

Přílohy

Příloha 1: Rozhovor č. 1

1. Objevovaly se závislosti ve Vaší rodině? Pokud ano, jaké a u koho?

Ano. Sestra užívala pervitin asi 1 rok a babička byla závislá na alkoholu.

2. Nastávaly ve Vaší rodině nějaké výraznější problémy v dětství?

Ano. Babička byla alkoholička a žila s námi v jedné domácnosti (v mých 12 ti letech). Mně bylo asi 12 let a babičku jsme doma se sestrou často nacházeli v podnapilém stavu (na sestru to má následky dodnes). Dle psychiatričky se má závislost mohla vyvíjet také od takovýchto zkušeností. Co se týče rodiny, tak výchova byla spíše volná. Od rodičů jsem nedostávala tresty, ani když to bylo potřeba. Bohužel jsem vůči nim neměla žádný respekt. Táta nebyl často doma, a když přišel, vodil s sebou své kamarády.

3. V kolika letech jste poprvé sáhla po droze a jak se užívání stupňovalo?

Úplně poprvé ve svých 17 letech. To jsem brala jen pár měsíců. Pak jsem ale začala znova ve 35 letech.

4. Jaké důvody jste měla k užívání drogy?

Hlavním důvodem bylo náročné zaměstnání, ve kterém nastával stres. Dále neshody v manželství a touha si užívat. Manžel mě urážel, nadával mi. Urážky se často týkaly mé váhy a tak touha shodit nějaká kila také přispěla k užití drogy. Váhu jsem ztrácela až moc a nakonec byla díky fetování až příliš hubená. S manželem po čase nastal rozvod.

5. Jak jste si opatřila svou první drogu?

Od kamaráda.

6. Jaká byla Vaše první užitá droga a jaký byl způsob jejího užití?

Moje první droga byla pervitin a to způsobem nazývaným šňupání.

7. Jaké další drogy jste užíval?

Pravidelně jen pervitin. Zkoušela jsem trávu, ale z té mi nebylo dobře. Jednou jsem zkusila extázi, ale ve stejnou chvíli jsem v sobě měla také pervitin, tak jsem oproti samotnému užití pervitinu nepocítovala nic rozdílného.

8. Jak dlouho jste drogy užívala?

Celkem 5 let.

9. Mohla byste v krátkosti přiblížit Váš každodenní den na droze?

S drogou jsem začala v době zaměstnání, ale po čase jsem to nezvládala skloubit a zařídila si pracovní neschopnost. V té době jsem byla jen doma, starala se o domácnost, uklízela, žehlila, sháněla drogy. Všechny přátelé i rodinu jsem od sebe odehnala. V pracovní neschopnosti jsem byla jeden rok a pak zase začala pracovat. Pracovala jsem ale stylem „jen když se mi chtělo“, a tak po čase nastal vyhazov. Zaregistrovala jsem se na úřadu práce a v tu dobu se to vše zlomilo. V době pracovní neschopnosti jsem pobírala peníze na tzv. neschopenku a tak o drogy nebyla nouze. Horší to bylo v době, kdy začal fetovat i přítel, který sice pracoval, ale přesto nastávaly chvíle, kdy jsme neměli ani na jídlo, jelikož všechny peníze padli na pervitin.

10. Navštěvovala jste nějaké organizace pomáhající drogově závislým osobám, pokud ano, jaký typ léčby jste absolvovala?

Ano, v době pracovní neschopnosti jsem docházela na psychiatrii, kde jsem brala léky (Rivotril a nějaká antidepresiva). Léky jsem ale užívala dle svých potřeb, Rivotril jsem brala jen na „dojezdu“ a někdy při bolesti hlavy, aby se mi líp usínalo. Když jsem na psychiatrii docházela, často jsem v sobě měla pervitin a lékaři to ani nepoznali. Důvodem pro léčbu na psychiatrii zpočátku byla snaha získat důchod na psychiatrickou poruchu. Droga ale byla silnější a díky ní jsem přestala chodit na kontroly a nakonec nešla ani před finální komisi.

