



Dekontaminace

časopis pro sekundární a terciární prevenci drogových závislostí

časopis o.s. SANANIM. Jen pro vnitřní potřeby.

NEPRODEJNÉ



muchacha

mujer

madre

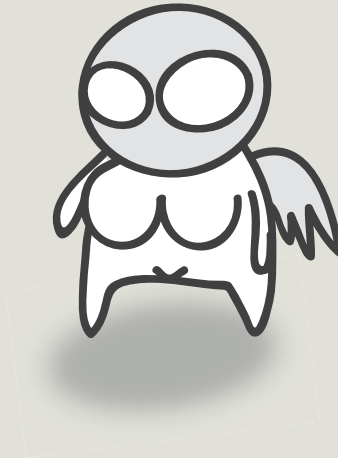


... na počátku bylo žebro

Toto číslo je (skoro) celé o ženách, ne však pouze pro ně. Je taky o věcech, které s ženami a jejich krásou souvisí, tedy o sexu, a o věcech, které (bohužel) souvisí se sexem, tedy o pohlavních chorobách. Venku je teplo, oblaka letí, slunce svítí a takováto témata se k létu prostě hodí. A je-li už toto číslo Dekontaminace takové (jak je v poslední době zvykem) monotematické, mohl by snad i tento úvodník být o ženách. Měly by to být. Místo toho se s vámi o něco podívám, o takovou malou, drobnou radost. Ne, nebojte, nepjde o nic intimního. S Dekontaminací to úzce souvisí. A navíc, na konci následujícího odstavce půjde smykačka, zášleh, flash back, a k ženám se pak jen vrátíme.

Jistě si pamatujete, že v poslední Dekontaminaci jsme uveřejnili dopis tajemného Emdé. Domlouval si tehdy nástup do terapeutické komunity a tak trochu se (po 26 letech braní) strachoval o svou, žádnou lévou dosud nepoznamenanou, existenci. No, a byl to asi měsíc od jeho nástupu do komunity, co mi přišel dopis, dopis od Emdé, dopis od abstinujícího toxikomana (což se mi ještě nestalo!). A mé srdce jen zaplesalo. Komunita ho přijala, on jí, funguje tam, dává nám a těší se, až se lévou skončí a bude se v novat rodin. Též přiložil několik článků, které te (máje možnost sebrat se) zplodil. Téma znal a tak napsal taky něco o ženách. Celé vám to zde nedávám (na to není místo), ale jednu větu určitě odčítuji, jednu větu, která mě zaujala: „Existuje druh člověka, kterého nelze pochopit, jen milovat, a je to žena...“ Myslela jsem si o tom cokoliv, jako úvod je to dobrý. Nebo ne? Hezké čtení.

Fatu



když se ho snaží p emluvit, aby chvíli ne ádíil). Ráno spolu jedou lokálkou do školky ve Smetanov Lhot , odpoledne si ho paní A. vyzvedne. Potkává se tam s maminkami, které si žijí svými maminkovskými problémy. Paní A má krom toho k ešení problémy, které si vyrobila experimentováním b hem vysokoškolských studií. Naučila se va it, um la opat it suroviny. O peníze nebyla nouze, piko nemusela shán t, prost si ho doma uva ila. Školu zabalila ve t e áku. Když už toho na ni bylo moc, zkusila lé bu, ale po pár dnech se vrátila na revers. A znovu za kámošema – bydlela po bytech, zad lala si na podmínky za falšování recept . Následoval v tší pr ser, obvin ní z organizovaného zlo inu, nedovolená výroba a prodej. Ve vyšet ovací vazb zjistila, že je t hotná. U soudu m la št stí, vyvázla jen s na ízenou lé bou. Manžel to koupil natvrdo. Když se narodila dcera, sed l ve Vlna ících. Rozešla se s ním, až když se vrátil z výkonu trestu. Za ala celkem úsp šn podnikat, starala se o dceru, žila s chlápikem, co nikdy nebral. Vyrobili si miminko – tentokrát chlape ka. Sotva trochu povyrostl, šlo to zase s kopce. Spolu s paní A. fr el i její p ítel, za al si rovnou šlehat, cht l pochopit její sv t. Te v tom sv t n kde vlaje. Paní A. už skoro rok p emýšlí o tom, co bylo, a o tom, co bude, aby to bylo jinak, než to bylo p ed tím. Na Karlov má dost asu p emýšlet. Zvolila radikální ez.

Komunita je drugs-free zone. Krom kofeinu a nikotinu necháváš všechny drogy venku. Jsi v bezdrogovém prost edí. O ístotu komunita dbá. Nesmí

sem vstoupit nikdo, kdo má v sob ej , piko, braun, ale taky alkohol nebo trávu. Dve e do Karlova jsou oteví eny jen abstinujícími. Pro všechny ostatní sem vede cesta p es detox. A to platí i pro návšt vy. Oproti mla as m máš výhodu, že T m že rodina navštívit už v 1. fázi Tvé lé by. Tedy samoz ejm i Tv j partner – pokud ovšem abstinuje. Mimochodem, žádná normální matka nedá svoje dítko pochovat zmašt nýmú typkovi, protože má prost strach, že ho upustí na podlahu. A co ten Tv j? Smaží? Ješt mu nedošlo, že jsou d ležit jší v cí?

Střih – příběh klientky, paní B

Paní B. musela venku nechat dv d ti. Stejn už se o n n jakou dobu stará babi ka a bývalý manžel. A za alo to docela nenápadn . Pervitin za ala brát, aby zvládla roli samoživitelky – dv d ti a dv zam stnání. Skončila bez d tí, bez práce, bez domova. Zamílovala se do zasloužilého toxika, který pamatuje drogovou scénu 70. let. Zažili spolu mnohá dobrodružství a p ekonali mnohé p ekážky. Ale te už jsou na to t í. Shodnou se na jediném: „Ten malej nesmí trp t kv li našim chybám.“ Zasloužily toxik zatím pro ni a pro syna píše dopisy z komunity v N m ících. Možná se uvidí až za rok. A za nou znova a jinak. Paní B. je v Karlov teprve pár týdn . Zatím eší, že malej má rými ku, nebo špatn papá. Teprve se v komunit rozhlíží. K rozebírání svého života na sou ástky má spoustu asu. A komunita na ni netla í. Ona a její nová rodina má možná poslední šanci. Zvolili radikální ez.

