % fantov (v primerjavi z letom 2004 je to **upad za 13 %**).

Še večje število kadilcev najdemo pri dijakih četrtega letnika Gimnazije Ormož. Cigarete je poskusilo skupaj 83 % dijakov, pri čemer prednjačijo dekleta (86 % deklet in 78 % fantov). V skupnem deležu so rezultati podobni kot leta 2004 (takrat 84 %), po **spolu pa se je slika obrnila** (takrat 80 % deklet in 90 % fantov – **upad poskušnje cigaret med fanti za 12 %**).

Podatki o poskušnji cigaret med gimnazijci kažejo na to, da ostaja raven kajenja v primerjavi z letom 2004 podobna, kadi pa več deklet kot fantov, kar je drugače kot leta 2004, ko je kadilo več fantov kot deklet. Tudi druge raziskave v Sloveniji kažejo pri kajenju na prevladovanje fantov nad dekleti (Jeriček, Lavtar, Pokrajac, 2007.)

Cigarete je poskusilo 42 % zdravljenecv z Odseka za zdravljenje odvisnosti in sicer 20 % moških in 100 % žensk.

Glede **energetskih napitkov** v letih 1999 in 2004 nismo spraševali. To, da je take napitke že poskusilo, je izjavilo 82 % zadnjega razreda osnovne šole (kar je za 4 % manj v primerjavi z vinom ali pivom).

Dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož so energetske napitke poskusili v 87 % (dekleta v 91 %, fantje v 81 %) – kar je v primerjavi z vinom za 11 % manj in v primerjavi s pivom za 6 % manj.

Dijaki četrtega letnika Gimnazije Ormož so energetske napitke poskusili v 93 % (dekleta v 96 %, fantje v 89 %) – kar je za 4 % manj od vina in 4 % manj od piva.

Energetske napitke je poskusilo 28 % zdravljenecv z Odseka za zdravljenje odvisnosti in sicer 10 % moških in 75 % žensk. Sorazmerno majhen delež okušanja energetskih pijač med zdravljenimi odvisniki je morda odraz dejstva, da so te pijače na našem trgu sorazmerno malo časa in zato to niso bile med prvimi pijačami, s katerimi so bili v stiku. Raziskave namreč kažejo na sorazmerno zvestobo pijači, ki jo nekdo okusi kot prvo ali med prvimi (Wechsler, 2002).

2.

Na vprašanje, **kako pogosto pijejo alkohol**, so odgovorili takole:

»**Nikoli**« je letos odgovorilo 12 % osnovnošolcev, kar je za 2 % več kot leta 2004 in za 8 % manj kot leta 1999.

Delež abstinentov upade nadalje pri gimnazijcih. Nikoli ni alkoholne pijače poskusilo 4 % dijakov drugega letnika gimnazije Ormož (leta 2004 3 %). Ta odgovor je podalo 2 % deklet (leta 2004 3 % deklet) in 7 % fantov (leta 2004 1 % fantov).

Nikoli ni alkoholne pijače poskusilo 6 % dijakov četrtega letnika Gimnazije Ormož (5 % fantov in 6 % deklet). V letu 2004 je ta odgovor dalo skupaj 2 % dijakov (0 % fantov in 3 % deklet).

Vprašanje, kako pogosto pijejo alkohol, se je pri zdravljenih odvisnikih nanašalo na obdobje pred hospitalizacijo. Odgovora »nikoli« pri njih ne najdemo.

Večina učencev zadnjega razreda osnovnih šol uživa alkoholne pijače predvsem **enkrat mesečno oz. nekajkrat na leto**. Delež teh učencev znaša 51 % (leta 2004 je bil ta delež enak 65 %, leta 1999 pa 60 %). V **primerjavi z letom 2004 gre za 14 % upad, v primerjavi z letom 1999 pa za 9 % upad**.

Dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož uživajo alkoholne pijače enkrat mesečno oz. nekajkrat na leto v 22 % (od tega dijakinje v 25 %, dijaki pa v 18 %). Za

leto 2004 so bili podatki takšni: enkrat mesečno oz. nekajkrat v letu je alkoholne pijače poskusilo 13 % dijakov drugega letnika – od tega 20 % dijakinj in 4 % dijakov. Izrazitejše je torej **povečanje pri fantih, ki znaša 14 %**.

Dijaki četrtega letnika gimnazije Ormož uživajo alkoholne pijače enkrat mesečno oz. nekajkrat na leto v 28 % (od tega dekleta v 30 %, fantje pa v 26 %). Leta 2004 je ta odgovor posredovalo 22 % deklet in 15 % fantov; skupaj 19 %. Tudi tu je povečanje **večje pri fantih, in sicer za 11 %**.

Odgovor enkrat mesečno ali nekajkrat letno je dalo 14 % zdravljencev z Odseka za zdravljenje odvisnosti in sicer 10 % moških in 25 % žensk. Ta odgovor je prav gotovo rezultat določenih obrambnih mehanizmov odvisnikov, saj če bi alkoholne pijače res uživali tako, potem ne bi od njih nikoli postali odvisni.

Delež učencev zadnjega razreda osnovne šole, ki uživa alkoholne pijače **2-4 krat mesečno** znaša letos 22 % (leta 2004 je bil ta odstotek 17 %, leta 1999 pa 14 %). Podatek kaže na povečanje rednega uživanja alkoholnih pijač pri osnovnošolcih (za 5 % v primerjavi z letom 2004 in za 8 % v primerjavi z letom 1999).

Dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož uživajo alkoholne pijače prav tako predvsem **2-4 krat mesečno**. Skupaj se je tako izjasnilo 43 % dijakov (54 % deklet in 29 % fantov). V primerjavi z letom 2004 je tu opaziti znižanje in sicer pri dekletih za 6 % in pri fantih za 8 %, skupno pa za 7 %.

Tudi dijaki četrtega letnika Gimnazije Ormož uživajo alkoholne pijače predvsem **2-4 krat mesečno**, pri čemer je teh užívalcev več kot pri dijakih drugega letnika gimnazije. Med četrtošolci se je za ta odgovor odločilo 46 % anketiranih (31 % fantov in 56 % deklet). V letu 2004 je ta odgovor posredovalo skupaj 58 % dijakov (60 % fantov in 58 % deklet). **V primerjavi z letom 2004 gre letos za 12 % upad, ki je izrazitejši pri fantih, saj znaša tam 29 %**.

Da uživajo alkoholne pijače 2 do 4 krat mesečno je odgovorilo 7 % zdravljencev z Odseka za zdravljenje odvisnosti in sicer 10 % moških in 0 % žensk. Tudi ta odgovor ni tipičen za odvisnike in bi tudi tukaj pri njih pričakovali 0 %.

Pogostost uživanja alkoholnih pijač **2-3 krat tedensko** se je pri osnovnošolcih letos ustavila pri 6 %, kar je za skoraj 2 % več kot leta 2004 in za 3 % več kot leta 1999. Ta podatek kaže na povečanje rednega uživanja alkoholnih pijač pri osnovnošolcih.

V primerjavi z osnovnošolci se dijaki drugega letnika gimnazije opijajo veliko bolj redno. **2-3 krat tedensko** se opija 17 % dijakov (18 % fantov in 17 % deklet). **V primerjavi z letom 2004 se opija manj fantov (upad za 15 %) in več deklet (porast za 9 %)**, skupni odstotek pa je podoben kot leta 2004 (takrat je bil 18 %).

Dijaki četrtega letnika Gimnazije Ormož so izjavili, da se **2-3 krat tedensko** opijajo v 6 % (15 % fantov in 0 % deklet). Leta 2004 je ta odgovor podalo skupaj 19 % dijakov (25 % fantov in 16 % deklet). **Gre torej za precejšen upad in sicer za 13 %**.

Da uživajo alkoholne pijače 2 do 3 krat tedensko je odgovorilo 35 % zdravljencev z Odseka za zdravljenje odvisnosti in sicer 50 % moških in 0 % žensk.

Štiri ali večkrat tedensko se leta 2004 od osnovnošolcev ni opijal nihče. (Leta 1999 pa je pritrdilen odgovor podal 1% zadnjega razreda osnovne šole.) Letos je pritrdilni odgovor podalo 3 % osnovnošolcev, kar ponovno kaže na povečanje rednega uživanja alkoholnih pijač med osnovnošolci.

Če podatke o pogostosti uživanja alkoholnih pijač med osnovnošolci povežemo s podatki o poskušanju tovrstnih pijač (ki so se zdeli na prvi pogled v primerjavi s preteklimi leti precej ugodni), so ugotovitve zaskrbljujoče. Namreč, pogostost uživanja alkoholnih pijač se v primerjavi s preteklimi leti povečuje, pri čemer te pijače tako uživa relativno velik delež učencev (**31 % ali skoraj ena tretjina učencev zadnjega razreda osnovne šole se jih opija več kot dvakrat na mesec** – leta 2004 je bilo takih učencev 24 %).

Dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož se **4 ali večkrat tedensko** opijajo v 9 %. Tu je delež znova višji pri fantih (22 %) kot pri dekletih, kjer se nobena ne opija tako pogosto. V letu 2004 se je na tak način opijalo 20 % fantov in 5 % deklet, kar je skupaj zneslo 11 %.

Dijaki četrtega letnika Gimnazije Ormož se opijajo **4 ali večkrat tedensko** v 8 % (21 % fantov in 0 % deklet). V letu 2004 se nihče od dijakov ni opijal 4 ali večkrat tedensko.

Pri dijakih Gimnazije Ormož se pogostost uživanja alkoholnih pijač v primerjavi z letom 2004 zmanjšuje. Te pijače sicer redno uživa velik delež dijakov (**69 % dijakov drugega letnika in 60 % dijakov četrtega letnika se opija več kot dvakrat na mesec**), kar pa je manj kot leta 2004 (takrat se je tako opijalo 79 % dijakov drugega letnika in 77 % dijakov četrtega letnika). **Gre za 10 % upad pri dijakih drugega letnika in 17 % upad pri dijakih četrtega letnika.**

O tem, da se je opijalo 4 ali večkrat tedensko je poročalo 42 % zdravljenecv z Odseka za zdravljenje odvisnosti in sicer 30 % moških in 75 % žensk. Če pri zdravljenih odvisnikih-alkoholikih seštejemo odstotke pri tem odgovoru in pri odgovoru »2 do 3 krat tedensko«, dobimo vsoto 77 %. Osebno menim, da bi morali za seštevek obeh kategorij dobiti 100 % in da verjetno manjši odstotek priča o določenih obrambnih mehanizmih (npr. zanikanju – ko si odvisniki še celo na zdravljenju ne priznajo, da so od alkohola odvisni). Takega, ki ne bi bil odvisen od alkohola, namreč med anketiranimi ni bilo.

3.

Pri odgovoru na vprašanje, **kolikokrat si že bil vinjen**, je leto 2008 pri osnovnošolcih glede na odgovor »**nikoli**« po rezultatih blizu letu 2004, glede na odgovor »**več kot 4 krat**« pa leto 2008 presega leto 2004 za 100 %, leto 1999 pa za 200 %. Odgovor »**nikoli**« je dalo 39 % učencev osnovne šole (leta 2004 38 %, leta 1999 pa 44 %). To pomeni, da se osnovnošolci v primerjavi z letom 1999 pogosteje opijajo. Gre za razliko 5 %.

Pri dijakih drugega letnika je odgovor »**nikoli**« podalo 16 % anketiranih. Delež je nižji pri dijakih (14 %) kot pri dijakinjah (16 %). V letu 2004 je odgovor »**nikoli**« podalo 10 % anketiranih, in sicer 4 % dijakov in 14 % dijakinj.

Tistih, ki obiskujejo četrti letnik gimnazije in niso bili še nikoli vinjeni, je 10 % (15 % fantov in 6 % deklet). V letu 2004 jih je bilo vsega skupaj 4 % (0 % fantov in 6 % deklet).

Odgovora »**nikoli**« med zdravljenimi odvisniki z Odseka za zdravljenje odvisnosti ni.

Osnovnošolci so bili vinjeni predvsem **enkrat** (leta 2008 17 %, leta 2004 25 %, leta 1999 pa 16 %), oziroma **dvakrat** (leta 2008 16 %, leta 2004 14 %, leta 1999 pa 9 %). V primerjavi z letoma 1999 in 2004 je več tistih osnovnošolcev, ki so priznali, da so bili **več kot 4 krat vinjeni** (leta 2008 13 %, leta 2004 8 %, leta 1999 pa 4 %). Delež teh otrok se je torej v 10 letih povečal za 9 %.

Večina dijakov drugega letnika ormoške gimnazije je bila opijanjena **več kot štirikrat** (66 %; leta 2004 72 %). Ta odgovor je podalo 70 % fantov (leta 2004 91 %) in 62 % deklet (leta 2004 60 %). Nakazan je torej trend, da se fantje pogosteje opijajo kot dekleta, kar potrjujejo tudi druge tovrstne ankete v Sloveniji. Delež večkrat opitih drugošolcev se znižuje in kaže podoben trend upadanja kot ga kažejo druge podobne raziskave v Sloveniji. **Upad za fante znaša v primerjavi z letom 2004 21 %.**

Tudi večina dijakov četrtega letnika Gimnazije Ormož je bila vinjena že **več kot štirikrat**. Gre za 81 % dijakov (78 % fantov in 83 % deklet). Podatki so podobni kot leta 2004, ko je tako odgovorilo vsega skupaj 82 % dijakov (85 % fantov in 80 % deklet).

Odgovor »**več kot štirikrat**« je podalo 78 % zdravljenecv z Odseka za zdravljenje odvisnosti in sicer 70 % moških in 100 % žensk. Menim, da moški na to vprašanje niso odgovarjali iskreno, ali pa ne poznajo izraza »biti vinjen«.

4.

Odgovor na vprašanje, **kolikokrat so bili vinjeni v zadnjih 30 dneh**, kaže, da je bilo 17 % učencev osnovnih šol takih, ki so bili vinjeni **1 do 2 krat v zadnjem mescu** (leta 2004 je bilo takih 16 % učencev). Večina pa jih v zadnjem mesecu ni bila vinjena (65 %, kar pa je v primerjavi z letom 2004 manjši delež – takrat je to izjavo podalo 84 % učencev). **V primerjavi z letom 2004 gre za 19 % upad.** Primerjave z letom 1999 ni, ker takrat to vprašanje ni bilo zastavljeno. Vsekakor pa tudi ta odgovor letošnje generacije kaže na povečanje uporabe alkoholnih pijač med osnovnošolsko mladino. 2 % učencev zadnjega razreda osnovne šole priznava, da so bili opiti **3 do 5 krat v zadnjem mescu**, 0,5 % pa celo **več kot 6 krat**. V letu 2004 ni nihče od 183 učencev izjavil, da bi bil vinjen več kot trikrat v zadnjem mescu.

Med dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož je takih, ki so v zadnjem mescu dni **abstinirali** 41 % (leta 2004 30 %). **V primerjavi z letom 2004 gre za 11 % porast deleža abstinentov v zadnjem mescu.** Delež je večji pri dekletih (48 %; leta 2004 40 %) kot pri fantih (33 %; leta 2004 17 %), sam **porast glede na leto 2004 pa je večji pri fantih, in sicer znaša 16 % (pri dekletih pa 8 %).** Fantje in dekleta so bili v glavnem vinjeni **1 do 2 krat v zadnjem mescu** (34 % deklet in 33 % fantov; skupaj 33 % - leta 2004 54 % deklet in 41 % fantov; skupaj 49 %). **V primerjavi z letom 2004 gre torej za 16 % upad**, in sicer pri obeh spolih (**pri dekletih za 20 % upad**, pri fantih za 8 %). Toda med dijaki najdemo tudi take, ki se opijajo pogosteje. 14 % deklet se je v zadnjem mescu opilo **3 do 5 krat** (leta 2004 5 % - gre torej za 9 % porast) in 14 % fantov (leta 2004 - 40 % - **pri njih gre za 26 % upad**). 22 % fantov se je v zadnjem mescu opilo **več kot šestkrat** (leta 2004 20 %), med dekleti pa ni bilo take nobene (in tudi leta 2004 ne).

