

Alkohola lietošana Latvijas skolēnu vidū joprojām ir izplatīta

Gandrīz puse jeb 40% Latvijas skolēnu vecumā no 14 līdz 18 gadiem norādījuši, ka vismaz vienu reizi ir bijuši piedzērušies, liecina Veselības ministrijas informatīvās kampaņas “Spēks pateikt NĒ!” veiktā pētījuma dati. Bērnu klīniskās universitātes slimnīcas narkoloģe Maija Jēkabsone atzīst, ka šādi rezultāti nepārsteidz – smēķēšana un alkohola lietošana jauniešu vidū ir izplatīta problēma.

Jaunieši alkoholu lieto regulāri

40% jauniešu ir bijuši piedzērušies vismaz vienu reizi, bet 45% aptaujāto atzīst, ka pēdējā mēneša laikā ir lietojuši alkoholu. Teju trešdaļa respondentu (27%) atzina, ka puse draugu regulāri lieto alkoholu. Aptaujātie jaunieši norādījuši, ka lieto alu, sidru, vīnu, šampanieti, kā arī alkoholiskos kokteiļus un stipros dzērienus.

“Atkarību izraisošo vielu lietošana ir sevišķi izplatīta to jauniešu vidū, kuriem tuvojas pilngadība, savukārt alkohola lietošana mazāk raksturīga gados jaunākajiem respondentiem. Tas vedina domāt, ka jaunieši alkohola un cigarešu lietošanu uzskata par daļu no pieaugšanas,” norāda Rīgas Stradiņa universitātes pētnieks un aptaujas īstenotājs Andris Saulītis.

Narkoloģe Maija Jēkabsone atzīst, ka alkoholu lieto satraucoši liels skaits nepilngadīgo. “Jaunietis nezina, kā viņa organisms var reaģēt uz dzērieniem – ka tas var izraisīt saindēšanos, veicināt traumas, kas gūtas alkohola reibumā, un pat izraisīt komu. Dabisks aizsargreflekss alkohola saindēšanās gadījumā ir vemšana, bet, ja tas notiek bezsamaņas stāvoklī, sekas var būt letālas. Daudzi arī nesaprot, ka, piemēram, peldēšanās un alkohola lietošana ir nesavienojami jēdzieni.”

Narkoloģes teikto apliecina arī Slimību profilakses un kontroles centra veiktais pētījums “Atkarību izraisošo vielu lietošanas paradumi un tendences skolēnu vidū”, kurā noskaidrots, ka katrs desmitais jaunietis pēdējā gada laikā reibumā ir sēdies pie motorizēta transportlīdzekļa stūres vai, būdams iereibis, peldējies dziļā ūdenstilpnē.¹ Tas nozīmē, ka jaunieši neapzinās vai neņem vērā to, cik bīstama var būt šāda rīcība. Turklāt alkohola lietošana var atstāt arī ietekmi uz veselību, izraisot dažādas saslimšanas. Alkohola lietošana ir cēlonis tādām slimībām kā aknu ciroze, nieru mazspēja vai gastrīts².

Atkarība rodas pārsteidzoši īsā laikā

Pusaudža vecumā atkarība no alkohola var izveidoties daudz īsākā laika posmā, nekā tā izveidotos pieaugušam cilvēkam. “Pusaudzis nav fiziski un psiholoģiski nobriedis, līdz ar to organisms ir uzņēmīgāks pret alkoholu, bet pats jaunietis nespēj izvērtēt iespējamās sekas,” skaidro narkoloģe.

Par atkarības rašanos var liecināt vairākas pazīmes. Viena no tām ir grūtības kontrolēt alkohola lietošanas biežumu un daudzumu. Tāpat var rasties arī dažādi simptomi, piemēram, nervozitāte,

1 “ESPAD 2015. Atkarību izraisošo vielu lietošanas paradumi un tendences skolēnu vidū” SPKC, 2016.

2 Alkohola ietekme uz organismu, SPKC

trauksme, svīšana, bezmiegs vai paaugstināts asinsspiediens, ja alkohola lietošana ir pārtraukta. Var novērot arī izmaiņas pusaudža ikdienā. Var zust iepriekšējās intereses, jaunietis sāk atsacīties no savu pienākumu veikšanas vai arī vairs neapmeklē skolu.

Kāpēc jaunieši lieto alkoholu?

Alkohola lietošana bieži saistīta ar vēlmi iederēties kompānijā un uzturēt draudzīgas attiecības ar vienaudžiem, taču atkarību izraisošo vielu lietošanai ir arī citi iemesli, tāpēc uz šo vienmēr jālūkojas kompleksi. Viena cigarete vai dzēriens var būt tikai vēlme pamēģināt, taču atkārtota un regulāra apreibinošo vielu lietošana var liecināt, piemēram, par problēmām ģimenē vai attiecībās ar vienaudžiem. Atkarību izraisošo vielu lietošanas paaugstinātam riskam ir pakļauti bērni, kuri slimo, piemēram, ar depresiju vai ir tikuši pakļauti vardarbībai. Pamanot izmaiņas pusaudža uzvedībā, nav jāķeras pie fiziska soda vai moralizēšanas, bet jāaicina jaunietis uz atklātu sarunu. Strikts aizliegums nebūs veiksmīgs risinājums, jo pusaudži vēlas ātrāk kļūt pieauguši un līdzināties saviem vecākiem. “Jāsaprot, ka alkohola lietošana un atkarība ir visas ģimenes problēma, un vecākiem pašiem ir jāklūst par piemēru saviem bērniem un nepieciešamības gadījumā jāmeklē speciālistu palīdzība visiem ģimenes locekļiem,” piebilst narkoloģe Maija Jēkabsone.

*Pētījums veikts 2019. gada sākumā laika posmā no 20. februāra līdz 31. maijam Latvijas skolās visos Latvijas reģionos. Kopumā saņemtas 1978 aizpildītas aptaujas anketas no respondentiem vecumā no 14 līdz 18 gadiem. 90% respondentu bija nepilngadīgi. Pētījums veikts, lai noskaidrotu skolēnu zināšanas par smēķēšanas un alkohola lietošanas kaitīgumu, kā arī, lai noskaidrotu jauniešu paradumus attiecībā uz atkarību izraisošo vielu lietošanu.

Kampana tiek īstenota ESF 9.2.4.1. pasākuma „Kompleksi veselības veicināšanas un slimību profilakses pasākumi” ietvaros. Aktuālā informācija par kampanu: www.ESparveselibu.lv.

Papildu informācija:

Klinta Mežapūķe

Kampanas „Spēks pateikt NĒ!” sabiedrisko attiecību speciāliste

P.R.A.E. Sabiedriskās attiecības

T. (+371) 26278178

klinta.mezapuke@prae.lv



NACIONĀLAIS
ATTĪSTĪBAS
PLĀNS 2020



EIROPAS SAVIENĪBA
Eiropas Sociālais
fonds

I E G U L D Ī J U M S T A V Ā N Ā K O T N Ē