Za pobyt v komunit nic neplatíš, terapie i jídlo máš taky zadarmo. Pokud sis nestihla p ed nástupem za ídit sociální dávky nebo alimenty, tady Ti poradí, jak na to. Nez staneš bez vlastních pen z, které pot ebuješ pro své osobní utrácení (t eba v drogerii nebo v trafice) a pro své dítko . Na jeho jídlo za neš dávat komunit peníze, až když je mu p l roku. První dva m síce máš na to, aby ses tu rozkoukala, zjistila co a jak, zabydlela se. Proto nep íjímáš žádné návšt vy z venku, se svými blízkými si píšeš dopisy. Jak postupuješ v lé b , dostáváš se do vyšších fází. M žeš p íjimat návšt vy, m žeš ven z komunity – zpo átku v doprovodu klienta ve vyšší fázi, pozd ji d láš sama doprovod nová kovi. Získáváš víc samostatnosti, zároveň víc zodpov dnosti. Když po 6–10 m sících ob adn ukon uješ lé bu (postavili si na to vlastní svatyni) a opouštíš komunitu, musíš už v d t, kam p jdeš. Pokud se Ti b hem lé by nepoda ilo srovnat vztahy s rodinou a nemáte se s malým/malou kam vrátit, m že Ti na p echodnou dobu pomoci chrán né bydlení t eba v Dolé ovacím centru. Tam také pokrač uješ v záv re né fázi své lé by – dolé ovák je tu od toho, abys v tom sv t venku zase nezabloudila.

Střih – příběh klientky, slečna C

Sle na C. pochází z malého m sta s drogovou tradicí, která má své po átky hluboko v temných dobách totality. Je spojena s bojem proti nadvlád bolševika, s undergroundem a punkem. A proti emu bojuješ te ? Pervitin si sle na C. brzo oblíbila.

Nemusíš moc jíst a udržuješ si štíhlou postavu. Jsi p ítelkyn p ekupníka a máš každý den svou dávku jako na podnose. Ale p ekupníci nebyvají stabilními partnery a jednou za as vym ní starou za novou. Sle na C. ztratila partnera ve chvíli, kdy ho nejvíc pot ebovala. Nástup do lé by si za izovala p es místní Kontaktní centrum jako t hotná bezdomovkyn . Dost zoufalá situace. Když p íjela do Karlova, nem la ani kartá ek na zuby. Na zastávce ji vyzvedla terapeutka, která se stala celkem p írozen jejím garantem. „Marcelka je mi tady nejbližší ze všech. Všechno o m ví, se vším se jí m žu sv ít“, íká o ní sle na C. Zabydlela se v komunit a když p íšel as, odvezla ji sanitka do porodnice v Pisku. Ze zdravé holí ky m la neví tší radost, p íšla na sv t bez žloutenky typu C. Velká úleva. Pak si dala šest ned l klidu, kdy se nemusela ú astnit žádných aktivit komunity. Hawaj. A pak se pustila do svých problém . Jak se srovnat se svým kyprým t ílem, které už bez pika do vychrtlosti nikdy nedostane. Jak zapomenout na otce dítko, který venku smaží, nebo sedí, aby se polepšil. Polepší se? Sle na C. už tuší, že se o n tenhle vykutálený týpek nikdy nepostará, že nikdy nebudou jedna rodina. Ale hlava ví, srdce ješt nechce. No, milá sle no, držíme Vám palce, a Vám komunita schválí postup do vyšší fáze.

Tak, milá uživatelko, už p emýšlíš, co dál? Po ád si ješt myslíš, že to n jak zvládneš, že ustojíš substituci ní lé bu, že nebudeš muset d lat žádné radikální zm ny? Karlov je radikální zm na. Ostrý ez. Život bez závislosti, která Ti bere energii na cokoliv, co dává Tvému životu smysl. A dítko, které p ívedeš na sv t, je hodn dobrým d vodem žít bez závislosti.

PRÁVNÍ PORADNA A.N.O.

(Asociace nestátních organizací zabývajících se prevencí a lé bou drogové závislosti)

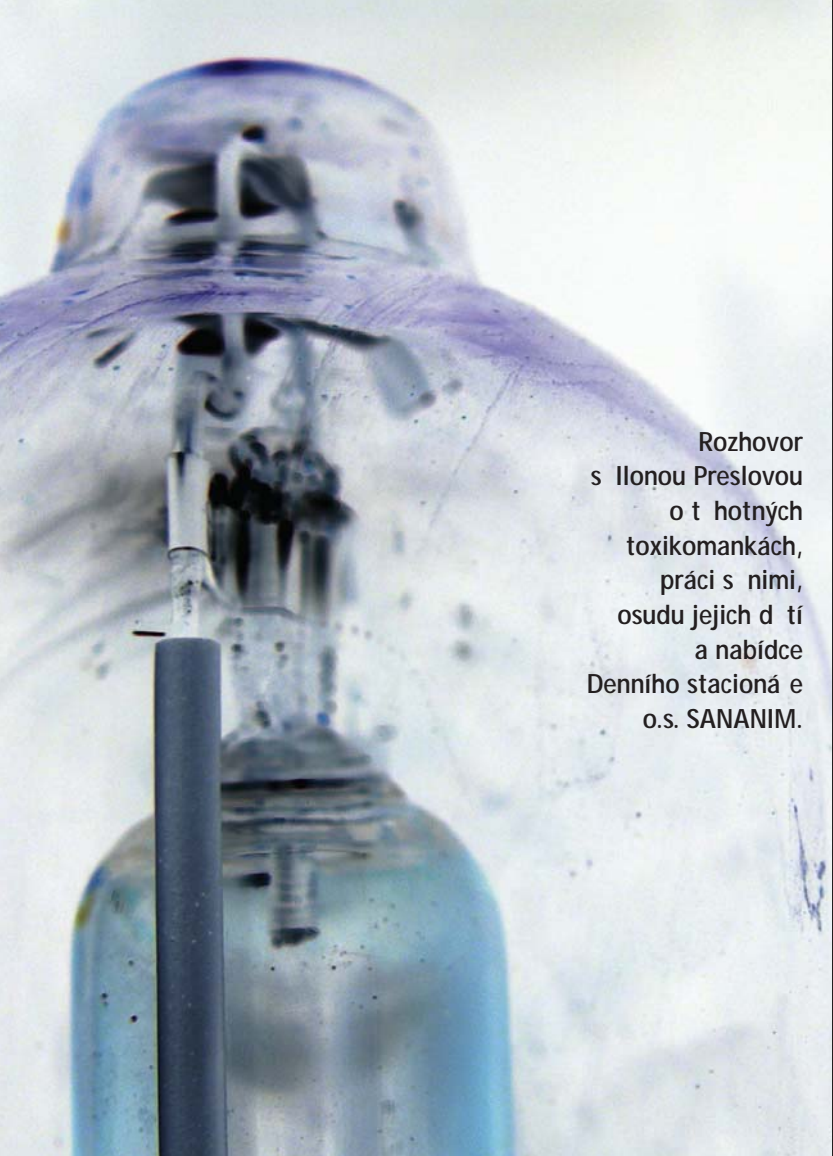


Právní poradna A.N.O. je projektem právní pomoci v otázkách drogové problematiky. Nabízí právní poradenství uživatel m a bývalým uživatel m drog, kte í se dostali do konfliktu s trestním zákonem nebo eší jiné právní problémy, které jim vznikly v souvislosti s užíváním drog. Právní poradenství poskytuje i p íbuzným uživatel drog a experimentující mládeži . V individuálních p ípadech nabízí nejen poradenskou ínnost, ale i p ípadné zastupování v civilních v cech a obhajobu v trestních záležitostech.