Delež anketirancev iz četrtega letnika Gimnazije Ormož, ki **ni okusil alkohola v zadnjih 30 dneh**, je v primerjavi z dijaki drugega letnika Gimnazije še manjši. Gre

za 28 % anketirancev (26 % fantov in 30 % deklet). (Odstotek je bil leta 2004 podoben: skupno 25 % dijakov, od tega 20 % fantov in 29 % deklet.) Fantje in dekleta četrtega letnika so bili v zadnjem mesecu pod vplivom alkohola večinoma **1 do 2 krat** (44 % dijakov, od tega 36 % fantov in 50 % deklet). (Podatki iz leta 2004 pa pri istem odgovoru pokažejo: skupno 51 % dijakov, od tega 55 % fantov in 48 % deklet.) **Pri fantih gre za upad tovrstnega pitja za 19 % v primerjavi z letom 2004.** Tudi med dijaki četrtega letnika se nekateri opijajo pogosteje. Tako se je **3 do 5 krat** opilo 14 % dijakov (15 % fantov in 13 % deklet) (podatki za leto 2004: skupaj 15 %, od tega 10 % fantov in 19 % deklet), **več kot šestkrat** pa 10 % dijakov (21 % fantov in 3 % deklet) (v letu 2004 pa skupaj 8 % dijakov, od tega 15 % fantov in 3 % deklet).

Odgovori zdravljencev na Odseku za bolezni odvisnosti v Javnem zavodu Psihiatrična bolnišnica Ormož se nanašajo na uživanje alkohola pred hospitalizacijo in so naslednji: o **abstinenci** v zadnjih 30 dneh poroča 7 % zdravljencev (10 % moških in 0 % žensk). **1 do 2 krat** jih je bilo vinjenih 28 % (30 % moških in 25 % žensk), **3 do 5 krat** 28 % (40 % moških in 0 % žensk), **več kot 6 krat** pa 35 % zdravljencev (20 % moških in 75 % žensk). Menim, da je zadnji odstotek prenizek, tudi če privzamemo kot resnično domnevo, da so nekateri pred zdravljenjem res abstinirali (tako se jih je izreklo 7 %).

5.

Osnovnošolci leta 2008 izjavljajo, da pijejo alkoholne pijače predvsem v zvezi z **zabavo**. Tak odgovor je podalo 64 % učencev (leta 2004 61 %, leta 1999 pa 25 %). **V devetih letih je navedba tega razloga narasla za 39 %.** Nadalje pijejo osnovnošolci alkoholne pijače tudi iz **radovednosti** (tak odgovor je prispevalo 39 % učencev, leta 2004 60 % in leta 1999 23 %). V primerjavi z letom 1999 gre za 16 % porast, v primerjavi z letom 2004 pa za 21 % upad. Na tretjem mestu je v letu 2008 uživanje alkohola v povezavi z **žalostjo in problemi**. Ta odgovor je dalo 9 % učencev (leta 2004 10 % in leta 1999 5 %). 6 % učencev je izjavilo, da uživa alkohol zaradi **potrebe** (leta 2004 jih je bilo skupaj 1 %; »potreba« v letu 1999 ni bila možnost izbire), 4 % zato, **da se pokažejo** (leta 2004 2 %, leta 1999 7 %) in 3 % zaradi **omame** (leta 2004 1 %, leta 1999 2 %).

Dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož uživanje alkoholnih pijač podobno kot osnovnošolci povezujejo predvsem z **zabavo**. Take odgovore je podalo 85 % fantov in 85 % deklet (skupaj torej prav tako 85 % - v letu 2004 95 % fantov in 91 % deklet; skupaj 93 %). **Radovednost** je sicer na drugem mestu, vendar daleč pod zabavo (gre za skupaj 35 % anketiranih - 25 % fantov in 42 % deklet - v letu 2004 je ta odgovor dalo 20 % fantov in 22 % deklet; skupaj 22 % anketiranih). **Radovednost kot razlog za uživanje alkoholnih pijač je v štirih letih upadla za 13 %, veliko bolj pri dekletih, in sicer za 20 %.** Na tretjem mestu je lajšanje **žalosti in problemov** z 12 % (7 % fantov in 17 % deklet - v letu 2004 17 % fantov in 14 % deklet, skupaj 15 %), na četrtem pa **potreba** z 11 % (18 % fantov in 5 % deklet - v letu 2004 17 % fantov in 3 % deklet; skupaj 8%).

Dijaki četrtega letnika uživanje alkoholnih pijač povezujejo z **zabavo**. Ta odgovor je izbralo 89 % anketiranih (89 % fantov in 90 % deklet - v letu 2004 skupaj 86 %, od tega 75 % fantov in 93 % deklet). **Pri fantih je ta razlog v štirih letih narasel**

za 14 %. Iz **radovednosti** uživajo alkoholne pijače v 42 % (47 % fantov in 40 % deklet – leta 2004 skupaj 39 %, od tega 50 % fantov in 32 % deklet), zaradi **omame** 22 % (26 % fantov in 20 % deklet – v letu 2004 ta razlog ni bil med pomembnejšimi, zanj se je odločilo 4 % dijakov, od tega 5 % fantov in 3 % deklet). **Razlog omame je od leta 2004 narasel za 18 %, in sicer pri fantih za 21 %, pri dekletih pa za 17 %.** Alkoholne pijače pijejo dijaki tudi za razrešitev občutkov **žalosti in problemov**, in sicer v 20 % (26 % fantov in 16 % deklet – leta 2004 skupaj 15 %, od tega 15 % fantov in 16 % deklet). **Ta razlog se je precej povečal pri fantih, in sicer za 11 %.**

Zdravljenci z Odseka za zdravljenje odvisnosti kot namen za uživanje alkoholnih pijač izpostavljajo predvsem **žalost oz. probleme**. Tako se jih je opredelilo 64 % (50 % moških in 100 žensk). Na drugem mestu je **zabava** s 57 % (70 % moških in 25 % žensk). Sledi **radovednost** s 42 % (40 % moških in 50 % žensk), **potreba** (30 % moških in 50 % žensk; skupaj 35 %), **omama** (10 % moških in 50 % žensk; skupaj 21 %) ter zato, **da se pokažem** (10 % moških in 0 % žensk; skupaj 7 %).

6.

Alkoholne pijače osnovnošolci v glavnem uživajo **doma** (ta odgovor je letos podalo 45 % učencev, leta 2004 pa 53 % učencev – v letu 1999 vprašanja o kraju zaužitja alkoholnih pijač nismo zastavili), v precej manjšem deležu pri **prijateljih** (20 %, leta 2004 pa 17 %) in v **lokalih** (18 %, leta 2004 pa 14 %) ter v **diskotekah** (5 %, leta 2004 pa 4 %). Predvsem je zaskrbljujoč **porast deleža otrok, ki dobijo alkoholne pijače v lokalih ali diskotekah, saj jih je sedaj že skoraj četrtnina (23 %), leta 2004 pa jih je bila slaba petina (18 %).**

Gimnazijci iz drugega letnika pa uživajo alkoholne pijače predvsem v **parku ali na ulici** (41 % dijakov, in sicer 66 % fantov in 22 % deklet), kar je povsem drugače kot leta 2004, ko je prevladoval odgovor »v lokalih« (20 % fantov in 20 % deklet; skupaj tudi 20 %). Leta 2004 je odgovor »v parku ali na ulici« dalo le 10 % dijakov drugega letnika in sicer 12 % fantov in 8 % deklet. **Odgovor »v parku ali na ulici« je torej od leta 2004 narasel za 31 %, pri fantih za 54 %, pri dekletih pa za 14 %.** Nadalje uživajo gimnazijci drugega letnika alkohol v **bistroju, bifeju točilnici ali gostilni** (32 % dijakov, od tega 33 % fantov in 31 % deklet; leta 2004 je bilo takih dijakov 20 % - 20 % deklet in 20 % fantov). **V primerjavi z letom 2004 gre za 12 % porast uživanja alkohola v lokalih (pri fantih za 13 % porast in pri dekletih za 11 % porast).** Nadalje uživajo dijaki alkohol **doma** (20 % - od tega 7 % fantov in 31 % deklet. Leta 2004 je tak odgovor podalo 15 % dijakov in sicer 17 % fantov in 14 % deklet). **Pri fantih gre za 10 % upad, pri dekletih pa za 17 % porast v primerjavi z letom 2004.** V **diskotekah** uživa alkoholne pijače 16 % dijakov drugega letnika, razlike med spoloma pa niso bistvene (14 % fantov in 17 % deklet). Leta 2004 se je za ta odgovor odločilo 20 % anketiranih (8 % fantov in 28 % deklet). **Kaže se upad uživanja alkoholnih pijač v diskotekah, kar gre predvsem na račun deklet – gre za 11 % upad, medtem ko je prišlo pri fantih do povečanja za 6 %.**

Gimnazijci četrtega letnika Gimnazije Ormož podobno kot njihovi vrstniki iz drugega letnika uživajo alkoholne pijače predvsem v **parku ali na ulici**. Ta odgovor je posredovalo 30 % dijakov (31 % fantov in 30 % deklet). (Ta odgovor je bil med dijaki leta 2004 najbolj redek, in sicer ga je izbralo 8 % dijakov – 15 % fantov in 3 % deklet.) **V primerjavi z letom 2004 gre za povečanje uživanja alkohola v parku ali**

na ulici za 22 %; pri fantih za 16 % in pri dekletih za 27 %. Nadalje dijaki uživajo alkohol **v bistroju, bifeju točilnici ali gostilni** (26 % dijakov, od tega 15 % fantov in 33 % deklet – v letu 2004 je ta odgovor prednjačil s 41 %, od tega 25 % fantov in 51 % deklet). **Tu se kaže upad uživanja alkohola v lokalih za 15 %, in sicer pri fantih za 10 % in pri dekletih za 18 %.** V **diskotekah in doma** je alkoholne pijače užival enak odstotek – 18 % dijakov (v disku 15 % fantov in 20 % deklet, doma pa 31 % fantov in 10 % deklet). (Podatek za leto 2004 je, da je v diskotekah alkoholne pijače užilo 15 % dijakov – 10 % fantov in 19 % deklet, doma pa 13 % dijakov – 15 % fantov in 12 % deklet.) **Povečano uživanje alkohola doma je prisotno pri fantih, in sicer znaša 16 %.** **Pri prijatelju** je alkohol uživalo 10 % dijakov (5 % fantov in 13 % deklet). V letu 2004 je pri prijatelju alkoholne pijače uživalo 13 % dijakov (15 % fantov in 12 % deklet). **Uživanje alkohola pri prijatelju se je zmanjšalo pri fantih, in sicer za 10 %.**

Odgovori zdravljencev z Odseka za zdravljenje odvisnosti na vprašanje, kje so nazadnje pili alkohol se precej razlikujejo od odgovorov mladine. Največ jih je alkoholne pijače zaužilo **doma** in sicer 85 % (80 % moških in 100 % žensk). V **bistroju, bifeju, točilnici ali gostilni**, jih je te pijače užilo 28 % (40 % moških in 0 % žensk), **pri prijatelju** pa 21 % (30 % moških in 0 % žensk). Odgovori so nekoliko neskladni, saj so moški izbrali več odgovorov namesto enega samega, kljub temu pa je dobro vidno mesto zadnjega uživanja alkohola ter nakazan osnovni trend tega uživanja.

7.

Na vprašanje, ki je bilo letos zastavljeno prvič in sprašuje o tem, **kaj bi se po njihovem zgodilo, če bi učenec, ki je star manj kot 18 let, dobil alkohol v trgovini**, osnovnošolci v glavnem menijo, da mu ne bi bilo treba pokazati osebne izkaznice (odgovora, da jo mora pokazati redko oz. zelo redko – skupaj 41 %). 34 % učencev pa meni, da bi bilo treba pokazati osebno izkaznico (odgovora zelo pogosto in srednje pogosto). Glede tega, ali bi mu prodali alkoholno pijačo, jih 43 % meni, da bi mu jo prodali (odgovora, da mu je ne bi prodali redko ali zelo redko), medtem ko jih 30 % meni, da mu ne bi prodali alkohola (odgovora, da mu zelo pogosto ali srednje pogosto ne bi prodali alkohola).

Na isto vprašanje, **kaj bi se po njihovem zgodilo, če bi učenec, ki je star manj kot 18 let, dobil alkohol v trgovini**, dijaki drugega letnika ormoške gimnazije menijo, da bi mu bilo treba pokazati osebno izkaznico (odgovora, da jo mora pokazati zelo pogosto oz. srednje pogosto – skupaj 52 %). O tem so bolj prepričana dekleta (56 %) kot fantje (47 %). Glede tega, ali bi mu kljub starosti pod 18 let prodali alkoholno pijačo, jih 46 % meni, da bi mu jo (odgovora, da mu je ne bi prodali redko ali zelo redko) – o tem so bolj prepričana dekleta (48 %) kot fantje (43 %), medtem ko jih 49 % meni, da mu ne bi prodali alkohola (odgovora, da jim zelo pogosto ali srednje pogosto ne bi prodali alkohola) (o tem so fantje in dekleta prepričani v enakem deležu – 48 %).

Dijaki četrtega letnika Gimnazije Ormož na vprašanje, **kaj bi se po njihovem zgodilo, če bi učenec, ki je star manj kot 18 let, dobil alkohol v trgovini**, odgovarjajo, da mu ne bi bilo treba pokazati osebne izkaznice (odgovora, da jo mora pokazati redko oz. zelo redko – skupaj 52 %), pri čemer pa obstaja izrazita razlika

med spoloma – o tem so veliko bolj prepričana dekleta 63 % (fantje 36 %), medtem ko fantje menijo, da bi bilo osebno izkaznico treba pokazati (62 %). Glede tega, ali bi mu prodali alkohol kljub starosti pod 18 let menijo, da bi mu ga v 58 % (odgovora, da mu je ne bi prodali redko ali zelo redko). O tem so prepričani tako fantje (51 %) kot dekleta (63 %).

Na vprašanje, **kaj bi se po njihovem zgodilo, če bi učenec, ki je star manj kot 18 let, dobil alkohol v trgovini**, zdravljeni z Odseka za zdravljenje odvisnosti odgovarjajo v enakem odstotku, da bi moral pokazati osebno izkaznico, oz. da mu tega ne bi bilo treba. Ta odstotek znaša 42 % (ženske so razdvojene pri 50 %, moški pa pri 40 %). Glede tega, ali bi mu prodali alkohol, pa menijo, da bi mu ga v 71 % (70 % moških in 75 % žensk).

8.

Letos je bilo tudi prvič zastavljeno vprašanje o tem, **ali so blizu šole mesta, kjer lahko dobiš alkohol, ne da bi pokazal osebni dokument**. 41 % osnovnošolcev jih meni, da se to da storiti v lokalu zunaj šole (22 % jih meni, da se to tam ne da), 4 % pravijo, da se da to dobiti v lokalu znotraj šole (47 % jih meni, da se to tam ne da) in 29 %, da se da to dobiti v trgovini blizu šole (29 % jih tudi meni, da se to tam ne da).