11. Kdy jste si poprvé uvědomila, že je potřeba s drogou přestat?

Okamžitě, jakmile jsem nedostala menstruaci a zjistila jsem, že čekám miminko. Z kontaktů jsem ihned vymazala všechny lidi, kteří mají něco společného s drogami

a těšila se jen na miminko. Abstinovala jsem úplně sama a úspěšně. Nutno ale říci, že jednoduché to nebylo, při absenci pervitinu v těle nastávaly několikaminutové křeče, zkroucení horních i dolních končetin. Takže vedlejší účinky pervitinu nejsou zrovna příjemné.

12. Jak a co Vám pomohlo s drogou skončit?

Jen moje těhotenství. Nikoho jsem k abstinenci nepotřebovala.

13. Jaké bylo zapojení se zpět do běžného života (práce, partnerské vztahy, rodinné vztahy, přátelé, bydlení, zbavení se dluhů)?

Bylo to hodně těžké. Každý mi říkal, ať jdu na potrat, že se o dítě nezvládnou postarat, a že na to nemám. Nikdo se mnou nepočítal. Navázat znovu vztahy bylo hodně těžké, všichni ke mně měli nedůvěru. S přítelem jsme řešili bydlení. Věděli jsme, že s miminkem nemůžeme běhat po ulici. Rodinné vztahy byly dlouho špatné. Nejlepší byly se sestrou, s kterou jsme vztahy udobřily již v těhotenství, ve kterém jsme byly obě dvě. Matka mi začala odpouštět cca po 2 letech abstinence a dnes je náš vztah už mnohem lepší. V době závislosti mi mamka nedala ani korunu, aby neživila závislost na pervitinu. Dnes už mi finančně pomáhá a to hlavně s dcerou. Otec se mnou začal mluvit více jak po roce. O drogové minulosti se s nikým z rodiny nebavím. Nikdo z nás o tom mluvit nechce. Je to navždy zapomenuté.

14. Objevily se u Vás při abstinenci myšlenky opět užít drogu?

Určitě ano. Někdy se objeví i teď, občas se mi vrací ty stavy, užít drogu, ale díky bohu už jen myšlenkové. Pak si rychle řeknu bože, na co myslíš a začnu se tomu smát.

15. Jak dlouho drogy k životu nepotřebujete?

Více jak 3 roky.

16. Dá se říci, že jste něčím nahradila účinky drogy (sport, kultura, náboženství)?

Ano. Dcera mi nahradila vše, ona je moje droga a můj život!

Příloha 2: Rozhovor č. 2

1. Objevovaly se závislosti ve Vaší rodině? Pokud ano, jaké a u koho?

Ano, otec byl alkoholik, kvůli alkoholu zemřel už v 60-ti letech.

2. Nastávaly ve Vaší rodině nějaké výraznější problémy v dětství?

Ano, otec fyzicky i psychicky týral matku. Mé dětství to hodně ovlivnilo. Kamarádky domů na návštěvu nepřicházely v úvahu, mnohokrát jsem musela pomoci mamce po otcově útoku. Díky mamce mám alespoň nějaké dobré vzpomínky na dětství, ta se vždycky snažila.

3. V kolika letech jste poprvé sáhla po droze a jak se užívání stupňovalo?

Drogu jsem poprvé užíla v 17 ti letech a to způsobem šňupání. Hned po jednom měsíci jsem začala užívat nitrožilně.

4. Jaké důvody jste měl k užívání drogy?

Zamilovanost do osoby závislé na pervitinu. Chtěla jsem, aby tehdejší partner přestal užívat drogy, ale místo toho jsem začala brát s ním. Když jsem se o jeho závislosti dozvěděla, dala jsem mu ultimátum: buď s drogami přestane, anebo začnu taky. Skončilo to druhou možností a přítelova závislost se stále stupňovala.