Pokud ešíte právní problémy, se kterými si nevíte rady, m žete nás kontaktovat prost ednictvím e-mailu nebo telefonicky.

Tel: 257 53 35 01

E-mail: ppano@asociace.org



Rozhovor
s Ilonou Preslovou
o t hotných
toxikomankách,
práci s nimi,
osudu jejich d t
a nabídce
Denního stacioná e
o.s. SANANIM.

Jak probíhá standardn spolupráce s t hotnými toxikoman(m)kami? Jsou (vzhledem ke svému t hotenství, pop . mate ství) motivovan jší než ostatní toxikomani?

Práce s t hotnými klientkami probíhá stejn jako s ostatními klienty. Mluvíme s nimi o tom, co by pot ebovaly, jaké mají plány a cíle v lé b nebo o tom, pro vyhledaly naše za ízení. T hotenství je situace, která ur it každou klientku zasko í a je dobré, když o tom s námi m že mluvit zcela otev en . Bavíme se o tom, jaké má možnosti ohledn t hotenství a jaké v p ípad , že si chce nechat dít ve své pé i, co jí hrozí apod. Naše typická klientka je dívka, která užívá již n kolik let a menstruuje nepravideln nebo v bec. T hotenství z t chto d vod zjistí v tšinou dost pozd , obvykle kolem 5. m síce. Poté se snaží dávky snížit nebo p ejít na jinou formu než injek ní. Jak se blíží porod, má ím dál v tší strach, n kdy si dá í t sn p ed porodem a v porodnici to asto p ízná sama.

Jak se ti dá í udržovat s nimi kontakt? Obecn je to u toxikoman velký problém.

Nejv tší problém je, aby k nám klientka v bec dorazila, pak už to jde celkem dob e. Myslím, že dobrému kontaktu pomáhá to, že klientka ví, že my se jí snažíme pomoci, a už se rozhodne pro jakékoliv ešení. Mn osobn pomáhá i vlastní zkušenost kdy vím, že t hotenství a dít jsou hodn složité situace, kdy to lov k myslí dob e a ono to stejn nemusí vyjít. Každá žena si prožívá leccos, co by možná muž odsoudil nebo nedokázal pochopit.

Pracujete i s jejich partnery?

S partnerem pracujeme, když o to klientka stojí, považuje to za pot ebné, a samoz ejm , když je partner ochoten p íjit. Musím ale íct, že takových p ípad není tolik. N kdy mi p íjde nespravedlivé, když vidím, jak velký tlak je vyvíjen ze strany spole ností na matku a otec je tak trochu mimo. Ale existují i výjimky...

S jakými specializovanými zdravotnickými za ízeními pro závislé matky Denní stacioná spolupracuje?

Nejast jí se na nás obrací kojenecký ústav nebo porodnická odd lení, když p íjmou pacientku, která má problém s drogami, dále jsou to odd lení pé e o d t apod. Tyto instituce v tšinou cht jí kontakt pro jejich klientku, p ípadn se poradit, co mohou nebo by m ly podniknout, kam se obrátit. Vzhledem k tomu,

že p ípravujeme také klientky do terapeutické komunity Karlov, obracejí se na nás i psychiatrické lé ebny, mimo- pražské instituce aj..

Jak je to s užíváním „drog“ v pr b hu t hotenství?

T hotenství je samoz ejm období, kdy je dít vyživováno p es t lo matky a proto je vhodné vyvarovat se všech škodlivých vliv v etn drog, alkoholu, stres apod., ale ne vždy se to da í. Uvádí se, že pro plod je nebezpe né kolísání drogy v t le matky, tzn. sjetí a následné pokusy o vyabstínování apod. Velkým rizikem jsou r zné p ím si pouli nich drog a injek ní aplikace. Nejde ale jen o vliv drog , ale také o rizika spojená nap . s žloutenkou a celkov špatným zdravotním stavem matky. Je dobré v d t, že v plodové vod bývá vyšší koncentrace drogy oproti matce, dít je tedy jakoby na vyšší dávce a prožívá h e í abstinenci fázi.

A jak je to s lé bou, substitucí, detoxifikací atd.?

Klientky po porodu, ale i v pr b hu t hotenství, mají n kolik možností lé by, jednak je to komunita Karlov, kde se lé í matka spole n s dít em, nebo stacionární lé ba (kam motivovaná klientka dochází cca 3 m síce na intenzivní lé bu a odpoledne se vrací k dít i) nebo substitu ní lé ba (Subutex nebo Metadon). Lé ba je pro matku vždy dobrovolná – ona se rozhoduje pro n kterou z forem a já jsem p esv d ená, že práv svoboda rozhodování je pro další úsp ch hodn podstatná. Samotná detoxifikace m že být v t hotenství komplikovan jší záležitost, proto je nutné docházet na pravidelné kontroly do gynekologické ordinace, aby i plod byl kontrolován, zda je v po ádku.

Víš, kde se o t hotné toxikomanky nejlépe pe uje a ve které porodnici se jim nejlépe rodí? V tšinou si na p ístup zdravotnického personálu st žují.

Nemohu íct, že by n která porodnice byla výrazn lepší než jiná, zkušenosti klientek se rozcházejí. Je fakt, že ne vždy je personál vst ícný v í toxikomankám, ale v zásad jde o to, s kým se lov k setká. Ale to je zkušenost i ostatních maminek. Mám pocit, že chování zdravotnického personálu se pomalu lepší, souvisí to i s informovaností o problému, o což se snažíme. Osv d uje se, když má klientka u sebe zprávu o kontaktech s n jakým protidrogovým za ízením, že které vyplývá, že se svým problémem n co d lá.