Dijaki drugega letnika so na isto vprašanje (**ali so blizu šole mesta, kjer lahko dobiš alkohol, ne da bi pokazal osebni dokument**) v 72 % odgovorili, da se to da storiti v lokalu zunaj šole (62 % fantov in 80 % deklet), v 1 %, da se to da storiti v lokalu znotraj šole (gre za 3 % fantov in 0 % deklet) in v 56 %, da se to da dobiti v trgovini blizu šole (48 % fantov in 62 % deklet).

Dijaki četrtega letnika Gimnazije Ormož so na vprašanje o tem, **ali so blizu šole mesta, kjer lahko dobiš alkohol, ne da bi pokazal osebni dokument**, odgovorili v 73 %, da se da to storiti v lokalu zunaj šole (68 % fantov in 76 % deklet), v 10 %, da se da to storiti v lokalu znotraj šole (10 % fantov in 10 % deklet) in v 67 %, da se da alkohol tako dobiti v trgovini blizu šole (68 % fantov in 66 % deklet).

Zdravljeni v Javnem zavodu Psihiatrična bolnišnica Ormož so glede teh vprašanj izrazili naslednja mnenja. Na vprašanje o tem, **ali so blizu šole mesta, kjer lahko dobiš alkohol, ne da bi pokazal osebni dokument**, so odgovorili v 42 %, da se da to storiti v lokalu zunaj šole (40 % moških in 50 % žensk), v 7 % da se da to storiti v lokalu znotraj šole (0 % moških in 25 % žensk) in v 42 %, da se da alkohol tako dobiti v trgovini blizu šole (20 % moških in 100 % žensk).

9.

Letos smo tudi vpraševali, **na kakšen način so prišli do alkohola v zadnjih 30 dneh**. Največ osnovnošolcev je napisalo, da so dobili pijačo od staršev ali sorodnikov (29 %), nadalje od znanca, ki je star 18 let ali več (27 %), 21 % si jih je samih kupilo pijačo, 17 % jih je dobilo pijačo od nekoga, ki je star manj kot 18 let, 10 % od učenca, ki je star 18 let ali več, 2 % pa jih je uporabilo osebni dokument nekoga drugega.

Dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož so v **zadnjih 30 dneh prišli do alkohola** največkrat tako, da so ga kupili (50 % - 51 % fantov in 48 % deklet). V 32 %

so pijačo **dobili od nekoga, ki je star 18 let ali več** (33 % fantov in 31 % deklet), potem pa tudi **od staršev ali sorodnikov** (25 % - 29 % fantov in 22 % deklet). 3 % dijakov je **uporabilo osebni dokument nekoga drugega** (7 % fantov in 0 % deklet).

Dijaki četrtega letnika Gimnazije Ormož so **v zadnjih 30 dneh prišli do alkohola** največkrat tako, da so ga **kupili** (68 % fantov, 66 % deklet; skupaj 67 %). V 24 % so dobili pijačo **od nekoga, ki je star 18 let ali več** (21 % fantov in 26 % deklet) ali od staršev ali sorodnikov 24 % fantov, 26 % deklet; skupaj 24 %). 4 % dijakov je uporabilo **osebni dokument nekoga drugega** (5 % fantov in 3 % deklet).

Na to vprašanje zdravljeni odvisniki niso odgovarjali, ker se nanaša izključno na mladostnike.

10.

Na vprašanje, **koliko sošolcev oz. prijateljev uživa alkoholne pijače**, so odgovori naslednji:

Odgovor »**nobenega**« je dalo skupaj 9 % učencev zadnjega razreda osnovne šole (leta 2004 je tak odgovor dalo 12 % učencev, leta 1999 je tak odgovor dalo skupaj 21 % osnovnošolcev). **Od leta 1999 je ta odgovor upadel za 12 %**. Tudi ta podatek kaže na povečevanje uživanja alkoholnih pijač med osnovnošolci. Na to kaže tudi odgovor, da poznajo **več kot 10 sošolcev oz. prijateljev** (letos je pritrdilno odgovorilo 43 % osnovnošolcev, leta 2004 36 %, leta 1999 pa je bil skupni odstotek za ta odgovor 19 %). **Od leta 1999 je prišlo do 24 % porasta**. Ta odgovor je bil letos in leta 2004 najpogostejši. Leta 1999 pa je bil najpogostejši odgovor **1 do 2 sošolca oz. prijatelja** (skupaj za fante in dekleta 24 %).

Odgovor, da poznajo **več kot 10 sošolcev oz. prijateljev**, ki uživajo alkoholne pijače, je najpogostejši pri gimnazijah drugega letnika Gimnazije Ormož. Gre za 93 % dijakov (88 % fantov in 97 % deklet - v letu 2004 je tako odgovorilo 91 % fantov in 91 % deklet; skupaj 91 %). Odgovor »**nobenega**« se pojavlja v 1 % (2 % dijakinj in 0 % dijakov). Leta 2004 se za ta odgovor ni odločil nihče.

Odgovor, da poznajo **več kot 10 sošolcev oz. prijateljev**, ki uživajo alkoholne pijače, je prav tako najpogostejši pri dijakih četrtega letnika Gimnazije Ormož. Gre za skupaj 95 % dijakov (94 % fantov in 96 % deklet). Tudi leta 2004 je bil ta odgovor najpogostejši - z 98 % (100 % fantov in 9 % deklet).

Zdravljeni odvisniki so na to vprašanje odgovorili takole. Odgovor »**nobenega**« je dalo 7 % odvisnikov, »**1 do 2**« 0 %, »**3 do 5**« 35 %, »**5 do 10**« 14 % in »**več kot 10**« 28 %. Razlika v odstotkih je tu v primerjavi s šolajočo se mladino razumljiva. Namreč odvisniki morda poznajo večinoma več kot 10 ljudi, ki uživajo alkoholne pijače, a niso iste starosti kot oni, na drugi strani pa je vprašanje, koliko prijateljev imajo. V teku svoje odvisnosti namreč alkoholik začne izgubljati prave prijatelje in ostaja zgolj v družbi pivskih tovarišev.

11.

Odgovori osnovnošolcev na vprašanje, **koliko sošolcev, sošolk in prijateljev iste starosti poznajo, ki kadijo cigarete**, so v letu 2008 podobni kot v letih 2004 in 1999. Odgovor »**nobenega**« je leta 1999 posredovalo 20 % osnovnošolcev, leta 2004 21

%, letos pa 20 %; »1 do 2« leta 1999 20 %, leta 2004 18 %, leta 2008 23 %; »3 do 5« leta 1999 24 %, leta 2004 29 %, leta 2008 24 %; »5 do 10« leta 1999 11 %, leta 2004 23 %, leta 2008 8 %; »več kot 10« leta 1999 23 %, leta 2004 17 %, letos 18 %.

Odgovori dijakov drugega letnika Gimnazije Ormož na vprašanje, **koliko sošolcev, sošolk in prijateljev iste starosti poznajo, ki kadijo cigarete**, so v letu 2008 takšni: 61 % jih pozna »več kot 10« (62 % fantov in 60 % deklet – leta 2004 je tak odgovor podalo 88 % dijakov in sicer 91 % fantov in 85 % deklet). **Ta odgovor je v primerjavi z letom 2004 posredovalo 27 % manj dijakov in sicer 29 % manj fantov in 25 % manj deklet.** 27 % dijakov pozna »5 do 10« vrstnikov iste starosti, ki kadijo cigarete (25 % fantov in 28 % deklet – leta 2004 je tako odgovorilo 10 % dijakov in sicer 8 % fantov in 11 % deklet). **V primerjavi z letom 2004 je tu prišlo do povečanja pogostosti tega odgovora za 17 %** (tako je odgovorilo 17 % več fantov in 17 % več deklet). 8 % dijakov pozna »3 do 5« vrstnikov, ki kadijo cigarete (7 % fantov in 8 % deklet – leta 2004 je tak odgovor posredovalo 2 % dijakov in sicer 0 % fantov in 3 % deklet). Odgovor »nobenega« je posredoval 1 % dijakov (gre za 2 % deklet in 0 % fantov – leta 2004 skupaj 0 %), odgovora »1 do 2« pa nihče (leta 2004 prav tako nihče).

Dijaki četrtega letnika Gimnazije Ormož poznajo **več kot 10 sošolcev, sošolk in prijateljev iste starosti, ki kadijo cigarete**, v 81 % (73 % fantov in 86 % deklet – v letu 2004 jih je ta odgovor dalo skupaj 92 %, od tega 100 % fantov in 87 % deklet). **V primerjavi z letom 2004 je ta odgovor posredovalo za 11 % dijakov manj (27 % manj fantov in 1 % manj deklet).** Nadalje poznajo **5 do 10 sošolcev, sošolk in prijateljev iste starosti, ki kadijo cigarete**, v 16 % (gre za 26 % fantov in 10 % deklet – v letu 2004 jih je bilo skupaj 8 %, od tega 0 % fantov in 12 % deklet). **Pogostost tega odgovora se je pri fantih povečala za 26 %, pri dekletih pa za 2 %.**

Glede vprašanja, koliko sošolcev, sošolk in prijateljev iste starosti poznajo, ki kadijo cigarete, so zdravljenca z Odseka za zdravljenje odvisnosti povedali, da jih poznajo od **3 do 5** v 28 %, od **5 do 10** v 21 % in **več kot 10** v 35 %.

12.

Letos smo zastavili tudi vprašanje, **koliko sošolcev, sošolk in prijateljev iste starosti poznajo, ki pijejo energetske napitke**. Osnovnošolci so v letu 2008 v 9 % odgovorili, da **nobenega**, v 7 %, da poznajo **1 do 2**, v 11 %, da poznajo **3 do 5**, v 10 %, da poznajo **5 do 10** in v 59 %, da poznajo **več kot 10 svojih vrstnikov**, ki pijejo energetske napitke.

Dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož so na isto vprašanje odgovorili takole: v 6 %, da **nobenega**, v 19 %, da poznajo **1 do 2**, v 12 %, da poznajo **3 do 5**, v 12 %, da poznajo **5 do 10** in v 48 %, da poznajo **več kot 10 svojih vrstnikov**, ki pijejo energetske napitke.

Dijaki četrtega letnika Gimnazije Ormož so na vprašanje, **koliko sošolcev, sošolk in prijateljev iste starosti poznajo, ki pijejo energetske napitke**, odgovorili, da **nobenega** v 2 %, da poznajo **1 do 2** v 4 %, da poznajo **3 do 5** v 4 %, da jih poznajo **5 do 10** v 16 % (26 % fantov in 10 % deklet) in da jih poznajo **več kot 10** v 69 % (52 % fantov in 80 % deklet).

Odgovori zdravljencev z Odseka za zdravljenje odvisnosti glede poznavanja vrstnikov, ki pijejo energetske napitke so bili: »nobenega« 14 %, 1 do 2 14 %, 3 do 5 14 %, 5 do 10 14 %, več kot 10 21 %.

Iz teh odgovorov nekako sledi, da so energetske napitke priljubljena pijača mladih, so pa manj razširjeni od alkohola (mladostniki poznajo npr. nad 10 vrstnikov, ki uživajo alkohol v največ 95 %, pri energetskih napitkih pa največ 69 % (četrti letnik Gimnazije Ormož).

13.

V letu 2004 je možnost, da je **alkohol enako nevaren kot cigarete**, dopustilo dve tretjini učencev osnovnih šol (66 %; 57 % fantov in 77 % deklet). Tretjina učencev, ki med obema snovema vidi razliko, pa kajenje cigaret ocenjuje kot nekoliko bolj nevarno v primerjavi s pitjem alkohola (25 % proti 15 %).

Tudi dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož so v letu 2004 ocenili **kajenje cigaret kot bolj nevarno od uživanja alkohola**. Gre za skupaj 38 % proti 27 % (odgovor, da je uživanje alkohola bolj nevarno). Dekleta so v letu 2004 ocenila kajenje cigaret kot nevarnejše od fantov (42 % proti 38 %). Odgovor, da sta obe psihoaktivni substanci enako nevarni, pa je v letu 2004 dala le tretjina dijakov drugega letnika (33 %; od tega 29 % fantov in 37 % deklet).

Dijaki četrtega letnika so v letu 2004 ocenili obe snovi kot enako nevarni v polovici primerov (gre za 30 % fantov in 64 % deklet; skupaj 51 %), druga polovica dijakov pa je bila precej neenotna. Medtem ko je bilo za fante iz preostale polovice kajenje cigaret nevarnejše (45 % fantov proti 6 % deklet; skupaj 21 %), je bilo za dekleta nevarnejše pitje alkohola (29 % deklet proti 25 % fantov; skupaj 27 %).

V letu 2008 smo primerjali **nevarnost kajenja cigaret, uživanja alkohola in energetskih napitkov ter dali kot možnost tudi, da je vse enako nevarno**.

Osnovnošolci so odgovorili, da se jim zdi v 47 % **bolj nevarno kaditi cigarete**, v 10 % pitje alkohola, v 4 % pitje energetskih napitkov in v 34 % menijo, da je vse enako nevarno. Ti odgovori osnovnošolcev nekako govore o podcenjevanju nevarnosti uživanja alkohola in med drugim tudi zato povečanem uživanju le tega.

Dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož menijo v 50 %, da je **bolj nevarno kaditi cigarete** (59 % fantov in 42 % deklet), v 9 % pitje alkohola (7 % fantov in 11 % deklet), v 1 % pitje energetskih napitkov (0 % fantov in 2 % deklet) in v 33 % menijo, da je vse enako nevarno (22 % fantov in 42 % deklet).

Dijaki četrtega letnika Gimnazije Ormož menijo v 34 %, da je **bolj nevarno uživanje alkohola** (31 % fantov in 36 % deklet), v 20 %, da je bolj nevarno kajenje cigaret (26 % fantov in 16 % deklet), v 4 %, da je bolj nevarno uživati energetske napitke (10 % fantov in 0 % deklet), v 32 % pa menijo, da je vse enako nevarno (21 % fantov in 40 % deklet).

Možnost, da je **alkohol bolj nevaren kot cigarete in energetske napitke**, dopušča 42 % zdravljencev (30 % moških in 75 % žensk), možnost, da je **vse enako nevarno**, pa 35 % zdravljencev (40 % moških in 25 % žensk).

14.

Glavne **posledice uživanja alkoholnih pijač** so bile za osnovnošolce v letu 2008 **maček** (54 %, leta 2004 je bil ta odgovor tudi na prvem mestu s 60 %), **dejanje v pijanosti, ki bi ga kasneje obžaloval** (48 %, leta 2004 je bil ta odgovor na tretjem mestu s 46 %), **okvara zdravja** (46 %, leta 2004 je bil ta odgovor na drugem mestu s 47 %), **zabava** (43 %). Leta 2004 ta odgovor ni bil uvrščen med prvih pet posledic, je pa bil tistega leta na drugem mestu tako pri dijakih drugega letnika (64 %) kot četrtega letnika (58 %) Gimnazije Ormož. **Pogostost tega odgovora je pri osnovnošolcih od leta 2004 narasla za 12 %.** **Težave s policijo** navaja 40 % osnovnošolcev. Leta 2004 je bil ta odgovor prav tako na petem mestu z 32 %.