5. Jak jste si opatřila svou první drogu?

Partner mi ji sám opatřil a také mi pomohl s jejím užitím.

6. Jaká byla Vaše první užitá droga a jaký byl způsob jejího užití?

První drogu představoval pervitin, který jsem si šňupla.

7. Jaké další drogy jste užívala?

Jen marihuanu.

8. Jak dlouho jste drogy užívala?

Celkem rok a půl.

9. Mohla byste v krátkosti přiblížit Váš každodenní den na droze?

Den byl noc a noc byla den. Vše splývalo v jediné. Bylo mi všechno jedno, všechno bylo krásné, neměla jsem žádné starosti. Občas se objevil mrak v podobě nedostatku financí. Peníze na drogy jsem sháněla, kde se dalo. Od mamky pod záminkou hladu, přítel kradl a vše prodával, abychom se „uživilí“, nikoli však díky jídlu, ale díky pervitinu.

10. Navštěvovala jste nějaké organizace pomáhající drogově závislým osobám, pokud ano, jaký typ léčby jste absolvovala?

Ne. Věřila jsem, že přestanu sama.

11. Kdy jste si poprvé uvědomila, že je potřeba s drogou přestat?

Když jsem viděla svou vlastní mamku, jak se trápí a okolí se mnou přestalo komunikovat. Hlavním důvodem ale bylo to, že mi hrozili odebráním dcery, kterou jsem i v době závislosti měla u sebe.

12. Jak a co Vám pomohlo s drogou skončit?

Dcera. To maličké, bezbranné stvoření mě vtáhlo zpět do života. Uvědomila jsem si, že o ni nechci a nemohu přijít. Jednoho dne jsem vzala jehlu s pervitinem a vyhodila ji. Sbalila jsem věci mně i dceři a šla k sestře, kde začal boj sama se sebou, přestat s pervitinem a začít normálně žít.

13. Jaké bylo zapojení se zpět do běžného života (práce, partnerské vztahy, rodinné vztahy, přátelé, bydlení, zbavení se dluhů)?

Zapojení zpět bylo moc těžké. Okolí mě stále bralo jako feťačku. Na vlastní matce jsem viděla, jak je nešťastná a to díky mně. Nikdo mi nevěřil, že chci opravdu přestat. Po čase pochopili, že to myslím vážně a podali mi pomocnou ruku. Až téměř po pěti letech mě začali brát normálně, jako sobě rovnou. Bývalý přítel s užíváním nepřestal a tak skončil náš vztah. Dluhy byly příliš vysoké, a proto se jich zbavuji dodnes, i přesto, že je to 19 let.

14. Objevily se u Vás při abstinenci myšlenky opět užít drogu?

Zpočátku ano. Občas jsem si i něco dala, ale už jsem z toho neměla to, co dřív, a tak jsem s tím nadobro přestala.

15. Jak dlouho drogy k životu nepotřebujete?

Dlouhých 19 let.

16. Dá se říci, že jste něčím nahradil účinky drogy (sport, kultura, náboženství)?

Ano. Drogy jsem nahradila rodinou, normálním životem, prací a přáteli. Drogu už nepotřebuji a jsem si jistá, že ani potřebovat nebudu.

Příloha 3: Rozhovor č. 3

1. Objevovaly se závislosti ve Vaší rodině? Pokud ano, jaké a u koho?

Ne, žádné závislosti v rodině jsme neměli.

2. Nastávaly ve Vaší rodině nějaké výraznější problémy v dětství?

Ne, žádné problémy se neobjevovaly.

3. V kolika letech jste poprvé sáhla po droze a jak se užívání stupňovalo?

V 16 ti letech jsem poprvé sáhla po marihuaně, od 17. roku jsem začala užívat pervitin, extázi, speed, LSD či MDMA. Nejčastěji jsem užívala pervitin společně s extází a marihuanou.