Co se s matkami a jejich d tmi po porodu nejast jí d je?

Pokud si matka chce dít po porodu nechat, tak z velké ásti záleží na ní, co je pro své lé ení ochotna ud lat. Zodpov dnost za osud dít e má ze zákona sociální pracovnice odboru pé e o dít a ta také rozhoduje, zda jí dá podmínku lé by, aby si dít u sebe mohla nechat, nebo zda na dít vydá tzv. p edb zné opat ení, kterým



PhDr. Ilona Preslová

pracuje od roku 1998 v Denním stacioná i o.s. SANANIM, od roku 2001 je jeho vedoucí. Vedle této innosti p sobí ješt v Poradn pro rodi e d tí ohrožených drogou.

bývá umíst no do kojeneckého ústavu. V tom p ípad nás kontaktuje n jaká z uvedených institucí a my klientku vyhledáme a spole n najdeme formu lé ení, pom že me jí s nástupem do lé by a p ípadn s dalším komplikacemi, které vzniknou. Obecn platí, že my pomáháme klientce a o dít í rozhodují p íslušné státní instituce.

Jak m žeš pomoci matkám, kterým bylo dít po porodu odebráno? Specializuješ se i na takovéto p ípady?

Pokud bylo dít odebráno z d vodu brání drog, bývá v tšinou jedinou cestou, jak zvrátit rozhodnutí soudu, lé ení. My pomáháme tím, že zjistíme podmínky, za jakých by bylo možno zažádat o vrácení dít e, komunikujeme s ú ady a hlavn pom že me k nástupu na lé bu. To vše d láme ale jenom tehdy, když klientka souhlasí a vždy respektujeme její právo na to, aby souhlas nedala. Ale to platí pro všechnu naši práci s klienty.

Zkus te prost ednictvím Dekontaminace pozvat našeho tená e/toxikomana k vám, do Denního stacioná e Sananim. Co nabííte?

Sídlíme na adrese *Janovského 26 v Holešovicích (mezi Vystávišt m a Strossmayerovým nám stím)* a m žete k nám p íjit nebo zavolat (tel. 220 803 130, 605/212 175) *kdykoliv ve všední den mezi 9 a 16 hodinou*. Nejlepší je dorazit v úterý nebo tvrtek v 10.30 hod. na Motiva ní skupinu, což je takový prostor pro nov p íchozí, kde najdete kolegy, kte í s vámi proberou, s ím a jak vám m že me pomoci. Návst va u nás k ní emu nezavazuje, je možno p íjit i anonymn . Možná to nevyjde, ale je škoda to nezkusit a neud lat v bec nic...
Fatu

Opium



Opium se blíží sezona opia a mnozí z vás, zkušení jší i mén zkušení, vyrazí na pole s makovicemi. Následující text nech je pro všechny pou ením, pro n které varováním.

Užívání opia

Oby ejn se jedná jen o sezónní záležitost. Celoro ní zásobu opia si d lá málokdo a odvary a aje ze sušených makovic nejsou p iliš oblíbené.

Opium, nebo p ípravky z makoviny je možné si aplikovat:

Kou ením – surové opium se kou í z dýmek, nebo zabalené do cigaret. Biologická dostupnost (tzn. kolik ú inných látek se dostane do t la) je vysoká, kolem 60-70 %.

Požítím – biologická dostupnost je kolem 30 %. Požívat je možné opium surové nebo ve form aj a odvar . Nevýhodou je pozdní nástup ú inku, riziko p edávkování a asté zvracení.

Injek ní aplikace je zna n riziková a proto zcela nevhodná. Biologická využitelnost je skoro 100 %, ale zdravotní rizika spojená s injek ní aplikací jsou velmi vysoká.

Nejd ležit jším alkaloidem opia je morfin. Má mocný efekt na nervový systém, tlumí bolest, vyvolává euforii a zp sobuje celkový útlum mozku. Obávaným ú inkem je riziko zástavy dechu. Somaticky zp sobuje ochabnutí hladkého svalstva – tím i zácpu a problémy s mo ením. Morfin ovliv uje pohlavní

funkce. Muži i ženy ztrácejí zájem o sex, ženy nejsou schopny ot hotn t (p i pravidelném užívání zmizí ovulace). Muži mívají problémy s erekcí a bývá snížena i schopnost ejakulace.

Závislost p i užívání opia vzniká shodným mechanismem jako p i užívání jiných opiát (nap . heroinu). Na zp sobu aplikace p itom nezáleží. Také odvykací stav je stejný.

Detekovatelnost: Užití opia je možné prokázat jako jiné opiáty. Po jednorázovém užití se testy negativizují cca. 3 den, po pravidelném užívání do týdne.

Jak opium neužívat – poznámky pro uživatele opia

P íprava opia k užití není tak jednoduchá, jak se mnozí uživatelé domnívají. Nejv tší zdravotní rizika s sebou nese užívání injek ní. Surové opium je totiž sm sí r zných látek (krom alkaloid obsahuje stavební ásti rostliny – pevné sou ásti, r zné prskyice, zbytky bun ných organel) a p i injek ní aplikaci erstv sebraného opia bez náležitá úpravy dochází k poškození cévního systému v míst aplikace i na místech vzdálených, t eba v plicích, p es které se žilní krev „filtruje“. Dochází tak k ucpání plicních kapilár a zhoršenému oxysil ení krve. Pokud dojde k rozsáhlému poškození cévního systému v plicích, lov k se za ne dusit. Poškození plicních kapilár je ireverzibilní, tedy nevratné.

Pár zásad, o kterých si myslím, že je rozumné se jich držet:

Není rozumné aplikovat si injek n opium p ímo na poli. Hlavn z bezpečnostních d vod . P i p edávkování na poli se lov k pomoci nedovolá. Hygienické podmínky na poli jsou tragické. A pokud si lov k aplikuje drogy injek n , m l by zachovávat alespo základní normy – místo aplikace by m lo být ísté ... Pokud opium na poli užít musíte, je lépe jej kou it.

P íprava opia k injek ní aplikaci rozhodn nevypadá tak, že si aplikují p ímo š ávu sebranou z makovic, nebo jen zah átou s trochou kyseliny na lži ce. Pro alespo základní bezpečnost je t eba surové opium opakovan zah át s kyselinou, rozpustit a opakovan pe liv p e-filtrovat. I tak je pravd podobnost poškození žil a vzniku absces vysoká, ale riziko je p ece jen mnohem nižší.