Glavne **posledice uživanja alkoholnih pijač** so bile za dijake drugega letnika Gimnazije Ormož v letu 2008 naslednje: **zabava** (74 % fantov in 71 % deklet; skupaj 72 %; tudi v letu 2004 je bil ta razlog na prvem mestu z 79 %), **občutek sproščenosti** (59 % fantov in 54 % deklet; skupaj 56 %; v letu 2004 je bila ta posledica na tretjem mestu s 54 %), **družabnost** (62 % fantov in 37 % deklet, skupaj 48 % - v letu 2004 te posledice ni bilo med prvimi petimi). **V primerjavi z letom 2004 gre za 11 % porast (pri fantih za 21 % porast, pri dekletih za 3 % porast).** Dijaki drugega letnika na četrtem mestu navajajo **mačka** (44 % fantov in 48 % deklet; skupaj 46 % - v letu 2004 je bila ta posledica na prvem mestu skupaj z zabavo, torej v 64 %), **kjer pa je prišlo v primerjavi z letom 2004 do 18 % upada (pri fantih 10 % upad, pri dekletih 23 % upad).** Na petem mestu je **pozaba težav** (51 % fantov in 37 % deklet; skupaj 43 % - tudi v letu 2004 je bila ta posledica na petem mestu s 47 %; fantje so takrat dosegli 62 %, dekleta pa 37 %). **Pri fantih gre pri tej posledici za 11 % upad.**

Glavne **posledice uživanja alkoholnih pijač** so bile za dijake četrtega letnika Gimnazije Ormož v letu 2008 naslednje: **maček** (68 % fantov in 70 % deklet; skupaj 69 % - v letu 2004 je bil maček na tretjem mestu s 47 % - **gre za 22 % porast (pri fantih za 8 % porast, pri dekletih pa za 32 % porast)**), **zabava** (47 % fantov in 70 % deklet; skupaj 61 % - v letu 2004 je bila prav tako na drugem mestu z 58 %; tako se je izreklo 60 % fantov in 58 % deklet - pri fantih gre torej za 13 % upad, pri dekletih pa za 12 % porast), **pozaba težav** (73 % fantov in 43 % deklet; skupaj 55 % - v letu 2004 na četrtem mestu z 41 %; tak odgovor je podalo 55 % fantov in 32 % deklet - **gre torej za 14 % prirast; pri fantih gre za 18 % povečanje, pri dekletih pa za 11 % povečanje**), **težave s policijo** (68 % fantov in 36 % deklet; skupaj 48 % - v letu 2004 ta posledica ni bila med prvimi petimi, ampak je bila na šestem mestu z 31 %, pri čemer jo je izbralo 25 % fantov in 35 % deklet - **gre torej za 17 % povečanje, in sicer pri fantih za 43 % povečanje, pri dekletih pa za 1 % povečanje**), **občutek sproščenosti** (57 % fantov in 43 % deklet; skupaj 48 % - v letu 2004 na prvem mestu z 62 %, pri čemer jo je izbralo 75 % fantov in 54 % deklet - **gre torej za 14 % upad, in sicer pri fantih za 18 % upad, pri dekletih pa za 11 % upad**).

Glavne **posledice uživanja alkoholnih pijač** so bile za odvisnike **pozaba težav** (60 % moških in 100 % žensk; skupaj 71 %), **sproščenost** (50 % moških, 75 % žensk; skupaj 57 %), **okvara zdravja** (50 % moških, 75 % žensk; skupaj 57 %), **nesposobnost prenehanja pitja** (40 % moških, 100 % žensk; skupaj 57 %), **dejanja, ki bi jih kasneje obžalovali** (40 % moških, 50 % žensk; skupaj 42 %), **maček** (40 % moških, 25 % žensk; skupaj 35 %), **družabnost** (20 % moških, 50 % žensk; skupaj 28 %), **težave s policijo**

(30 % moških, 25 % žensk; skupaj 28 %), **občutek sreče** (10 % moških, 25 % žensk; skupaj 14 %), **zabava** (10 % moških, 0 % žensk; skupaj 7 %).

15.

Težave, ki so jih doslej že imeli zaradi uživanja alkohola, pa so pri osnovnošolcih v letu 2008 naslednje: **prepiri** (19 %, leta 2004 je bilo to na tretjem mestu s 14 %), **težave s starši** (18 %, leta 2004 je bil ta razlog na prvem mestu z 19 %), na tretjem mestu pa sta **poškodovanje obleke, izguba denarja** (11 %, leta 2004 je bilo to na drugem mestu s 14 %) ter **prerivanje, pretep** (11 %, leta 2004 je bilo to na četrtem mestu z 8 %). Delež učencev, ki ni imel **nobnih težav**, je v primerjavi z letom 2004 precej manjši (letos 21 %, leta 2004 40 %). **Gre za 19 % upad**. Tudi ta podatek posredno priča o naraščanju uživanja alkoholnih pijač med mladimi.

Dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož kot težave, ki so jih imeli zaradi uživanja alkohola, navajajo predvsem **poškodovanje obleke, izgubo denarja** (25 % fantov, 45 % deklet; skupaj 37 % - tudi v letu 2004 je bila ta težava na prvem mestu s 40 %), **prepire** (29 % fantov in 25 % deklet; skupaj 27 % - v letu 2004 to ni bila tako pomembna težava kot letos; tak odgovor je podalo 17 % fantov in 11 % deklet; skupaj 13 % - **prišlo je torej do 14 % povečanja, in sicer pri fantih do 12 % povečanja, pri dekletih pa do 14 % povečanja**) ter **težave s starši** (18 % fantov, 22 % deklet; skupaj 20 %). V letu 2004 je o težavah s starši poročalo 28 % dijakov, in sicer 45 % fantov in 17 % deklet. **V letu 2008 je torej prišlo do zmanjšanja težav s starši za 8 %, to zmanjšanje pa je izrazito pri fantih (27 %)**, medtem ko je pri dekletih opazno 5 % povečanje. Odgovor, da **ni imelo nobnih težav**, je posredovalo 14 % dijakov (gre za 18 % fantov in 11 % deklet), kar je bistveno manj kot leta 2004 (33 % dijakov, od tega 4 % fantov in 57 % deklet). **Gre za 19 % upad, pri čemer je ta zelo visok pri dekletih (46 %), medtem ko je prišlo pri fantih do 14 % porasta**.

Dijaki četrtega letnika Gimnazije Ormož pa so imeli zaradi uživanja alkohola naslednje težave: **poškodovanje obleke, izguba denarja** (52 % fantov, 63 % deklet; skupaj 59 % - v letu 2004 prav tako na prvem mestu s 55 %; in sicer 60 % fantov in 51 % deklet), **prepire** (42 % fantov in 23 % deklet; skupaj 30 % - v letu 2004 na tretjem mestu s 17 % (15 % fantov in 19 % deklet) - **prišlo je torej do večjega deleža preprirov, ki je narasel za 13 % - pri fantih za 27 %, pri dekletih za 4 %**), **težave s starši** (31 % fantov in 20 % deklet; skupaj 24 % - v letu 2004 na drugem mestu z 21 % - o tem je takrat poročalo 35 % fantov in 12 % deklet), **nesrečo ali telesno poškodbo** (21 % fantov, 20 % deklet; skupaj 20 % - v letu 2004 na šestem mestu z 11 % - tako se je opredelilo 10 % fantov in 12 % deklet) ter **prerivanje ali pretep** (26 % fantov, 6 % deklet; skupaj 14 % - v letu 2004 na petem mestu s 16 %, k čemer so prispevali fantje 35 %, dekleta pa 3 %). V letu 2004 je bil kot posledica dokaj visoko uvrščen tudi **neuspeh oz. slaba ocena v šoli**, in sicer na tretjem mestu z 19 %. Letos je ta na šestem mestu z 10 %. O tem, da **ni imelo nobnih težav**, je poročalo 6 % dijakov, kar je manj kot leta 2004 (15 %) - gre za 9 % upad.

Zdravljenci, ki se zdravijo na Odseku za zdravljenje odvisnosti v Javnem zavodu Psihiatrična bolnišnica Ormož, menijo, da so imeli zaradi uživanja alkohola naslednje težave: **prepire** (50 % moških, 100 % žensk; skupaj 64 %), **nesrečo ali telesno poškodbo** (60 % moških, 0 % žensk; skupaj 42 %), **težave s starši** (20 %

moških, 100 % žensk; skupaj 42 %), **poškodovanje obleke, izgubo denarja** (30 % moških, 25 % žensk; skupaj 28 %) **neuspeh v šoli** (20 % moških, 0 % žensk; skupaj 14 %), **neželene spolne odnose** (20 % moških, 0 % žensk; skupaj 14 %).

16.

Stanje vinjenosti ocenjujejo osnovnošolci pri sebi po naslednjih znakih in v skoraj istem vrstnem redu kot leta 2004: **nezanesljivost pri hoji** (40 %, leta 2004 30 %), **omotičnost** (31 %, leta 2004 27 %), **psihična drugačnost** (30 %, leta 2004 je bil ta odgovor na četrtem mestu z 20 %), **zaticanje pri govoru** (29 %, leta 2004 je bil ta odgovor na tretjem mestu z 21 %), **naslednji dan ne vem, kaj sem počel** (22 %, leta 2004 18 %).

Odgovori dijakov drugega letnika Gimnazije Ormož se razlikujejo od odgovorov osnovnošolcev, s tem pa tudi od odgovorov, ki so jih dali leta 2004, saj so se takrat njihovi odgovori ujemali z odgovori osnovnošolcev. Sedaj dijaki pravijo, da se imajo za vinjenega takrat, ko se jim **zatika pri govoru** (44 % fantov in 48 % deklet; skupaj 46 % - leta 2004 se je tako opredelilo 32 % anketiranih), kadar so **nezanesljivi pri hoji** (37 % fantov in 45 % deklet; skupaj 41 % - leta 2004 je ta odgovor podalo skupaj 45 % dijakov), kadar so **omotični** (33 % fantov in 48 % deklet; skupaj 41 % - leta 2004 40 %) ter kadar **izgubijo spomin za čas pijanosti** (22 % fantov in 37 % deklet; skupaj 30 % - leta 2004 38 %). Peti pomembnejši razlog je **psihična drugačnost** (29 % fantov in 28 % deklet; skupaj 29 % - leta 2004 44 %).

Dijaki četrtega letnika Gimnazije Ormož pa prepoznajo vinjenost pri sebi po naslednjih znakih: **zaticanje pri govoru** (47 % fantov in 63 % deklet; skupaj 57 % - v letu 2004 prav tako na prvem mestu s skupaj 60 %), **omotičnost** (63 % fantov in 53 % deklet; skupaj 57 % - leta 2004 na petem mestu s 27 %), **psihična drugačnost** (52 % fantov in 40 % deklet; skupaj 44 % - leta 2004 prav tako na tretjem mestu s 43 %), **nezanesljivost pri hoji** (47 % fantov in 40 % deklet; skupaj 42 % - leta 2004 prav tako na četrtem mestu s 37 %) ter po **izgubi spomina za čas pijanosti** (47 % fantov in 20 % deklet; skupaj 30 % - leta 2004 na drugem mestu s 45 %).

Odvisniki se imajo za vinjenega, kadar se jim **zatika pri govoru** (50 % moških in 100 % žensk; skupaj 64 %), so **omotični** (50 % moških, 75 % žensk; skupaj 57 %), so **psihično drugačni** (50 % moških, 75 % žensk; skupaj 57 %), so **zaspani** (40 % moških, 50 % žensk; skupaj 42 %), kadar **naslednji dan ne vedo, kaj so počeli** (40 % moških, 25 % žensk; skupaj 35 %), kadar so **nezanesljivi pri hoji** (20 % moških, 25 % žensk; skupaj 21 %), kadar so **bojeviti, prepirljivi** (10 % moških, 0 % žensk; skupaj 14 %).

17.

Razlogi, ki so po njihovem pomembni za to, da nekdo ne uživa alkohola, so za osnovnošolce naslednji: **škoduje zdravju** (70 %, tudi v letu 2004 je bilo to na prvem mestu z 79 %), **nesreče** (61 %, leta 2004 je bilo to na tretjem mestu z 62 %), **izguba nadzora nad dejanji** (59 %, leta 2004 je bilo to na drugem mestu z 62 %), **zasvojenost** (48 %, leta 2004 tega odgovora ni bilo med prvimi šestimi odgovori, zanj pa se je opredelilo 42 % anketiranih), **smrt** (46 %, leta 2004 je bilo to na petem mestu z 49 %), **nasilnost** (46 %, leta 2004 je bilo to na šestem mestu s 46 %).

Dijaki drugega letnika gimnazije so v svojih odgovorih nekoliko drugačni od osnovnošolcev. Glavni razlogi za to, da nekdo ne uživa alkohola, so po njihovem naslednji: **nesreče** (74 % fantov in 62 % deklet; skupaj 67 % - leta 2004 na tretjem mestu s 57 % - **gre za porast pogostosti tega odgovora za 10 %**), **izguba nadzora nad svojimi dejanji** (51 % fantov, 74 % deklet; skupaj 64 % - leta 2004 na prvem mestu z 62 %), **škoduje zdravju** (55 % fantov, 65 % deklet; skupaj 61 % - leta 2004 na četrtem mestu s 55 %), **smrt** (51 % fantov in 57 % deklet; skupaj 54 % - leta 2004 ta odgovor ni bil med prvimi petimi najbolj pogostimi odgovori - dosegel je 37 % - **gre za povečanje za 17 %**), **za pijačo se porabi precej denarja** (51 % fantov, 54 % deklet; skupaj 53 % - leta 2004 na drugem mestu z 59 %).

Za dijake četrtega letnika Gimnazije Ormož so razlogi, ki so pomembni za to, da nekdo ne uživa alkohola, naslednji: pitje alkohola **škoduje zdravju** (68 % fantov, 70 % deklet; skupaj 69 % - tudi leta 2004 na prvem mestu s skupno 58 % - **gre za povečanje pogostosti tega odgovora za 11 %**), **za pijačo se porabi precej denarja** (84 % fantov, 50 % deklet; skupaj 63 % - tudi leta 2004 prav tako na prvem mestu s skupaj 58 %), **izguba nadzora nad svojimi dejanji** (68 % fantov, 60 % deklet; skupaj 63 % - leta 2004 na četrtem mestu s 55 %), **nasilnost** (68 % fantov, 46 % deklet, skupaj 55 % - leta 2004 na sedmem mestu z 39 % - **gre za povečanje za 16 %**), **bruhanje, maček** (52 % fantov, 53 % deklet; skupaj 53 % - leta 2004 skupaj s trditvama »škoduje zdravju« in »poraba denarja« na prvem mestu z 58 %), **nesreče** (52 % fantov, 50 % deklet; skupaj 51 % - leta 2004 na petem mestu s 52 %).

Za zdravljene odvisnike so razlogi, ki so pomembni za to, da nekdo ne uživa alkohola, tile: pitje alkohola **škoduje zdravju** (90 % moških in 100 % žensk; skupaj 92 %), **pitje povzroča nesreče** (70 % moških in 100 % žensk; skupaj 78 %), **pitje povzroči smrt** (70 % moških, 100 % žensk; skupaj 78 %), **alkohol pomeni zlo v družini** (60 % moških in 100 % žensk; skupaj 71 %), **pitje alkohola je razvada** (60 % moških in 50 % žensk; skupaj 57 %), alkohol je povezan z **izgubo nadzora nad svojimi dejanji** (50 % moških in 75 % žensk; skupaj 57 %).

18.