4. Jaké důvody jste měla k užívání drogy?

Konkrétní důvod nebyl žádný. Řekla bych, že nejlíp se pro můj začátek závislosti hodí heslo „zakázané ovoce chutná nejlépe“.

5. Jak jste si opatřila svou první drogu?

Od přítele, který byl také závislý. Zpočátku mi drogu dát nechtěl, ale věděl, že to chci zkusit a nezabránil by mi v tom.

6. Jaká byla Vaše první užitá droga a jaký byl způsob jejího užití?

Úplně poprvé jsem užila marihuanu, kterou jsem kouřila. Potom jsem zkusila pervitin formou šňupání a později přešla k formě pomocí jehly.

7. Jaké další drogy jste užívala?

Extáze, LSD, MDMA, později také alkohol.

8. Jak dlouho jste drogy užívala?

Necelých 6 let.

9. Mohla byste v krátkosti přiblížit Váš každodenní den na droze?

Ráno po probuzení vstát, jít do města, koupit si drogu, aplikovat drogu a jet do školy. Nebo taky do školy nejet a jen tak si sednout v parku, kde se objevují stejní lidé se stejným osudem. V parku jen tak sedět a kouřit trávu. Večer jet domů posledním autobusem, zalézt si do pokoje, kde opět nic nedělat, anebo jít spát.

10. Navštěvovala jste nějaké organizace pomáhající drogově závislým osobám, pokud ano, jaký typ léčby jste absolvovala?

V době závislosti jsem navštěvovala jen K-centra a to čistě jen kvůli výměně jehel za čisté.

11. Kdy jste si poprvé uvědomila, že je potřeba s drogou přestat?

Vlastně nikdy, jelikož jsem v době užívání pervitinu začala i pít alkohol, časem jsem jen přešla ze závislosti do závislosti. Časem jsem přestala mít potřebu užít pervitin a začala víc a víc užívat alkohol. Alkohol jsem pak přestala užívat z důvodu nemoci.

12. Jak a co Vám pomohlo s drogou skončit?

Objevila se u mě panická porucha, s níž byli spojené strašné stavy. Od té doby mám strach z takového stavu, nechci opět zažívat ataky a podobné stavy.

13. Jaké bylo zapojení se zpět do běžného života (práce, partnerské vztahy, rodinné vztahy, přátelé, bydlení, zbavení se dluhů)?

Rodinu, vztah i práci jsem měla i v době mé závislosti, takže život po skončení s drogami byl pro mě v tomto smyslu celkem jednoduchý.

14. Objevily se u Vás při abstinenci myšlenky opět užít drogu?

Neobjevily. Mám rodinu a hlavně dcera je pro mě více než nějaká droga.

15. Jak dlouho drogy k životu nepotřebujete?

16 let.

16. Dá se říci, že jste něčím nahradila účinky drogy (sport, kultura, náboženství)?

Od pervitinu jsem bohužel sklouzla k alkoholu. Alkohol jsem pila několik let, dokud se u mě neobjevila panická porucha. „Díky“ této poruše jsem přestala pít a i jen myslet na drogy.

Příloha 4: Rozhovor č. 4

1. Objevovaly se závislosti ve Vaší rodině? Pokud ano, jaké a u koho?

Strýc měl problémy s alkoholem (bratr od mé matky). Moc o něm ale nevím, protože se s rodiči nestýkal.

2. Nastávaly ve Vaší rodině nějaké výraznější problémy v dětství?

Významné problémy nebyly, rodiče se přede mnou, ani před sourozenci nehádaly. Dá se říci, že dětství bylo normální.

