

Jak jsem na tom?

Na tuto otázku vám může pomoci odpovědět následující dotazník. Vznikl podle 10. verze mezinárodní klasifikace nemocí, kterou vytvořila Světová zdravotnická organizace.

Dotazník závislosti

Všechny následující otázky se týkají období 12 měsíců. Vyberte tu z následujících odpovědí, která se nejvíc blíží skutečnosti, a zatrhněte ji. „Droga“ znamená i alkohol nebo marihuanu nebo kombinaci různých drog.

1. Cítil jste silnou touhu nebo nutkání užívat drogu? Ne - Někdy - Často
2. Nedokázal jste se ve vztahu k droze ovládat? (Vzal jste si ji i tehdy, když to bylo nevhodné, nebo jste si vzal víc, než jste původně chtěl?) Často - Někdy - Ne
3. Měl jste tělesné odvykací potíže („absták“) po vysazení drogy nebo jste bral nějakou drogu nebo lék proto, abyste odvykací potíže zmírnil? Ne - Někdy - Často
4. Zvyšoval jste dávku, abyste dosáhl účinku, původně vyvolaného nižší dávkou? Často - Někdy - Ne
5. Zanedbával jste dobré záliby kvůli droze nebo jste potřeboval víc času k získání a k užívání drogy nebo k zotavení se z jejího účinku? Ne - Někdy - Často
6. Pokračoval jste v užívání drogy přes škodlivé následky, o kterých jste věděl? Často - Někdy - Ne

Vyhodnocení

Spočítejte odpovědi „často“ a odpovědi „někdy“.

0 odpovědí „často“ a „někdy“ znamená, že se asi nejedná o závislost.

1 - 2 odpovědi „často“ a „někdy“ - tento výsledek vyžaduje důkladnější vyšetření.

3 - 6 odpovědi „často“ a „někdy“ znamenají, že se pravděpodobně jedná o závislost.

Jak chápat výsledky dotazníku?

Remcal: „Proč ‚pravděpodobně‘? Znamená to, že váš dotazník není přesný?“

Odpověď: Dotazník nemůže nahradit důkladné lékařské vyšetření. Někdo nemusí otázky správně pochopit nebo si nepřipustí pravdu (bude třeba tvrdit: „Když jsem byl zavřený, tak jsem nebral a moc mi to nechybělo.“).

Naiva: „Kdyby mi vyšlo, že nejsem závislá, tak se mi nemůže nic stát, vidíte?“

Odpověď: To, že vám vyšlo, že nejste závislá, ještě neznamená, že jste v bezpečí.

„Pouhé“ experimentování (zkoušení) má také velká rizika. Předávkování, dopravní nehoda pod vlivem drogy, úraz nebo nemoc mohou postihnout i člověka, který není závislý. Na druhé straně i závislost se dá překonat a léčit. Dá to ale víc práce, než vzniku závislosti předejít.