V zvezi z alkoholom je po mnenju osnovnošolcev zlasti nevarno naslednje: prometne nesreče (25%, tudi v letu 2004 je bilo to na prvem mestu s 30%), **odvisnost** (13%, leta 2004 je bilo to na petem mestu s 7%), **smrt** (12%, leta 2004 je bilo to na četrtem mestu s 7%), **škoduje zdravju** (9%, leta 2004 je bilo to na tretjem mestu z 10%),

Dijaki drugega letnika pa ocenjujejo, da je **v zvezi z alkoholom nevarno zlasti naslednje: prometne nesreče** (7 % fantov in 31 % deklet; skupaj 20 % - leta 2004 prav tako na prvem mestu z 22 %), **zdravstvene posledice** (14 % fantov in 10 % deklet; skupaj 12 % - **v letu 2004 teh posledic niso navajali, torej gre za porast za 12 %**) ter **smrt** (0% fantov in 11 % deklet; skupaj 6 % - leta 2004 na drugem mestu z 10 %).

Četrtošolci ormoške gimnazije povezujejo uživanje alkohola z naslednjimi nevarnostmi: z **nesrečami, nasiljem, odvisnostjo, črpanjem želodca, jetrno cirozo, smrtjo** (podatkov za fante glede na pogostost njihovega odgovora ni).

Odvisniki povezujejo pitje alkohola zlasti z naslednjimi nevarnostmi: **nesrečami, vožnjo z avtomobilom, okvaro zdravja, razpadom družine, občutki osamljenosti, odvisnostjo.**

19.

V letu 2008 smo zastavili tudi dve vprašanji v zvezi z uporabo zdravil. Vprašanji sta se nanašali na to, **ali jemljejo zdravila in kje jih dobijo.**

Osnovnošolci jih **redno** jemljejo v 5%, **občasno** v 45% in **nikoli** v 44%. Zdravila dobijo **od zdravnika** (65%), **kupijo v lekarni** (25%), **doma** (11%), nekateri pa **od vrstnikov in na črnem trgu** (skupaj 3%).

Dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož jemljejo zdravila **redno** v 4 % (fantje 0 %, dekleta 8 %), **občasno** v 67 % (fantje 48 %, dekleta 82 %) in **nikoli** v 27 % (fantje 51 %, dekleta 8 %). Zdravila dobijo **od zdravnika** v 70 % (fantje 55 %, dekleta 82 %), **kupijo v lekarni** v 33 % (fantje 33 %, dekleta 34 %), **doma** v 11 % (fantje 7 %, dekleta 14 %), **od vrstnikov in na črnem trgu** v 6 % (fantje 10 %, dekleta 2 %).

Dijaki četrtega letnika Gimnazije Ormož jemljejo zdravila **redno** v 18 % (fantje 10 %, dekleta 23 %), **občasno** v 42 % (fantje 26 %, dekleta 53 %), **nikoli** pa v 38 % (fantje 63 %, dekleta 23 %). Zdravila dobijo **od zdravnika** v 71 % (fantje 52 %, dekleta 83 %), **kupijo v lekarni** v 22 % (fantje 31 %, dekleta 16 %), **doma** v 10 % (fantje 10 %, dekleta 10 %), **od vrstnikov in na črnem trgu** v 4 % (fantje 5 %, dekleta 3 %).

Odvisniki jemljejo zdravila v glavnem **občasno** (71 %, od tega 80 % moških in 50 % žensk), nekaj pa tudi **redno** (28 %, od tega 20 % moških in 50 % žensk). Zdravila jim predpiše **zdravnik** (100 % obeh spolov), nekaj pa jih kupi zdravila tudi **v lekarni** (moški 0 %, ženske 25 %; skupaj 7 %).

20.

Osnovnošolci so slišali v glavnem že za vse droge, pri čemer pa je obseg poznavanja le-teh v letu 2008 manjši kot je bil leta 2004: največkrat omenjajo **heroin** (92%, leta 2004 je bilo to na tretjem mestu z 92%), potem **marihuano, hašiš** (85%, leta 2004 je bilo to na prvem mestu s 95% - **gre torej za upad za 10 %**), **kokain** (84%, leta 2004 je bilo to na drugem mestu s 95% - **gre za upad za 11 %**), **ekstazi** (73%, leta 2004 je bil na tretjem mestu z 92% - **gre za upad za 19 %**), **krek** (37%, leta 2004 je bil prav tako na petem mestu s 44%).

Dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož so podali naslednje odgovore: za **heroin** so slišali vsi (100 % - leta 2004 96 %), za **kokain** 95 % (92 % fantov in 97 % deklet - leta 2004 100 %), za **marihuano ali hašiš** 91 % (85 % fantov in 97 % deklet - leta 2004 100 %), za **ekstazi** 90 % (85 % fantov in 94 % deklet - leta 2004 98 %), za **krek** 74 % (74 % fantov in 74 % deklet - leta 2004 83 %), za **speed** 74 % (66 % fantov in 80 % deklet - leta 2004 66 %). Tudi pri dijakih drugega letnika je podobno kot pri onovnošolcih izražen trend zmanjševanja seznanjenosti z drogami v primerjavi z letom 2004.

Dijaki četrtega letnika Gimnazije Ormož so se glede poznavanja drog opredelili takole: **marihuano oz. hašiš** pozna 95 % četrtošolcev (100 % fantov in 93 % deklet - leta 2004 na prvem mestu s 100 %), **heroin** prav tako 95 % (100 % fantov in

93 % deklet – leta 2004 na drugem mestu s 96 %), **kokain** 93 % dijakov (100 % fantov in 90 % deklet – leta 2004 na drugem mestu s 96 %), **ekstazi** pa 87 % (94 % fantov in 83 % deklet – leta 2004 prav tako na četrtem mestu s 83 %). Sledita **speed** s 83 % (fantje 94 %, dekleta 76 % - leta 2004 na sedmem mestu z 72 % - **porast za 11 %**) in **krek** s 73 % (fantje 100 %, dekleta 56 % - leta 2004 na šestem mestu s 74 %). Tudi **LSD** poznajo v 73 % (78 % fantov in 70 % deklet – leta 2004 na petem mestu s 84 % - **upad za 11 %**). Pri četrtošolcih je nakazan porast seznanjenosti z ekstazijem in speedom, pri ostalih drogah pa gre za upad v primerjavi z letom 2004.

Zdravljenci z odseka za zdravljenje bolezni odvisnosti v Javnem zavodu Psihiatrična bolnišnica Ormož od prepovedanih drog poznajo **marihuano oz. hašiš** v 85 % (80 % moških in 100 % žensk), **heroin** v 78 % (70 % moških in 100 % žensk), **ekstazi** v 78 % (80 % moških in 75 % žensk), **kokain** v 71 % (60 % moških in 100 % žensk), **metadon** v 64 % (60 % moških in 75 % žensk), **LSD** v 28 % (20 % moških in 50 % žensk).

21.

Dostopnost do psihoaktivnih snovi ocenjujejo osnovnošolci takole: najlažje se jim zdijo dostopne **energetske pijače** (82% - v letu 2004 te možnosti ni bilo v anketi), potem **alkohol** (68% - v letu 2004 je bil po dostopnosti alkohol na prvem mestu z 91% - **gre za upad za 23 %**), nato **cigarete** (56% - v letu 2004 so bile na drugem mestu z 81% - **gre za upad za 25 %**), nato **lepilo in hlapne snovi** (41% - v letu 2004 na tretjem mestu z 61% - **gre za upad za 20 %**), **marihuana** (14% - v letu 2004 na četrtem mestu s 13%), **kokain** (9% - o kokainu v letu 2004 nismo spraševali), **heroin** (8% - v letu 2004 na petem mestu z 8%), **speed, ekstazi** (6% - v letu 2004 prav tako na petem mestu z 8%).

Dostopnost do psihoaktivnih snovi je za drugošolce Gimnazije Ormož naslednja: najlažje so jim dostopne **cigarete** (100 % fantov in 94 % deklet; skupaj 96 % – leta 2004 prav tako na prvem mestu s 94 %), sledijo **alkoholne pijače** (81 % fantov in 91 % deklet; skupaj 87 % – leta 2004 prav tako na drugem mestu z 91 %), sledijo **energetski napitki** (62 % fantov in 82 % deklet; skupaj 74 % – v letu 2004 te možnosti anketa ni zajela), nato **lepila in hlapila** (70 % fantov in 62 % deklet; skupaj 66 % – v letu 2004 na tretjem mestu s 84 % - **gre za upad za 18 %**) ter **marihuana** (40 % fantov in 48 % deklet; skupaj 45 % – v letu 2004 na četrtem mestu z 71 % - **gre za upad za 26 %**). **Speed ali ekstazi** so jim dostopni v 19 % (18 % fantov in 20 % deklet – v letu 2004 skupaj 25 %), **kokain** v 16 % (22 % fantov in 2 % deklet – leta 2004 anketa te možnosti ni zajela), **heroin** pa v 9 % (14 % fantov in 5 % deklet – v letu 2004 3 %).

Tudi za četrtošolce ormoške gimnazije so najlažje dostopne **cigarete** (100 % fantov in 90 % deklet; skupaj 93 % - leta 2004 prav tako na prvem mestu s 100 %), sledijo **alkoholne pijače** (89 % fantov in 93 % deklet; skupaj 91 % - leta 2004 prav tako na drugem mestu z 98 %), na tretjem mestu pa so **energetski napitki** (89 % fantov in 86 % deklet; skupaj 87 % - leta 2004 te možnosti ni bilo). Sledijo **lepila in hlapila** (fantje 84 %, dekleta 73 %; skupaj 77 % - leta 2004 na tretjem mestu z 68 %), **marihuana** (fantje 63 %, dekleta 76 %; skupaj 71 % - leta 2004 prav tako na tretjem mestu z 68 %), **speed ali ekstazi** (fantje 31 %, dekleta 26 %; skupaj 28 % - leta 2004 na petem mestu s 13 % - **porast za 15 %**), **heroin** (fantje 26 %, dekleta 26 %; skupaj tudi

26 % - leta 2004 na šestem mestu z 2 % - **porast za 24 %**) ter **kokain** (fantje 26 %, dekleta 16 %; skupaj 20 % - leta 2004 ni bil zajet v anketi).

Zdravljeni odvisniki, ki so na zdravljenju v Javnem zavodu Psihiatrična bolnišnica Ormož, menijo, da so najbolj dostopne **cigarete** (70 % moških in 100 % žensk; skupaj 78 %) ter **alkohol** (80 % moških in 75 % žensk; skupaj 78 %), na tretjem mestu so **energetski napitki** (50 % moških in 100 % žensk; skupaj 64 %), sledijo **lepilo in hlapne snovi** (60 % moških in 25 % žensk; skupaj 50 %), nato **speed ali ekstazi** (20 % moških, 0 % žensk; skupaj 14 %), **heroin** (20 % moških, 0 % žensk; skupaj 14 %) ter **marihuana** (10 % moških, 25 % žensk; skupaj 14 %).

22.

Cigarete poskušajo osnovnošolci predvsem iz radovednosti (54 % - v letu 2004 je bil ta razlog prav tako na prvem mestu s 70 % - **upad za 16 %**) in **zabave** (30 % - v letu 2004 je bil ta razlog prav tako na drugem mestu z 31 %). Na tretjem mestu pa je **žalost oz. problemi** (7 % - v letu 2004 je bil ta razlog prav tako na tretjem mestu s 5 %). **Cigaret ne bi poskusilo** 11 % osmošolcev (v letu 2004 pa 12 %).

Podobni so odgovori pri drugošolcih iz Gimnazije Ormož: **cigarete** bi jih **iz radovednosti** poskusilo 59 % (37 % fantov in 77 % deklet - v letu 2004 skupaj 67 %) zaradi **zabave** pa 32 % (29 % fantov in 34 % deklet - v letu 2004 skupaj 27 %). Zaradi **potrebe** bi **cigarete** poskusilo 11 % dijakov (11 % fantov in 11 % deklet - leta 2004 6 %). 11 % dijakov bi **cigarete** poskusilo tudi zaradi **omame** (14 % fantov in 8 % deklet - leta 2004 2 %).

Četrtošolci ormoške gimnazije bi **cigarete** poskusili predvsem iz **radovednosti** (fantje 68 %, dekleta 66 %; skupaj 67 % - leta 2004 78 % - **gre za upad za 11 %**), veliko manj pa zaradi **zabave** (15 % fantov, 50 % deklet; skupaj 36 % - leta 2004 19 % - **gre za porast za 17 %**). Zaradi **potrebe** bi **cigaret**o pokadilo 14 % četrtošolcev (5 % fantov in 20 % deklet - leta 2004 8 %). 8 % dijakov bi **cigarete** poskusilo zaradi **omame** (15 % fantov in 3 % deklet - leta 2004 se za ta odgovor ni odločil nihče).

Zdravljeni odvisniki so **cigarete** poskusili predvsem iz **radovednosti** (70 % moških, 100 % žensk; skupaj 78 %), precej manj pa zaradi **zabave** (30 % moških in 25 % žensk; skupaj 28 %). **Cigarete** so poskusili tudi zaradi **omame** (10 % moških in 25 % žensk; skupaj 14 %) ter **potrebe** (0 % moških in 50 % žensk; skupaj 14 %).

23.

Če bi jim bila katera snov ponujena, potem bi osnovnošolci v največjem številu poskusili alkohol (51% - v letu 2004 prav tako na prvem mestu s 55%) in **energetske pijače** (prav tako 51% - leta 2004 o tem nismo spraševali), **cigarete** (22% - leta 2004 prav tako na drugem mestu z 32% - **gre za upad za 10 %**) ter **marihuano** (7% - leta 2004 prav tako na tretjem mestu s 5%). Na četrtem mestu je **kokain** s 5% (leta 2004 ga ni bilo navedenega med možnimi odgovori). **Lepilo oz. hlapljive snovi** bi poskusilo 4% osmošolcev (leta 2004 prav tako 4%), **speed ali ekstazi** 4% (leta 2004 3%), **heroin** pa tudi v 4% (leta 2004 1%).

Dijaki drugega letnika gimnazije bi **alkohol** poskusili v 53 % (48 % fantov in 57 % deklet - leta 2004 v 79 % - **gre za upad za 26 %**), **cigarete** v 40 % (29 % fantov in

48 % deklet - leta 2004 v 45 %) ter **energetske pijače** v 37 % (25 % fantov in 45 % deklet - leta 2004 niso bile zajete v anketi). **Marihuano** bi poskusili v 17 % (22 % fantov in 14 % deklet - leta 2004 v 33 % - **gre za upad za 16 %**), **speed ali ekstazi** v 9 % (7 % fantov in 11 % deklet - leta 2004 v 10 %), **heroin** v 8 % (18 fantov in 0 % deklet - leta 2004 v 11 %), **lepilo in hlapne snovi** v 6 % (7 % fantov in 5 % deklet - leta 2004 v 10 %) ter **kokain** v 3 % (3 % fantov in 2 % deklet - leta 2004 ni bil zajet v anketi).

Četrtošolci bi, če bi jim bilo ponujeno, poskusili **alkohol** (fantje 63 %, dekleta 46 %; skupaj 53 % - leta 2004 prav tako na prvem mestu z 62 %), **energetsko pijačo** (fantje 42 %, dekleta 56 %; skupaj 51 % - leta 2004 te pijače niso bile zajete v anketi), **cigarete** (fantje 47 %, dekleta 43 %; skupaj 44 % - leta 2004 na drugem mestu z 51 %), **marihuano** (fantje 36 %, dekleta 20 %; skupaj 26 % - leta 2004 na tretjem mestu z 41 % - **gre za upad za 15 %**), **lepilo in hlapne snovi** (fantje 21 %, dekleta 13 %; skupaj 16 % - leta 2004 na zadnjem mestu z 0 % - **gre za porast za 16 %**), **speed ali ekstazi** (fantje 21 %, dekleta 3 %; skupaj 10 % - leta 2004 na zadnjem mestu z 0 % - **gre za porast za 10 %**), **heroin** (fantje 15 %, dekleta 0 %; skupaj 6 % - leta 2004 na četrtem mestu s 4 %), **kokain** (fantje 26 %, dekleta 0 %; skupaj 2 % - kokain leta 2004 ni bil zajet v anketi).