3. V kolika letech jste poprvé sáhla po droze a jak se užívání stupňovalo?

Ve 13-ti letech jsem zkusila cigarety (pouze příležitostně, dá se říci, že z „frapeřiny“). V 15-ti letech jsem okusila marihuanu, opět jsme si s kamarády řekli, že to jen zkusíme. Z počátku jsme ji užívali přibližně jednou za měsíc, postupně jsme ale kouřili skoro každý den. Po zkušenostech s trávou jsem si řekla, že zkusím i pervitin a poprvé jsem to udělala v 17 ti letech, kdy jsem si ho šňupla (celkem asi 3x v jednom měsíci). Nájezd mi ale přišel celkem dlouhý, a když jsem se seznámila s lidmi, kteří tuto drogu „vařili“, nebyl problém si s nimi pervitin píchnout rovnou do žil. To se mi samozřejmě zalíbilo a s nitrožilním užíváním jsem pervitin začala užívat z počátku o víkendech, ale po pár týdnech velmi pravidelně, dá se říci, že obden.

4. Jaké důvody jste měla k užívání drogy?

Frapeřina, zapadnout do party, zvědavost, jak se narkomané cítí. Problematika drog mě zajímala již dříve a hodně jsem o ní měla načteno, chtěla jsem si zkusit, jestli je pravda to, jak autoři popisují stavy po užití látky.

5. Jak jste si opatřil asvou první drogu?

Jak cigarety, tak marihuanu i pervitin jsem si sehnala přes kamarády, kteří s tím již měli zkušenosti.

6. Jaká byla Vaše první užitá droga a jaký byl způsob jejího užití?

Ve 13-ti letech cigarety, v 15-ti marihuana, v 17-ti pak pervitin, který jsem si šňupla.

7. Jaké další drogy jste užívala?

Marihuana, pervitin.

8. Jak dlouho jste drogy užívala?

Marihuanu jsem užívala přibližně 6 let a pervitin 4 roky.

9. Mohla byste v krátkosti přiblížit Váš každodenní den na droze?

Vzhledem k tomu, že v době užívání jsem stále chodila do školy, den měl určitý řád. Před školou jsem si vždycky dala dávku (spíše někde venku, protože v domě se pohybovali rodiče), nebo někdy na záchodě ve škole (pro zajímavost uvedu, že největší nutkání užít drogu jsem měla před hodinou psychologie, nemám k tomu ale nijaké vysvětlení). Po škole jsem se většinou setkala s kamarády ve městě, kde jsme sháněli peníze na další drogy, případně je rovnou koupili. Pokud nějaké peníze zbyly, většinou se utratily v herně. Po zbytek dne, pod vlivem drogy, se nic nedělalo, chodilo se bezvýsledně po městě, vymýšlely se blbosti.

10. Navštěvovala jste nějaké organizace pomáhající drogově závislým osobám, pokud ano, jaký typ léčby jste absolvovala?

Jednou jsem navštívila K-centrum, kde jsem o svých problémech mluvila s tamní pracovníci. Ta působila sympaticky, nicméně mi přišlo, že rady v oblasti drog má naučený pouze teoreticky (zřejmě čerstvě vystudovaná slečna) a neměla představu o tom, jak to funguje v reálném životě. Po delším užívání jsem se rozhodla (hlavně díky rodičům) podstoupit léčbu v psychiatrické léčebně Červený Dvůr, kde jsem byla 5 měsíců. Absolvovala jsem týdenní detoxifikaci a pak jsem byla přeřazena do komunity (klasické oddělení následující po detoxu). To mělo dvě fáze, z první do druhé jsem se musela sama dostat díky úspěšné abstinenci. To se mi povedlo po třech měsících. Dostávala jsem pravidelné vycházky a mohla také dojíždět do školy (v „červeňáku“ jsem se musela učit, jelikož jsem v tu dobu studovala dálkově a díky vycházkám jsem mohla dojíždět alespoň na zkoušky).

11. Kdy jste si poprvé uvědomila, že je potřeba s drogou přestat?

Sama jsem si nikdy neuvědomila, že je potřeba s fetováním skončit, protože mě ten život vyloženě bavil. Až když mě rodiče poslali do léčebny, jsem si řekla, že to zkusím bez drog vydržet (i přesto, že jsem díky své plnoletosti mohla podepsat revers).