Roztok k injek ní aplikaci by m l být erstvý, je nevhodné ho skladovat. Tímto zp sobem byste si mohli zp sobit vážné zdravotní kom-

plicace. Pokud roztok nespotebujete hned, je t eba ho dát do lednice, nebo užít jiným zp sobem (vypít). Ve skladovaném roztoku se mohou pomnožit bakterie nebo plísn – mají k tomu ideální podmínky, roztok obsahuje spoustu živin.

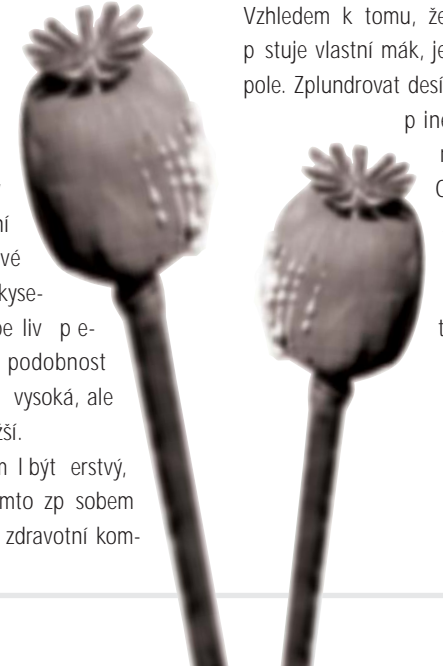
Pokud se po aplikaci opia objeví n jaká infekce – absces, flegmona nebo vysoká hore ka, abscesy v jiných místech než jste si aplikovali – vyhledejte léka e. M žete tak p edejít spoust problém .

Vzhledem k tomu, že málokdo z uživatel opia si p stuje vlastní mák, je dobré myslet taky na majitele pole. Zplundrovat desítky metr tverech plochy je p inejnším neslušné. Zkuste

napáchat co nejmén škody. Opium a jiné drogy je lépe neužívat. Rizika s tím spojená jsou zna ná. Zkuste si tedy dobře promyslet, zda vám to stojí za to, než se do toho pustíte.

P eju hezké léto ?

Jakub Mina ík





co všechno
ještě
nevíte o
bezpečném
sexu
a vědět
byste
měli...

JAK SE CO NEJÚ INN JI CHRÁNIT P ED SEXUÁLN P ENOSNÝMI CHOROBAMI?

Nejlepší ochranou p ed t mito chorobami (tj. HIV/AIDS, žloutenkou typu C, kapavkou, syfilisem atd.) je sexuální abstinence, nebo oboustranné zachovávání v rnosti u stálých partner . No, všichni ale nejsme asketové, sv tci a and lé, takže dál...

JAK SPRÁVN POUŽÍT KONDOM?

Kondom je p edevším t eba nejen správn nasadit (tj. zmá knout špi ku a zbytek pak rolovat dol až na ko en – tvrdého, ztopo eného! – penisu) a použít pro každý styk nový, ale také opatrn ho sundat a vyhodit do odpadkového koše. V p ípad nedostate ného zvlhnutí partnerky nebo p í análním sexu se doporuuje použít lubrika ní gel. Nedoporuje se naopak používání mastí nebo olej , ty totiž narušují propustnost kondomu. Pozor nap íklad po použití masážního krému, nebo na lé bu provád nou vkládáním ípk vyrobených na olejové bázi do ženských genitálií.

JAKÝ LUBRIKA NÍ GEL POUŽÍT?

asto máte problémy s používáním správného lubrika ního gelu. Doporuujeme oby ejný bílý lubrika ní gel bez jakýchkoliv p ísad. P ísady (v n a jiné p ísady) dráždí poševní prost edí. Lubrika ní gel s non-oxynolem 9 doporuujeme pouze v akutním p ípad .

JAK KONDOM NEPORUŠIT?

Co se prasknutí kondomu tý e, n kte í lidé si myslí, že toto riziko sníží tím, že partnerovi navle ou alespo dva kondomy. Chyba! Práv tímto zp sobem hrozí v tší riziko prasknutí kondomu. Tení je v tší a možnost prasknutí kondomu je tak vyšší. Dále je p í manipulaci s kodomem t eba dávat pozor na ostré nehty, piercing, prsteny s kamenem a podobné „natrhávací“ p edm ty.

CO KDYŽ KONDOM P ECE JEN PRASKNE?

V tšina žen si myslí, že když jim selže kondom, je nejlepší ud lat si výplach pochvy. Op t chyba! Výplach pochvy se v bec nedoporuje, protože žena si výplachem m že porušit poševní prost edí, navíc sperma spíše zatla í dále než vytla í ven. Doporuujeme mít u sebe lubrika ní gel s antivirovou látkou nonoxynol 9. P í prasknutí kondomu je pak pot eba si p íbližn hrst lubrika ního gelu (nap . s Tea Tree Oilem) vymakat do pochvy. Tento gel má antivirové ú inky a sníží pravd podobnost ot hotn ní a riziko p enosu viru HIV. Dále je dobré se posadit a b íšními svaly sperma vytla ít.

JAK P Í ORÁLU S NAKAŽENÝM Í NÁHODNÝM PARTNEREM?

Muži by ur ít m í mít navle ený kondom (bez zvlh o vadla). Pokud se muž jeho navle ení brání a vy mu p esto chcete vyhov t, osvojte si, ženy (ale vlastn nejenom vy), metodu navlékání kondomu pusou (kondom je p í ní nejd íve schovaný mezi tvá í a zuby uvnit v puse, pak se opatrn pomocí nejd íve jazyka

a potom prst naroluje na penis). Vy jste tak chrán ná(-ny) a muž si ní eho nevšimne. P í lízání partnerky je vhodné použít orální membránu, kterou lze koupit ve specializovaných obchodech, sexshopech.

Pokud trpíte n jakou sexuáln p enosnou chorobou – (sta í kvasinkami í plísn ími), riziko p enosu viru HIV

L. Šídová a J. Lhotáková jsou zam stnan-
kyn Ob anského sdružení **ROZKOŠ BEZ
RIZIKA (R-R)**, p sobícího od roku 1992
v oblasti prevence HIV/AIDS a dalších
sexuáln p enosných chorob. St edisko R-R
je ur eno prostitujícím ženám, ale spolupra-
cuje í s ženami v sociální nouzi, s bezdo-
movkyn ími a ženami závislými na drogách.
R-R je nizkoprahové za ízení, což znamená,
že v n m nejsou vyžadovány žádné
doklady.