V primerjavi z mladostniki bi zdravljeni odvisniki (ki so večinoma odvisni le od alkohola in tobaka) poskusili bistveno manj možnih ponujenih snovi. Poskusili bi **alkohol** (30 % moških in 75 % žensk; skupaj 42 %), **cigarete** (30 % moških in 75 % žensk; skupaj 42 %), **energetsko pijačo** (10 % moških in 50 % žensk; skupaj 21 %), **speed ali ekstazi** (0 % moških in 25 % žensk; skupaj 7 %) ter **heroin** (0 % moških in 25 % žensk; skupaj 7 %).

24.

Nedovoljena mamila bi (ali so) osnovnošolci poskusili iz enakih razlogov kot alkohol in cigarete: **radovednost** (33% - leta 2004 je bil ta razlog prav tako na prvem mestu z 41%), **zabava** (18% - leta 2004 je bil ta razlog prav tako na drugem mestu z 21%). Na tretjem mestu navajajo osnovnošolci kot razlog žalost oz. probleme (10% - leta 2004 9 %). **Prepovedanih drog ne bi poskusilo 27% osnovnošolcev** (leta 2004 je ta delež znašal 43% - **gre za zmanjšanje za 16 %**). Delež otrok, ki izjavljajo, da ne bi poskusili nedovoljenih drog, je precej manjši kot leta 2004, kar posredno priča o porastu uživanja le-teh med mladimi že v osnovni šoli.

Podoben trend je nakazan pri dijakih drugega letnika. **Nedovoljena mamila bi (ali so) tudi dijaki drugega letnika** poskusili iz enakih razlogov kot alkohol in cigarete: **radovednost** (40 % fantov in 51 % deklet; skupaj 46 % - v letu 2004 skupaj 64 % - **gre za upad za 18 %**), **zabava** (14 % fantov in 25 % deklet; skupaj 20 % - v letu 2004 skupaj 28 %). Droge bi poskusilo zaradi **potrebe** 11 % dijakov (22 % fantov in 2 % deklet - v letu 2004 je ta odgovor podalo 4 % dijakov).

Tudi dijaki četrtega letnika **bi (ali so) nedovoljena mamila poskusili** predvsem zaradi **radovednosti** (fantje 47 %, dekleta 60 %; skupaj 55 % - tudi leta 2004 na prvem mestu z 68 %) in **zabave** (fantje 15 %, dekleta 36 %; skupaj 28 % - tudi leta 2004 na drugem mestu s 35 %). Veliko manj pa bi jih te snovi poskusilo zaradi **omame** (fantje 21 %, dekleta 6 %; skupaj 12 % - leta 2004 na četrtem mestu s 6 %), **žalosti in problemov** (fantje 21 %, dekleta 3 %; skupaj 10 % - leta 2004 na tretjem

mestu z 8 %), **potrebe** (10 % fantov in 6 % deklet; skupaj 8 % - leta 2004 na petem mestu s 4 %) ali zato, **da se pokažejo** (15 % fantov in 0 % deklet; skupaj 6 % - leta 2004 na zadnjem, šestem mestu z 0 %).

Odvisniki na zdravljenju v Javnem zavodu Psihiatrična bolnišnica Ormož bi poskusili nedovoljene droge iz **radovednosti** (40 % moških, 75 % žensk; skupaj 50 %), zaradi **žalosti in problemov** (10 % moških, 25 % žensk; skupaj 14 %), **omame** (0 % moških, 50 % žensk; skupaj 14 %), **potrebe** (10 % moških, 25 % žensk; skupaj 14 %). Zaradi **zabave** bi jih poskusilo 7 % (10 % moških in 0 % žensk).

25.

Kajenje marihuane doživljajo osnovnošolci kot bolj nevarno od uživanja alkohola. Tak odgovor je posredovalo 61% otrok (leta 2004 pa 65%). Da je oboje enako nevarno, meni 29% osnovnošolcev (leta 2004 27%). Da je alkohol bolj nevaren od marihuane, meni 3% otrok (leta 2004 7%).

Tudi dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož doživljajo **kajenje marihuane kot bolj nevarno od uživanja alkohola.** Tak odgovor je dalo 56 % dijakov (55 % fantov in 57 % deklet - leta 2004 skupno 50 %). Da je oboje enako nevarno, meni 25 % dijakov (22 % fantov in 28 % deklet - leta 2004 skupno 25 %). Alkohol pa je po njihovem bolj nevaren v 19 % (tak odgovor je dalo 25 % fantov in 14 % deklet - leta 2004 skupno 23 %).

Dijaki četrtega letnika Gimnazije Ormož menijo, da je **uživanje marihuane enako nevarno kot pitje alkohola.** Tak odgovor je dalo 40 % dijakov (42 % fantov in 40 % deklet - leta 2004 skupaj 27 % - **gre za porast za 13 %**). Da je kajenje bolj nevarno od uživanja alkohola meni 36 % dijakov (42 % fantov in 33 % deklet - leta 2004 skupaj 35 %). Da je alkohol bolj nevaren od kajenja marihuane, meni 18 % dijakov (15 % fantov in 20 % deklet - leta 2004 skupaj 37 % - **gre za upad za 19 %**).

Tudi zdravljeni odvisniki menijo, da je **uživanje marihuane enako nevarno kot pitje alkohola.** Tako je odgovorilo 78 % anketiranih (90 % moških in 50 % žensk). Da je pitje alkohola bolj nevarno, je odgovorilo 7 % zdravljencev (0 % moških in 25 % žensk), 7 % pa jih meni, da je bolj nevarno kajenje marihuane (0 % moških in 25 % žensk).

26.

V letošnjem letu smo dodali tudi **primerjavo med tobakom in marihuano.**

Za osnovnošolce je kajenje marihuane bolj nevarno od uživanja tobaka (tak odgovor je posredovalo 53 % osnovnošolcev). Da je oboje enako nevarno, jih meni 35%, da pa je tobak nevarnejši od marihuane, jih meni 6%.

Tudi za dijake drugega letnika Gimnazije Ormož je **kajenje marihuane bolj nevarno od kajenja tobaka.** Tak odgovor je dalo 56 % dijakov (48 % fantov in 62 % deklet). Da je oboje enako nevarno, meni 27 % dijakov (29 % fantov in 25 % deklet). Da je tobak nevarnejši od marihuane, jih meni 24 % (40 % fantov in 11 % deklet).

Za dijake četrtega letnika Gimnazije Ormož je **kajenje marihuane bolj nevarno od kajenja tobaka.** Tak odgovor je dalo 48 % dijakov (36 % fantov in 56 %

deklet). Da je oboje enako nevarno, meni 34 % dijakov (36 % fantov in 33 % deklet). Da je tobak nevarnejši od marihuane, jih meni 10 % (15 % fantov in 6 % deklet).

Za zdravljenje v Javnem zavodu Psihiatrična bolnišnica Ormož je **kajenje marihuane bolj nevarno od kajenja tobaka**. Tako je odgovorilo 64 % anketiranih (60 % moških in 75 % žensk). Da je oboje enako nevarno, jih meni 21 % (20 % moških in 25 % žensk). Za nikogar ni kajenje tobaka bolj nevarno od uživanja marihuane.

27.

Večina osnovnošolcev heroina ni poskusila. Tak odgovor je dalo 94 % osnovnošolcev (leta 2004 pa 99 %). Na drugi strani je heroin **poskusil** 1 % učencev (leta 2004 tudi 1%). Odgovori posredno kažejo na povečano uživanje heroina med osnovnošolsko populacijo v primerjavi z letom 2004.

Tudi večina dijakov drugega letnika gimnazije **ni poskusila heroina**. Tak odgovor je dalo 88 % fantov in 100 % deklet, skupaj 95 % (leta 2004 skupaj 98 %). Fantje, ki so heroin poskusili (dekleta ga namreč niso poskusila), so vsi izjavili, da so ga poskusili **enkrat** (7 %; v skupnem vzorcu predstavlja to 3 %). Leta 2004 odgovora, da bi kdo poskusil heroin enkrat, ni bilo, bil pa je en odgovor o večkratnem zaužitju heroina, kar je predstavljalo 2 % tedanjega vzorca.

Dijaki četrtega letnika Gimnazije Ormož heroina v glavnem **niso poskusili**. Tak odgovor je dalo 91 % dijakov (84 % fantov in 96 % deklet – leta 2004 100 %). **Enkrat** je heroin poskusilo 2 % dijakov (noben fant in 3 % deklet), **večkrat** pa prav tako 2 % dijakov (5 % fantov in nobeno dekle). Leta 2004 ni nihče poskusil heroina enkrat ali večkrat. Letošnji odgovori torej kažejo na povečano uživanje heroina med gimnazijci.

Od zdravljenih odvisnikov nihče **ni poskusil heroina**.

28.

Večina osnovnošolcev ni poskusila ekstazija. Tak odgovor je dalo 93 % učencev (leta 2004 pa 98 %).

Na drugi strani pa je ekstazi poskusilo 2 % učencev (leta 2004 prav tako 2 %). Tudi ti odgovori nakazujejo povečano uporabo ekstazija med osnovnošolci v primerjavi z letom 2004.

Tudi večina dijakov drugega letnika Gimnazije Ormož **ekstazija ni poskusila**. Tako je odgovorilo 77 % fantov in 97 % deklet; skupaj 88 % (leta 2004 skupaj 93 %). Večina jih je poskusila ekstazi enkrat (11 % fantov in 2 % deklet; skupaj 6 % - leta 2004 5 %), eden od dijakov pa večkrat (3 % fantov in 0 % deklet, to je skupaj 1 % - leta 2004 skupaj 2 %).

Večina dijakov četrtega letnika Gimnazije Ormož **ekstazija ni poskusila**. Tako se je izrazilo 89 % dijakov (78 % fantov in 96 % deklet – leta 2004 skupaj 94 %). Enkrat je ekstazi poskusilo 4 % dijakov (5 % fantov in 3 % deklet – leta 2004 skupaj 2 %), večkrat pa 2 % dijakov (5 % fantov in nobeno dekle – leta 2004 skupaj 4 %).

Nihče od zdravljenih odvisnikov **ni poskusil ekstazija**.

29.

Letos smo povpraševali tudi o izkušnjah z **norimi gobicami**.

V primerjavi s heroinom in ekstazijem dobimo pri **osnovnošolcih** največ izkušenj prav s tovrstnimi sredstvi. Nobenkrat jih ni poskusilo 91 % učencev, na drugi strani pa o izkušnjah z njimi poročajo v 4 %.

Dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož so v 90 % izjavili, da norih gobic še **niso poskusili** (81 % fantov in 97 % deklet). **Enkrat** jih je poskusilo 7 % fantov in 2 % deklet (skupaj 4 %). **Večkrat** jih je poskusil en dijak (3 % oz. v skupnem vzorcu 1 %).

Dijaki četrtega letnika ormoške gimnazije v 91 % **niso poskusili** norih gobic (78 % fantov in 100 % deklet). **Enkrat** jih je poskusilo 2 % dijakov (5 % fantov in nobeno dekle), **večkrat** pa prav tako 2 % (ponovno 5 % fantov in nobeno dekle).

Nihče od zdravljenih odvisnikov **ni poskusil** norih gobic.

30.

Marihuane osnovnošolci v glavnem ne uživajo redno. V **zadnjih 30 dneh** jo je **1 do 2 krat** užilo 0,5 % (v letu 2004 je bilo takih 2 %), **3 do 5 krat** 0,5 % (leta 2004 skupaj 0 %), **več kot 6-krat** pa 2 % osnovnošolcev (leta 2004 je več kot šestkrat ni zaužil nihče). 92 % osnovnošolcev je izjavilo, da v zadnjih 30 dneh marihuane **niso poskusili** (leta 2004 je tako izjavo podalo 98 % osnovnošolcev). Ti podatki govorijo o povečanem uživanju marihuane med osnovnošolci – na eni strani gre za večji delež te populacije (leta 2004 jih 98 % ni poskusilo marihuane, leta 2008 pa 92 %), na drugi strani gre za pogostejše uživanje te substance (leta 2004 jo je v zadnjih 30 dneh 1-2 krat uživalo 2 % populacije in nihče več kot dvakrat, letos pa jo je več kot 6-krat zaužilo 2 % učencev).

Dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož so v letu 2008 v **zadnjih 30 dneh** poskusili marihuano **1 do 2 krat** v 4 % (7 % fantov in 2 % deklet – leta 2004 skupno 18 % - **gre za upad za 14 %**), **3 do 5 krat** v 8 % (14 % fantov in 2 % deklet – leta 2004 skupno 3 %) ter **več kot šestkrat** v 6 % (11 % fantov in 2 % deklet – leta 2004 skupno 5 %). 75 % jih je izjavilo, da v zadnjih 30 dneh **niso kadili marihuane** (55 % fantov in 91 % deklet – leta 2004 skupno 72 %).

Tudi večina dijakov četrtega letnika v **zadnjem mesecu ni uživala marihuane** (78 % fantov, 93 % deklet; skupaj 87 % - v letu 2004 skupno 72 % - **gre za porast za 15 %**). 6 % dijakov jo je uživalo **1 do 2 krat** (10 % fantov in 3 % deklet – v letu 2004 skupno 17 % - **gre za upad za 11 %**). **3 do 5-krat** ni marihuane zaužil nihče. **Več kot šestkrat** jo je zaužilo 10 % fantov in 3 % deklet (skupno 6 % - v letu 2004 skupno 8 %).

Nihče od zdravljenih odvisnikov **ni v zadnjih 30 dneh kadil marihuane**.

31.

Glede **informiranosti o psihoaktivnih snoveh** osnovnošolci menijo, da so o alkoholu dovolj informirani – tako meni 80 % učencev (leta 2004 79 %), o cigaretah manj (76 % - leta 2004 73 %), najmanj pa o nedovoljenih mamilih (59 % - leta 2004 je odgovor o zadostni informiranosti v zvezi z nedovoljenimi drogami podalo 37 % učencev – **gre za porast tega odgovora za 22 %**). Podobno je bilo tudi leta 1999, ko je o premajhni informiranosti glede nedovoljenih drog poročalo 57 % osnovnošolcev.

To pomeni, da se je v zadnjih štirih letih stanje na področju informiranosti o nedovoljenih drogah izboljšalo oz. je na takem nivoju kot leta 1999.

Dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož menijo, da so o alkoholu dovolj informirani (81 % fantov meni tako in 71 % deklet; skupaj 75 % - v letu 2004 skupaj 93 % - **gre za upad za 18 %**), prav tako o cigaretah (81 % fantov in 77 % deklet; skupaj 79 % - v letu 2004 skupaj 95 % - **gre za upad za 16 %**), medtem ko o nedovoljenih mamilih niso tako informirani (da so dovolj informirani je izjavilo 66 % fantov in 74 % deklet; skupaj 70 % - v letu 2004 skupaj 64 %).

Dijaki četrtega letnika Gimnazije Ormož menijo, da so o alkoholu dovolj informirani v 91 % (94 % fantov in 90 % deklet - v letu 2004 skupaj 96 %), prav tako o cigaretah (89 % fantov, 93 % deklet; skupaj 91 % - v letu 2004 skupaj 98 %), medtem ko menijo, da o nedovoljenih mamilih niso tako dobro informirani (odgovor, da so dovolj informirani, je dalo 78 % fantov in 76 % deklet; skupaj 77 % - v letu 2004 skupaj 60 % - **gre za porast za 17 %**).

Glede **informiranosti o psihoaktivnih snoveh** zdravljeni odvisniki menijo, da so o alkoholu dovolj poučeni v 64 % (50 % moških in 100 % žensk). O cigaretah menijo v 42 %, da so o njih dovolj poučeni (30 % moških in 75 % žensk), o nedovoljenih drogah pa v 21 %, da so dovolj informirani (20 % moških in 25 % žensk).

32.

Več kot polovica anketirancev iz osnovnih šol v letu 2004 meni, da **družba nima pretirano odklonilnega odnosa do uživalcev nedovoljenih drog**. Tak odgovor je dalo 57 % učencev (leta 2004 56 %).

Tudi dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož menijo, da družba nima pretirano odklonilnega odnosa do uživalcev nedovoljenih drog. Tak odgovor je dalo 72 % dijakov (leta 2004 62 % - **gre za porast za 10 %**), in sicer: 66 % fantov (leta 2004 41 % fantov) in 77 % deklet (leta 2004 77 % deklet).

Dijaki četrtega letnika Gimnazije Ormož pa menijo, da **ima družba pretirano odklonilen odnos do tistih, ki uživajo nedovoljene droge**. Tako je menilo 57 % dijakov (57 % fantov in 56 % deklet). V letu 2004 je bilo podobno - tako je menilo 55 % dijakov.

Zdravljeni odvisniki na eni strani menijo, da ima družba **pretirano odklonilen odnos do tistih, ki uživajo nedovoljene droge** (tako jih meni 50 % moških in 25 % žensk; skupaj 42 %), na drugi strani pa menijo, da družba nima pretirano odklonilnega odnosa do takih uživalcev (30 % moških, 75 % žensk; skupaj 42 %).

33.

Odgovori na vprašanje, **koliko sošolcev oziroma prijateljev poznajo, ki uživajo nedovoljena mamila**, so pri osnovnošolcih leta 2008 podobni kot v letih 2004 in 1999: odgovor »**nobenega**« je dalo v letu 2008 69% mladih (leta 2004 67% mladih, leta 1999 66%), **enega do dva** v letu 2008 15% (leta 2004 20%, leta 1999 17%), **tri do pet** v letu 2008 4% (leta 2004 5%, leta 1999 4%), **pet do deset** v letu 2008 1% (leta 2004 1%, leta 1999 2%), **več kot deset** v letu 2008 4% (leta 2004 4%, leta 1999 1%).

Odgovori dijakov drugega letnika na isto vprašanje kažejo na zmanjšanje razširjenosti uživanja nedovoljenih drog v višji starosti. Na vprašanje, **koliko sošolcev oziroma prijateljev poznajo, ki uživajo nedovoljena mamila**, so dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož odgovorili takole: odgovor »**nobenega**« je dalo letos 16 % dijakov (18 % fantov in 14 % deklet - v letu 2004 skupaj 11 %), **enega do dva** 37 % dijakov (37 % fantov in 37 % deklet - v letu 2004 skupaj 10 % - **porast za 27 %**), **tri do pet** 20 % dijakov (29 % fantov in 14 % deklet - v letu 2004 skupaj 25 %), **pet do deset** 11 % dijakov (7 % fantov in 14 % deklet - v letu 2004 skupaj 16 %), **več kot deset** pa 14 % dijakov (7 % fantov in 20 % deklet - v letu 2004 skupaj 35 % - **upad za 21 %**).

Na vprašanje, **koliko sošolcev oziroma prijateljev poznajo, ki uživajo nedovoljena mamila**, so dijaki četrtega letnika Gimnazije Ormož odgovorili takole: odgovor »**nobenega**« je dalo 12 % dijakov (15 % fantov in 10 % deklet - v letu 2004 skupaj 4 %), **enega do dva** 30 % dijakov (21 % fantov in 36 % deklet - v letu 2004 skupaj 22 %), **tri do pet** 22 % dijakov (26 % fantov in 20 % deklet - v letu 2004 skupaj 20 %), **pet do deset** 12 % dijakov (15 % fantov in 10 % deklet - v letu 2004 skupaj 25 % - **upad za 13 %**), **več kot deset** pa 22 % dijakov (21 % fantov in 23 % deklet - v letu 2004 skupaj 29 %). Tudi odgovori dijakov četrtega letnika nakazujejo zmanjšanje obsega uživanja nedovoljenih drog med mladostniki.

Zdravljeni odvisniki (predvsem od alkohola in tobaka) poznajo sorazmerno majhen krog ljudi, ki uživajo nedovoljene droge. To, da ne poznajo **nikogar**, je odgovorilo 50 % anketiranih (50 % moških in 50 % žensk). **1 do 2** jih pozna 21 % (10 % moških in 50 % žensk), **od 3 do 5** 7 % (10 % moških, 0 % žensk), **od 5 do 10** 7 % (10 % moških, 0 % žensk) ter **več kot 10** 7 % (10 % moških in 0 % žensk).

34.

Glede tega, **kako preživljajo prosti čas**, so mladi odgovorili takole (rezultati so nekoliko zavajajoči, ker v anketo nismo vnesli možnosti izbire druženja s prijatelji, preživljanja prostega časa pri sorodnikih, poslušanja glasbe): osnovnošolci se največ **udejstvujejo v športu** (71% - leta 2004 je bilo to na drugem mestu s 75%), igrajo **računalniške igrice** (62% - leta 2004 je bilo to na tretjem mestu z 61%), **berejo knjige** (26% - leta 2004 je bilo to na četrtem mestu z 28%), **igrajo instrument** (23% - v letu 2004 je bilo to na petem mestu z 20%), **hodijo ven ali na zabave** (oboje 17% - leta 2004 je bilo to na šestem oz. sedmem mestu s 14% oz. 13%). Zanimivo, da se v letu 2008 niso odločili za gledanje TV, ki je bila v letu 2004 na prvem mestu z 81%, tokrat pa pri tej možnosti ni nobenega odgovora - **gre za 100 % upad**, ki pa po mojem mnenju ne odraža stvarnosti, saj namreč kar 33 % osnovnošolcev preživi pred TV do dve uri dnevno (kar kažejo odgovori v nadaljevanju).

Dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož se podobno kot osnovnošolci največ **udejstvujejo v športu** (fantje 81 %, dekleta 65 %; skupaj 72 % - v letu 2004 na drugem mestu s 67 %), drugo mesto zasedata **gledanje TV** (fantje 66 %, dekleta 74 %; skupaj 70 % - v letu 2004 je bilo to na prvem mestu s 77 %) in izhodi **ven in na zabave** (fantje 62 %, dekleta 77 %; skupaj 70 % - v letu 2004 62 %), pogosto hodijo tudi **v bifeje, gostilne** (fantje 33 %, dekleta 48 %; skupaj 41 % - leta 2004 skupaj 40 %), **berejo knjige** (fantje 22 %, dekleta 51 %; skupaj 38 % - leta 2004 skupaj 37 %) ter igrajo

računalniške igrice (fantje 59 %, dekleta 20 %; skupaj 37 % - v letu 2004 49 % - **gre za upad za 12 %**).

Dijaki četrtega letnika Gimnazije Ormož v prostem času **hodijo zvečer ven** (fantje 68 %, dekleta 83 %; skupaj 77 % - leta 2004 prav tako na prvem mestu s skupaj 82 %), **se udeležujejo v športu** (fantje 84 %, dekleta 53 %; skupaj 65 % - leta 2004 na tretjem mestu s skupaj 62 %), **gledajo televizijo** (fantje 63 %, dekleta 60 %; skupaj 61 % - leta 2004 na drugem mestu s skupaj 76 % - **gre za upad za 15 %**), **pohajkujejo naokrog** (fantje 31 %, dekleta 60 %; skupaj 48 % - leta 2004 na sedmem mestu s skupaj 20 % - **gre za porast za 28 %**), **hodijo v bifeje, gostilne** (fantje 52 %, dekleta 30 %; skupaj 38 % - leta 2004 na četrtem mestu s skupaj 41 %), **berejo knjige** (fantje 26 %, dekleta 36 %; skupaj 32 % - leta 2004 na petem mestu s skupaj 31 %), **igrajo računalniške igrice** (fantje 52 %, dekleta 13 %; skupaj 28 % - leta 2004 na šestem mestu s skupaj 29 %), **igrajo instrument** (fantje 26 %, dekleta 16 %; skupaj 20 % - leta 2004 na osmem mestu s skupaj 13 %), **igrajo na igralnih avtomatih** (fantje 10 %, dekleta 0 %, skupaj 4 % - leta 2004 prav tako na devetem mestu s skupaj 4 %).

Zdravljeni odvisniki v svojem prostem času v glavnem **gledajo TV** (90 % moških, 50 % žensk; skupaj 78 %), nadalje pa se udeležujejo tudi **v športu** (60 % moških, 50 % žensk; skupaj 57 %), **igrajo instrument** (20 % moških, 50 % žensk; skupaj 28 %), **berejo knjige** (10 % moških, 75 % žensk; skupaj 28 %), **zvečer hodijo ven** (20 % moških, 25 % žensk; skupaj 21 %), **igrajo računalniške igrice** (20 % moških, 25 % žensk; skupaj 21 %), **pohajkujejo naokrog** (20 % moških, 0 % žensk; skupaj 14 %), **hodijo v bifeje, gostilne** (20 % moških, 0 % žensk; skupaj 14 %). Na **igralnih avtomatih** ne igra nihče.

35.

Osnovnošolci preživijo pred TV kar precej časa in sicer **do ene ure** 17 % (leta 2004 14 %), **do dveh ur** 33 % (leta 2004 33 %), **do 3 ure** 27 % (leta 2004 31 %), **več kot 3 ure** 20 % (leta 2004 19 %).

Dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož pa gledajo televizijo dnevno **do ene ure** v 50 % (fantje 62 %, dekleta 40 % - leta 2004 skupaj 18 % - **gre za porast za 32 %**), **do dve uri** v 38 % (fantje 40 %, dekleta 37 % - leta 2004 skupaj 42 %), **do 3 ure** 16 % (fantje 25 %, dekleta 8 % - leta 2004 skupaj 22 %), **več kot 3 ure** 11 % (fantje 7 %, dekleta 14 % - leta 2004 skupaj 16 %).

Dijaki četrtega letnika Gimnazije Ormož preživijo pred televizorjem **do 1 ure** v 30 % (42 % fantov, 23 % deklet - v letu 2004 skupaj 29 %), **do 2 uri** v 34 % (31 % fantov, 36 % deklet - v letu 2004 skupaj 31 %), **do 3 ure** 20 % (10 % fantov in 26 % deklet - v letu 2004 skupaj 29 %) ter **več kot 3 ure** v 14 % (15 % fantov in 13 % deklet - v letu 2004 skupaj 10 %).

Zdravljeni odvisniki preživijo pred televizorjem **do 1 ure** v 21 % (10 % moških, 50 % žensk), **do 2 uri** v 21 % (20 % moških, 25 % žensk), **do 3 ure** 28 % (30 % moških, 25 % žensk) ter **več kot 3 ure** v 21 % (30 % moških in 0 % žensk).

36.

Vprašanj o času, ki ga mladostniki preživijo za računalnikom in morebitnem omejevanju le-tega s strani staršev, v letu 2004 nismo zastavili.

Osnovnošolci preživijo precej časa **za računalnikom**, in sicer **do ene ure** 19 %, **do dveh ur** 27 %, **do treh ur** 19 %, **več kot 3 ure** pa 28 %. (V letu 2004 vprašanje o preživljanju časa za računalnikom ni bilo zastavljeno.)

Dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož preživijo za računalnikom **do ene ure** 24 % (fantje 11 %, dekleta 34 %), **do dveh ur** 37 % (fantje 33 %, dekleta 40 %), **do treh ur** 24 % (fantje 29 %, dekleta 20 %), **več kot 3 ure** pa 8 % (fantje 11 %, dekleta 5 %).

Dijaki četrtega letnika Gimnazije Ormož preživijo za računalnikom **do ene ure** 34 % (fantje 26 %, dekleta 40 %), **do dveh ur** 22 % (fantje 15 %, dekleta 26 %), **do treh ur** 14 % (fantje 15 %, dekleta 13 %), **več kot 3 ure** pa 26 % (fantje 36 %, dekleta 20 %).

Zdravljeni odvisniki preživijo za računalnikom **do 1 ure** v 64 % (60 % moških in 75 % žensk) ter **do 3 ure** v 21 % (20 % moških in 25 % žensk).

37.

Starši osnovnošolcem **ne omejujejo dostopa do računalnika**. Tak odgovor je podalo 72 % učencev. 23 % učencev pa je odgovorilo, da jim starši omejujejo dostop do računalnika.

Tudi starši gimnazijcev drugega letnika Gimnazije Ormož svojim otrokom **ne omejujejo dostopa do računalnika**. Tak odgovor je podalo 85 % dijakov (77 % fantov in 91 % deklet), 12 % pa je odgovorilo, da jim starši omejujejo dostop do računalnika (18 % fantov in 8 % deklet).

Podobni so odgovori četrtošolcev Gimnazije Ormož. **Dostopa do računalnika jim starši ne omejujejo** v 89 % (89 % fantov in 90 % deklet), 8 % pa pove, da jim starši omejujejo dostop do računalnika (10 % fantov in 6 % deklet).

Vprašanja v zvezi z omejevanjem dostopa do računalnika s strani njihovih staršev zdravljenim odvisnikom nismo zastavili.

38.

Glede tega, **ali starši vedo, kje preživljajo sobotni večer**, so osnovnošolci odgovorili takole: starši to **vedno vedo** 58 % (leta 2004 80% - **upad za 22 %**), starši to **običajno vedo** 24 % (leta 2004 11% - **porast za 13 %**), starši to **včasih vedo** 6 % (leta 2004 5 %), starši tega **skoraj nikoli ne vedo** 6 % (leta 2004 1 %). Ti odgovori kažejo na zmanjšan nadzor staršev nad otroki v letu 2008, kar je lahko eden od razlogov za povečano odvisnost mladih, ki so jo nakazali prejšnji njihovi odgovori.

Odgovori dijakov drugega letnika Gimnazije Ormož na isto vprašanje pa so naslednji: starši to **vedno vedo** (59 % fantov, 60 % deklet; skupaj 59 % - v letu 2004 skupaj 62 %), starši to **običajno vedo** (48 % fantov, 28 % deklet; skupaj 37 % - v letu 2004 skupaj 30 %), starši to **včasih vedo** (3 % fantov, 11 % deklet; skupaj 8 % - v letu 2004 skupaj 5 %), starši tega **skoraj nikoli ne vedo** (0 % fantov, 0 % deklet, skupaj 0 % - v letu 2004 skupaj 2 %).

Četrtošolci Gimnazije Ormož so na to vprašanje odgovorili takole: starši to **vedno vedo** (36 % fantov, 60 % deklet; skupaj 51 % - v letu 2004 skupaj 60 %), starši to **običajno vedo** (47 % fantov, 26 % deklet; skupaj 34 % - v letu 2004 skupaj 27 %), starši to **včasih vedo** (0 % fantov, 13 % deklet; skupaj 8 % - v letu 2004 skupaj 13 %), starši tega **skoraj nikoli ne vedo** (10 % fantov, 3 % deklet, skupaj 6 % - v letu 2004 te možnosti ni izbral nihče).

Vprašanja o tem, ali starši vedo, kje preživljajo prosti čas, zdravljenim odvisnikom nismo zastavili.

39.