PORADNA R-R

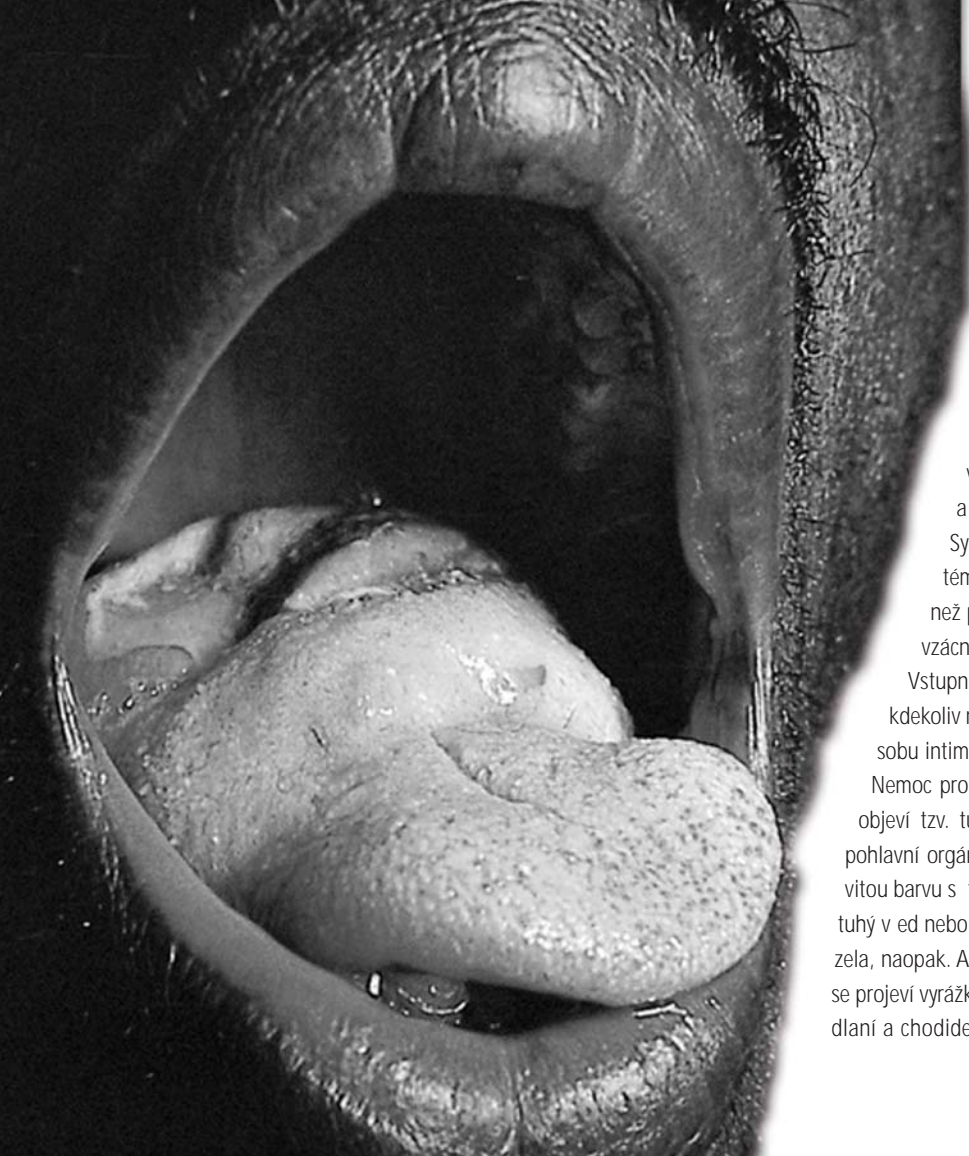
Praha, Bolzanova 1, u Hlavního nádraží

vždy pond lí a tvrtek
od 17 hodin do 20 hodin

se zvyšuje. D vodem je porušení poševní sliznice, díky n muž se zvyšuje riziko p enosu í dalších pohlavních chorob. asto se stává, že sice chodíte na pravidelné vyšet ení, ale pouze na testy HIV. Ostatní choroby jako- byste neznali a bylo vám to jedno. „Vždy se dají lé ít, ne?“ Je to ale velká chyba, protože tak, jak je d ležitě vyšet ení na HIV, tak je d ležitě í vyšet ení na ostatní sexuáln p enosné choroby. Velmi infek ní je práv syfilis a nemoc narkoman , hepatitida C. Nezapome te, že sexuáln p enosné choroby probíhají asto bez p íznak a nelze proto spoléhat na to, jak partner vypadá í jak se chová. Samoz ejmstí by proto m íly být pravidelné kontroly u odborného léka e, v p ípad riziko- vého chování nebo p í podez ení na nákazu obzvláš .

A ješt jedna rada nakonec. V p ípad sexuáln p enosných chorob je nutné lé ít nejen sebe, ale doporu ít to í svému sexuálnímu partnerovi, jinak dochází po vylé ení k opakované naze. Po dobu lé by by m íla být samoz ejm dodr- žena sexuální abstinence. Jde to t žko, vím, myslíte ale p ece jen (a v této oblasti p ede- vším) í na ty druhé, na jejich zdraví, život...

L. Šídová/J. Lhotáková/Fatu



PETROLEJOVÉ LAMPY | SYFILIS

„...abych nechytil žloutenku nebo HIV...“, vysv tluje mladík u okénka vým ny v Ká ku, který si ekl o kondomy. Dobrý nápad, jen zapomn l dodat, že taky kv li syfilid , kapavce, chlamydiové infekci a... (ve vý tu by se dalo ještě chvílku pokračovat). Na ostatní pohlavn p enosné choroby se ásto zapomíná, moc se o nich nemluví a p itom se mezi lidmi, co užívají drogy, objevují. Jako se t eba nedávno objevila syphilis. Chytil syphilis, nic moc, pokud se na ni však p ijde, dá se ještě dob e lé it. A jak se vlastn p enáší, rozpozná a projevuje?

Syphilis zp sobuje bakterie (Treponema pallidum), která se m že p enést tém výhradn pohlavním stykem. Asi 5 % p ípad je infikováno jinou, než pohlavní cestou. Mezi n pat í p enos z matky na dít (vrozená syphilis), vzácn dochází k p enosu nakaženými p edm ty, jako nap . jídelními p íbory. Vstupní branou pro bakterie od infikovaného lov ka m že být k že a sliznice kdekoliv na t le, nej ast ji však v oblasti pohlaví a ústní dutiny, to záleží na zp - sobu intimního styku.