Družbeni ukrepi, ki bi po njihovem pripeljali do manjše porabe alkoholnih pijač, so po mnenju osnovnošolcev naslednji: **zabava brez alkohola** 41 % (v letu 2004 59 % - **upad tega odgovora za 18 %**), **ustvarjalne prostočasne dejavnosti za mlade** 26 % (v letu 2004 27 %), **omejitev ponudbe alkoholnih pijač** 26 % (v letu 2004 24 %). Število osnovnošolcev, ki **ne verjamejo, da obstajajo taki ukrepi, znaša** 18 % (v letu 2004 16 %).

Na isto vprašanje so dijaki drugega letnika Gimnazije Ormož odgovorili: **zabava brez alkohola** (fantje 37 %, dekleta 31 %; skupaj 33 % - v letu 2004 skupaj 38 %), **ustvarjalne prostočasne dejavnosti za mlade** (fantje 48 %, dekleta 25 %; skupaj 35 % - v letu 2004 skupaj 23 % - **porast za 12 %**), **omejitev ponudbe alkoholnih pijač** (fantje 25 %, dekleta 17 %; skupaj 20 % - v letu 2004 skupaj 11 %). Število dijakov drugega letnika gimnazije, ki **ne verjamejo, da obstajajo preventivni ukrepi, znaša** 22 % (tak odgovor je dalo 0 % fantov in 40 % deklet - v letu 2004 skupaj 44 % - **upad za 22 %**).

Tudi odgovori dijakov četrtega letnika Gimnazije Ormož so podobni odgovorom, ki so jih dali dijaki drugega letnika. Družbeni ukrepi, ki bi pripeljali do manjše porabe alkoholnih pijač, so po njihovem: **zabava brez alkohola** (fantje 47 %, dekleta 36 %; skupaj 40 % - v letu 2004 skupaj 37 %), **ustvarjalne prostočasne dejavnosti za mlade** (fantje 31 %, dekleta 33 %; skupaj 32 % - v letu 2004 skupaj 25 %), **omejitev ponudbe alkoholnih pijač** (fantje 26 %, dekleta 10 %; skupaj 16 % - v letu 2004 skupaj 13 %). Število dijakov četrtega letnika gimnazije, ki **ne verjamejo, da obstajajo preventivni ukrepi, znaša** 34 % (tak odgovor je dalo 36 % fantov in 33 % deklet - v letu 2004 skupaj 43 %).

Družbeni ukrepi, ki bi po njihovem pripeljali do manjše porabe alkoholnih pijač, so po mnenju zdravljenih odvisnikov naslednji: **omejitev ponudbe alkohola povsod** (50 % moških, 25 % žensk; skupaj 42 %), **večja ponudba zabave, kjer se ne toči alkohola** (30 % moških, 50 % žensk; skupaj 35 %), **večja ponudba ustvarjalnih prostočasnih dejavnosti za mlade** (10 % moških, 50 % žensk; skupaj 21 %). To, da **ne verjame v obstoj takih ukrepov**, je izrazilo 20 % moških in 0 % žensk (skupaj 14 %).

40.

V anketi smo med drugim tako mlade kot zdravljene odvisnike spraševali tudi o njihovem zadnjem učnem uspehu. Vsaj kar se odvisnikov tiče, je morda zanimiv podatek, da najdemo med njimi tudi odličnjake (50 % žensk oz. 14 % celotnega

vzorca). Odličen uspeh torej sam po sebi ni nobena zaščita pred tem, da ne bi nekdo kasneje v življenju postal odvisnik.

Viri:

1. Milena Cerar, Silvestra Hoyer, 2004. Kajenje med osnovnošolci v občini Kamnik. Obzornik zdravstvene nege, št. 38, 333-338.
2. Helena Jeriček, Darja Lavtar, Tatjana Pokrajac (ur.), 2007. HBSC Slovenija 2006. Z zdravjem povezano vedenje v šolskem obdobju. Poročilo o raziskavi. Ljubljana: Inštitut za varovanje zdravja.
3. Henry Wechsler, Bernice Wuethrich, 2002. Dying to drink: confronting binge drinking on college campuses. Rodale Books.



PRILOGA

ANKETA O RABI ALKOHOLA in DRUGIH DROG (2008)

1. Spol (obkroži): ženski moški

2. Leto rojstva: _____

3. Katero od naslednjih snovi si že poskusil (možno je obkrožiti več odgovorov): a) pivo b) vino c) žgane pijače d) pravo kavo e) cigarete f) energetske napitke g) drugo: <hr/>	4. Kako pogosto piješ pijače, ki vsebujejo alkohol? a) nikoli b) enkrat mesečno ali nekajkrat letno c) 2 do 4 krat mesečno d) 2 do 3 krat tedensko e) 4 ali večkrat tedensko
---	--

5. Kolikokrat si že bil vinjen? a) nikoli b) enkrat c) dvakrat d) trikrat e) štirikrat f) več kot štirikrat	6. Kolikokrat si bil vinjen v zadnjih 30 dneh? a) nikoli b) 1-2 krat c) 3-5 krat d) več kot 6 krat
--	---

7. S kakšnim namenom si (ali bi) poskusil alkoholne pijače? (možno je obkrožiti več odgovorov) a) radovednost b) žalost, problemi c) zabava d) da se pokažem e) omama f) potreba g) drugo:	8. Kje si nazadnje pil alkohol? a) doma b) pri prijatelju c) v parku ali na ulici d) v bistroju, bifeju, točilnici ali gostilni e) v disku f) drugo: <hr/>
--	--

9. Če skuša učenec, ki je star manj od 18 let, dobiti alkohol v trgovini, kaj se bo zgodilo? (Izberi en odgovor v vsaki vrsti.)

a. Ali bo moral pokazati osebno	zelo pogosto	srednje pogosto	redko	zelo redko	ne vem
---------------------------------	--------------	-----------------	-------	------------	--------

izkaznico, da ugotovijo njegovo starost?					
b. Ali mu ne bodo prodali alkohola?	zelo pogosto	srednje pogosto	redko	zelo redko	ne vem

10. Ali so blizu šole mesta, kjer lahko dobiš alkohol ne da bi pokazal osebni dokument? (Izberi en odgovor v vsaki vrsti.)

a. v lokalu zunaj šole	ne	da	ne vem
b. v lokalu znotraj šole	ne	da	ne vem
c. v trgovini	ne	da	ne vem

11. V zadnjih 30 dneh sem prišel do alkohola na naslednji način. (Izberi en odgovor v vsaki vrsti.)

a. Kupil sem si pijačo.	da	ne
b. Pijačo sem dobil od nekoga, ki je star manj kot 18 let.	da	ne
c. Uporabil sem osebni dokument nekoga drugega.	da	ne
d. Pijačo sem dobil od učenca, ki je star 18 let ali več.	da	ne
e. Pijačo sem dobil od znanca, ki je star 18 let ali več.	da	ne
f. Pijačo sem dobil od staršev ali sorodnikov.	da	ne

12. Koliko svojih sošolcev, sošolk in prijateljev iste starosti poznaš, ki uživajo alkoholne pijače? a) nobenega b) 1 do 2 c) 3 do 5 d) 5 do 10 e) več kot 10	13. Koliko svojih sošolcev, sošolk in prijateljev iste starosti poznaš, ki kadijo cigarete? a) nobenega b) 1 do 2 c) 3 do 5 d) 5 do 10 e) več kot 10	14. Koliko svojih sošolcev, sošolk in prijateljev iste starosti poznaš, ki pijejo energetske napitke? f) nobenega g) 1 do 2 h) 3 do 5 i) 5 do 10 j) več kot 10
---	--	--

15. Kaj se ti zdi bolj nevarno? (obkroži le en odgovor izmed treh)

a) kajenje cigaret b) pitje alkohola c) energetske napitke d) vse je enako nevarno

16. Za katere od naštetih stvari meniš, da bi se ti lahko zgodile po pitju alkohola? (Možno je obkrožiti več odgovorov.)

- a) počutil bi se sproščenega
- b) imel bi težave s policijo
- c) okvaril bi si zdravje ali dobro telesno

17. Zaradi alkohola sem že imel naslednje težave.

(Možno je obkrožiti več odgovorov.)

- a) neuspeh (slabo oceno) v šoli
- b) poškodovanje obleke ali osebnih stvari, izgubo denarja ali vrednih predmetov

kondicijo d) počutil bi se srečnega e) pozabil bi na težave f) ne bi bil sposoben pravočasno prenehati piti g) imel bi »mačka« h) bil bi bolj družaben i) storil bi nekaj, kar bi kasneje obžaloval j) zabaval bi se k) drugo: _____	c) nesrečo ali telesno poškodbo d) prepire e) težave s starši f) težave z učitelji g) seks, ki sem ga naslednji dan obžaloval h) prerivanje ali pretep i) drugo: _____
--	--

18. Za vinjenega se imam, kadar (možno je obkrožiti več odgovorov): a) sem psihično precej drugačen kot sicer (zgovoren, dobre volje, zabaven itd.) b) sem omotičen c) sem zaspan d) sem nezanesljiv pri hoji e) se mi zatika pri govoru f) sem bojevit, se prepiram g) naslednji dan ne vem, kaj sem počel drugo: _____	19. Kateri razlogi se ti zdijo pomembni za ne-pitje alkohola? (Možno je obkrožiti več odgovorov.) a) pitje škoduje zdravju b) za pijačo se porabi precej denarja c) pitje alkohola je razvada d) alkohol lahko povzroči, da izgubiš nadzor nad svojimi dejanji e) starši nasprotujejo pitju alkohola f) pitje alkohola povzroča zasvojenost g) alkohol je uničil nekoga, ki sem ga dobro poznal h) alkoholne pijače imajo grozen okus i) alkohol pomeni zlo v družini j) po pitju bruhaš, si omotičen ali imaš »mačka« k) pitje povzroča nesreče l) pitje povzroča nasilnost m) pitje povzroči smrt n) drugo: _____
---	--

20. Kaj se ti zdi v zvezi z alkoholom zlasti nevarno?

21. Ali jemlješ zdravila? a) redno b) občasno c) nikoli	22. Kje dobiš zdravila? a) predpiše mi jih zdravnik b) kupim jih v lekarni c) kupim jih drugje (Kje?) _____ d) dobim jih doma e) dobim jih od sošolcev, prijateljev f) dobim jih drugje (Kje?) _____
---	---

23. Za katero od naslednjih drog si že slišal? (možno je obkrožiti več odgovorov) a) marihuana ali hašiš b) amfetamini c) ekstazi d) speed e) kokain f) krek	g) heroin h) metadon i) čudežne gobe j) LSD k) datura stramonium (angelska trobenta) l) drugo: _____
---	---

<p>24. Katera od naslednjih snovi se ti zdi zlahka dostopna? (možno je obkrožiti več odgovorov)</p> <p>a) lepilo in hlapne snovi b) speed ali ekstazi c) heroin d) cigarete e) alkoholna pijača f) marihuana g) kokain h) energetska pijača i) drugo: _____</p>	<p>25. S kakšnim namenom si (ali bi) poskusil cigarete? (možno je obkrožiti več odgovorov)</p> <p>a) radovednost b) žalost, problemi c) zabava d) da se pokažem e) omama f) potreba drugo: _____</p>
--	---

<p>26. Katero od naslednjih snovi bi poskusil, če bi ti bila ponujena? (Možno je obkrožiti več odgovorov.)</p> <p>a) lepilo in hlapne snovi b) speed ali ekstazi c) heroin d) cigarete e) alkoholna pijača f) marihuana g) kokain h) energetska pijača drugo: _____</p>	<p>27. S kakšnim namenom si (ali bi) poskusil nedovoljene droge? (Možno je obkrožiti več odgovorov.)</p> <p>a) radovednost b) žalost, problemi c) zabava d) da se pokažem e) omama f) potreba g) drugo: _____</p>
--	--

<p>28. Kaj se ti zdi bolj nevarno? (Obkroži le en odgovor izmed treh.)</p> <p>a) pitje alkohola b) kajenje marihuane c) oboje je enako nevarno</p>

<p>29. Kaj se ti zdi bolj nevarno? (Obkroži le en odgovor izmed treh.)</p> <p>a) kajenje tobaka b) kajenje marihuane c) oboje je enako nevarno</p>

<p>30. Heroin sem poskusil (obkroži le en odgovor izmed treh):</p> <p>a) nobenkrat b) enkrat c) večkrat</p>	<p>31. Ekstazi sem poskusil (obkroži le en odgovor izmed treh):</p> <p>a) nobenkrat b) enkrat c) večkrat</p>	<p>32. Nore gobice sem poskusil (obkroži le en odgovor izmed treh):</p> <p>a) nobenkrat b) enkrat c) večkrat</p>
--	---	---

<p>33. Kolikokrat si v zadnjih 30-ih dneh kadil marihuano?</p> <p>a) nobenkrat b) 1-2 krat c) 3-5 krat d) več kot 6-krat</p>	<p>34. Ali meniš, da si dovolj poučen (informiran) o:</p> <table border="0"> <tr> <td>alkoholnih pijačah</td> <td>DA</td> <td>NE</td> </tr> <tr> <td>cigaretah</td> <td>DA</td> <td>NE</td> </tr> <tr> <td>nedovoljenih drogah</td> <td>DA</td> <td>NE</td> </tr> </table>	alkoholnih pijačah	DA	NE	cigaretah	DA	NE	nedovoljenih drogah	DA	NE
alkoholnih pijačah	DA	NE								
cigaretah	DA	NE								
nedovoljenih drogah	DA	NE								

<p>35. Ali meniš, da ima družba pretirano odklonilen odnos do tistih, ki uživajo nedovoljene droge?</p> <p>DA NE</p>
--

<p>36. Koliko svojih sošolcev, sošolk in prijateljev iste starosti poznaš, ki uživajo nedovoljene droge?</p> <p>a) nobenega b) 1 do 2 c) 3 do 5 d) 5 do 10 e) več kot 10</p>	<p>37. Koliko časa na dan gledaš TV?</p> <p>a) do 1 ure b) do 2 ur c) do 3 ure d) več kot 3 ure</p>
---	--

<p>38. Koliko časa na dan preživiš za računalnikom (internet, igrice, zabava)?</p> <p>e) do 1 ure f) do 2 ur g) do 3 ure h) več kot 3 ure</p>	<p>39. Ali ti starši omejujejo dostop do računalnika?</p> <p style="text-align: center;">DA NE</p>
--	--

<p>40. V katerih prostočasnih dejavnostih se udeležuješ? (možno je obkrožiti več odgovorov)</p> <p>a) v športu b) berem knjige c) zvečer hodim ven (v disko, na domače zabave) d) pohajkujem naokrog e) igram na igralnih avtomatih f) hodim v bifeje, gostilne g) igram računalniške igrice h) igram inštrument i) gledam TV j) drugo: _____</p>	<p>41. Menim, da bi ob naslednjih družbenih ukrepih pil manj ali manjkraj (možno je obkrožiti več odgovorov):</p> <p>a) večji ponudbi ustvarjalnih prostočasnih dejavnosti za mlade b) večji ponudbi zabave, kjer se ne toči alkohola c) omejitvijo ponudbe alkohola povsod (doma, v družbi, v lokalih itd.) d) drugih ukrepov: _____ e) ne verjamem, da obstajajo takšni ukrepi</p>
--	---

<p>42. Ali tvoji starši vedo, kje preživljaš prosti čas?</p> <p>a) vedno b) običajno c) včasih d) skoraj nikoli</p>	<p>43. Moj učni uspeh prejšnje leto je bil:</p> <p>a) nezadosten b) zadosten c) dober d) prav dober e) odličen</p>
--	---

Hvala za sodelovanje!