Nemoc probíhá ve t ech stádiích. Když se n kdo nakazí, za 2-4 týdny se u n ho objeví tzv. tuhý v ed, a to v míst , kudy do t la vstoupila infekce (nap . vn jší pohlavní orgány, d ložní ípek, prsní bradavky, rty, jazyk atd.). Tuhý v ed má špekotivou barvu s tuhým okolím. Taky zdu í mízní uzliny v blízkosti v edu. Záludností je, že tuhý v ed nebolí a za 4-6 týdn zmizí i bez lé ení. Jenže to neznamená, že nemoc zmizela, naopak. Asi u t etiny nelé ených lidí se za 8-12 týdn rozvine druhé stádium. To se projeví vyrážkou (ásto nevýraznou), nejvíce na hrudníku, která postihuje k ži v etn dlaní a chodidel. Sou asn dochází k nebolestivému zdu ení uzlin na krku, v pod-

paží, v t íslech a v ústní dutin se mohou tvo it bílé plošky, které jsou infek ní. Na k ži se m žou objevovat vyrážky, které p ipomínají r zné kožní nemoci. Projevy mohou mizet a zase se objevovat. Po n kolika týdnech, zhruba do dvou let, p íznaky druhého stadia spontánn odezní. První i druhé stádium choroby je infek ní.

Asi t etina nelé ené syphilis ve druhém stadiu p echází, po m sících i letech bez p íznak , do t etího stadia. V tomto stadiu je syphilis nejmén nakažlivá pro okolí, nebo organismus uzav el Treponemy do ohrani eného chronického zán tu a infekce je omezena na n který orgán. Rozpadem zán tlivého ložiska vzniká tzv. syfilitické gumma (nekrotická vazká hmota). Pro toto stádium je 5-20 let po primární infekci typické postižení p edevším centrálního nervového systému, srdce a kardiovaskulárního systému, kostí a kloub . Takový lov k m že mít destruovanou nosní p epážku, projevuje se u n j neschopnost chodit až po p íznaky obrny, m že mít bludy, poruchy e i, osobnost se rozpadá. Kdo vid l film „Petrolejové lampy“, ví, o em mluvím. T etí stádium našt stí v sou asné dob v R nevidáme, ale syphilis se objevuje ím dál ast ji, takže kdo ví, za pár let...

Jak jsem psala na za átku, syphilis je dob e lé itelná, ale musí se na ni p ijít. Máš-li n jaké pochybnosti, pozoruješ-li na svém t le n co zvláštního, nebo lov k, se kterým jsi m l/m la n co intimního, nevypadal nejzdrav ji, ud láš nejlíp, když zajdeš nebo zavoláš do Ká ka (kontakt najdeš na zadní stran Dekontaminace) a poradíš se, co dál. M žeme Ti dát doporu ení a kontakt na místo, kde Ti ud laji zadarmo testy a vyšet ení. Je taky dobré v d t, že lov k, který má zjišt nou syphilis, je povinen se lé it.

P ece jen, dojit na testy a dozv d t se, že je vše OK nebo zapo it lé bu, je po ád lepší, než si nebyt jistý, mít brouka v hlav a t eba Treponemu v t le. Odvaze zdar a bezpe němu sexu zvláš !

BAR



MOTIVA NÍ SKUPINA V DENNÍM STACIONÁ I SANANIM

P emýšlíš o tom, jak dál naložit sám se sebou? Uvažuješ o lé b ? O detoxu i substituci? Pot ebuješ pomoc p i kontaktech s ú ady nebo splacení dluh ? Nebo jen nevíš, co dál a hledáš n jakou novou možnost jak zkusit n co zm nit? Pak je tu pro Tebe MOTIVA NÍ SKUPINA.

Motiva ní skupina probíhá každé úterý a tvrtek od 10:30 do 12 hodin v Denním stacioná i SANANIM. Dorazit m žeš bez objednání, jedinou podmínkou je p ijít v „použitelném stavu“. Nabízíme Ti nezávaznou konzultaci a snad i podporu a pomoc p i ešení Tvých problém . Co budeme ešit a kam potom nasm ruješ svoje kroky, záleží z velké ásti na Tob . Tím prvním, nejd ležit jším krokem, je P IJÍT.

Krom Motiva ní skupiny nabízí DS SANANAM t ím sí ní intenzivní ambulantní lé bu, individuální konzultace, poradenství, program pro rodi e aj. Individuální služby p ípadn ambulantní lé bu mohou využít i t hotné a matky s d tmí. Do DS SANANIM m žete dorazit každý všední den mezi 8 a 16 hodinou.

T ší se na Tebe Lenka, Ilona, Dana, Veronika, Jakub, Martin a Jaromír - tým DS SANANIM

DENNÍ STACIONÁ SANANIM
Janovského 26, Praha 7
telefon: 220 80 31 30, 605 21 21 75

bohnice, pavilon 26 poprvé

Na poslední dvoustránce minulého Dekontaminace jste si mohli přečíst otevřený dopis „pana“ m.d. do terapeutické léčebny. Na konci tohoto isla vám nabízíme další otevřenou výpověď, která, který si s drogami prožil své. J. Vonderka (Kališník) bral od 17 let pervitin, k léčení se ale odhodlal (narozdíl od m.d.) o dost dříve a už ve 24 letech byl zvolen zastupitelem Olomouckého kraje a jmenován členem Krajské protidrogové komise. Následující text je ukázkou z jeho autobiografické knihy Smrt jménem závislost, která vyšla na jaře tohoto roku v nakladatelství Portál.

Nebolela mě tolik hlava. Ruce se mi klepaly po jídle. Po společném snídání jsem zapadl do kušiny. Nemusel jsem říkat, co jsem za alkoholici, kteří tam byli, to poznali okamžitě a já jsem taky. Vysomroval jsem tam cigaretu a lal jsem jim vykouřil. Okamžitě jsem si řekl o druhé a až pak jsem se uklidnil. Byli jsme si tak cizí, přítomni na jedné lodi. Ráno jsme měli hned po snídání takovou sešlost. Moc mě to nezajímalo. Sedli jsme na židli, kdosi tam někdo říkal o tom, jak se dostanou na konci. Vbec jsem netušil, o co jde. A tak jsem po tom ani nepátral. Mužila mě myšlenka na dávku. Najednou mě to pohltilo, realitu jsem nevnímal. Po jídle jsem přelomil, jak se v inzulinu smíchává krev s drogou. Prožíval jsem to, jako by to byla realita, jen ten nájezd nepišel. Skupina končila a my vycházeli ven každý sám, jen „alkáři“ se mezi sebou občas bavili. V pyžamu jsem se zastavil u nástupky s velkým nápisem: „Může po celé budově jsou proto, aby některý z pacientů neztratil orientaci v prostoru a zase a pak nevadí, jak se vrátit.“ Píšlo mi to komicky, s úsměvem jsem vyrazil do pokoje. Mysl jsem, že se mě to netýká. Spolubydličníci byli něco jako já – váha tak 55 kg, dlouhé vlasy, propadlý obličej. Během chvíle jsme se bavili o drogách. Kdo koho zná a jaký je nejlepší pervitin, kdo jaký potom prožíval stavy. Vyprávěl

jsem mu, jak jsem se sem dostal. A to, že jsem to chtěl skončit. On přišel do léčebny úplně nahý. Mysl si, že by mě měl jít na léčení i sty, a tak spálil i oblečení a doklady. Ani mi nepřipadalo, že by to bylo nenormální. Vyprávěl jsem mu, jakou jsem měl utkvělou představu po požití LSD. Dal jsem si ho, když pozavírali všechny vařečky a drogy už moc nebylo. Ani heroin nebyl k sehnání, když byl, byl předraženější. Od jednoho známého vařečky jsem dostal jeden krystal LSD. Vypadalo to jako bobek od kafeinu. Měl jsem ho cucat pod jazykem. Moc jsem o tom nepřemýšlel, byl jsem na dně. (Ten mšíc, kdy posbírali pílku narkomanů a vařečky z celé Prahy, jsem jel hodně v heroinu. Vždycky jsem ho mixoval s pervitinem. Teď mi nezbyvalo než brát i čistý heroin.) Když jsem ten krystal cucal, odcházel jsem si kam do nějakého sklepa, abych měl klid a abych mě nenapadlo jako minule po klasickém tripu létat. Sotva jsem zalezl do jednoho baráku, cítil jsem zničehonic ránu jako z dlaně. Mozek vypnul a podlomila se mi kolena a praštil jsem sebou o zem. Bylo to tak silné, že jsem stěží dýchal, nemohl jsem ani pohnout rukama. Sedl jsem opřený o zeď, nemohl jsem se hnout a ve svítidle sklepní žárovky jsem upřeně sledoval prostor před sebou – najednou se tam objevila krychle, která se na modrém pozadí zala sama prohýbat a tvarovat se do všelijakých tvarů. Prohýbala se a zplošovala. A já si uvědomoval, že je to jako svítidlo, že mi tím někdo chce říci, jak vzniká hmota, svět kolem nás, a že všichni jsme světelné krychle, které se prohýbají a zplošují a zase narovnávají. Začal jsem se jako prohýbat a také se zplošovat a pak jsem upadl

do bezvědomí. Ten utkvělý zážitek jsem popisoval tomu toxikovi jako fakt. Ještě dva roky poté jsem té halucinaci vylíčil.

Stejně jako po tripu jsem věřil, že umím létat. Byl jsem zrovna v K-centru, dal jsem si trip a pak, tak za půl hodiny, ten stav přišel. Ven mě vyvedl kamarád Kalda a hlídal mě, abych nikam nešel skotit. Byl jsem úplně mimo. Mysl jsem si, že jsem sám a že vím, jak létat. Stačí se postavit na kraj, a ne se odrazit, ale jen stát a ono to půjde samo, tělo se nadlehčí, mírně se odlepím a vzduch kolem mě pohltnu, vezme mě do náruče a já budu létat. Kalda mi pak popisoval, že jsem se stavěl na květině nebo na lavičce a chtěl jsem odletět. A pak mě napadlo, že je u země moc těžký vzduch, abych udržel, a tak jsem chtěl letět z nějaké budovy. Pak jsem pocítil kdesi uprostřed Václavského náměstí, měl jsem pocit, že mě pronásledují vosy, a byl jsem strašně vyklepanej. Bylo něco kolem šesté večer, asi všední den. Všude kolem spousta lidí.

Můj stav se v léčebně radikálně zhoršoval. Moje nálady a deprese zaaly stupňovat napětí, zklidného spolubydličního se stal agresivní nepřítel. Ubíhlo asi třináct dnů a já měl pocit, že už nemůžu, že musím pryč. Čas jsme tam trávili v kušíně nebo na pokoji. Už jsem nemohl přestat myslet na náslehy. Po třetí straně jsem se cítil relativně dobře. Ale psychicky jsem byl

na dně. Deprese mě ovládla, sedl jsem u mězí a sledoval okolí, něco tam uvnitř brečelo a slzy se mi draly ven. Jako kdyby mě někdo svázal a já nemohl ani dýchat. Smyčka se den co den utahovala, bylo to k nevydržení.

Když pacienti dokouřili, utekl jsem oknem z kušiny. Ovládla mě obrovská agresivita a hrozná touha po dávce. Kopal jsem do mězí, až povolily. Protáhl jsem se ven. Jen v pyžamu jsem utíkal, se mně nohy stály, až jsem se zastavil někde u tramvajové zastávky. Mysl jsem na Katku, snad mi dá nějaké oblečení. Za vysomrovanou dvoukorunu jsem jí zavolač z budky před domem. Neznadila mě a dala mi nějakou cenu na sebe, byl konec listopadu a já byl už promrzlý na kost. Dala mi i nějaké peníze, asi necelou stovku, co doma sebrala, a já vyrazil hledat někoho, kdo mi dlužil, abych sehnal na náslehy.

Kolem druhé ráno jsem sehnal za dvě stovky perník. Bylo to úžasné nájezd. Bylo mi dobře, zapomněl jsem snadno na to, co se stalo. Chodil jsem celou noc po Kampě a po Starých městech, docela mrzlo, pozoroval jsem mraky a hvězdy. Vbec jsem se nestaral, co bude, byl jsem rád, že jsem u zdroje, že jsem zpátky. Zas jsem potkával ty stejné lidi a vyprávěl jsem jim o tom, jak jsem utekl, a vymlouval jsem jim fámy, že jsem uměl. Druhý den jsem přišel Katce pod kovat, že mi pomohla. Sedli jsme si do naší hospůdky a kecali jsme. Vyprávěla mi, že chodí s nějakým klukem a občas prodává perník v klubu. Po pár minutách jsem si uvědomil, že lže. Vděl jsem, že je schopná se za dávku s kýmkoliv vyspat. Aby to měla. Je to vcelku běžná věc, že když někdo má drogy a chce si to s některou užít, pozve ji na dávku a pak se s ní vyspí. Bylo mi líto, že už nejsme spolu, chyběla mi jako partner, s kterým bych byl a dávat si to. Nakonec se mě zeptala, jestli si s ní dám. Nemusela mě přemlouvat, sjeli jsme se a vyspali se spolu. Když svítalo, ztratili jsme se v temnotě drogového opojení...