12. Jak a co Vám pomohlo s drogou skončit?

V léčebně jsem zjistila, že je fajn být zase čistá a po dobu pobytu tam, jsem to celkem v pohodě vydržela. Po ukončení léčby jsem se ale vrátila do starého města a na rok začala opět užívat pervitin. K finální abstinenci mi pomohl nynější přítel, kterého jsem v době fetování potkala (již před devíti lety). Tehdy pracoval jako řidič kamionu a nabídl mi, abych s ním odjela na výlet a já souhlasila. Po dlouhých kilometrech jízdy mi kamarád sdělil, že buď tam drogy (které jsem ještě měla u sebe) vyhodím a skončím s nimi, nebo mě vysadí a ujede. Já jsem drogy hodila do kanálu a na dobro s nimi skončila. Hodně mi tehdy pomohl společný sport s přítelem, kdy jsem často jezdila na kolečkových bruslích, a přítel vedle mě běhal.

13. Jaké bylo zapojení se zpět do běžného života (práce, partnerské vztahy, rodinné vztahy, přátelé, bydlení, zbavení se dluhů)?

Zapojení do života bylo těžké, ale díky přítelovi a hlavně jeho práci mohu říct, že jsem to zvládla. Celých 5 let jsem absolvovala všechny jeho pracovní cesty s ním, abych se nevracela zpět mezi lidi, který jsem znala díky drogám. Po návratu zpět do České republiky jsme se přestěhovali do úplně jiného města, než jsem žila v době závislosti. Tím, že jsem s drogami začala v pubertě, jsem se učila mnohé věci až v pozdějším věku (např. vaření). Při začlenění pro mě bylo asi nejtěžší koordinovat své pohyby těla. Rodinné vztahy se po mém vyléčení hodně zlepšily, i když rodiče vůči mně nemají stoprocentní důvěru ani teď.

14. Objevily se u Vás při abstinenci myšlenky opět užít drogu?

Při pomyslení, že bych zklamala jak partnera, tak přátelé a rodinu, vím, že si už drogu nedám.

15. Jak dlouho drogy k životu nepotřebujete?

Skoro 9 let.

16. Dá se říci, že jste něčím nahradila účinky drogy (sport, kultura, náboženství)?

Nedá se úplně říci, že jsem drogu ničím nahradila, není nic, co bych začala dělat navíc po skončení s užíváním. Co se týče změn, mohu říci, že od doby abstinence se moje povaha změnila spíše na cholerickou.

Příloha 5: Rozhovor č. 5

1. Objevovaly se závislosti ve Vaší rodině? Pokud ano, jaké a u koho?

Ano, nějaké závislosti byly. Sestřenice (z máminy strany) byla závislá na drogách (pervitinu), matka měla problémy s alkoholem, které má dodnes.

2. Nastávaly ve Vaší rodině nějaké výraznější problémy v dětství?

Ano nastávaly. Ve škole jsem jako malá byla šikanována a doma mě také tyranizoval můj otčím, se kterým jsme žili v jedné domácnosti.

3. V kolika letech jste poprvé sáhla po droze a jak se užívání stupňovalo?

V 15 ti letech jsem okusila marihuanu, v 18 ti letech jsem zkusila pervitin, který jsem si šňupla. Po pár užitích tímto způsobem jsem použila jehlu.

4. Jaké důvody jste měla k užívání drogy?

Zvědavost, jaký bude život na droze. Zjistila jsem, že mě to baví.

5. Jak jste si opatřila svou první drogu?

Od kamaráda, který s drogami již experimentoval.

6. Jaká byla Vaše první užitá droga a jaký byl způsob jejího užití?

Marihuanu samozřejmě kouřením a pervitin šňupáním.

7. Jaké další drogy jste užívala?

Zkoušela jsem houbičky, ale jen občas.

8. Jak dlouho jste drogy užívala?

Marihuanu 9 let a pervitin 3 roky.

9. Mohla byste v krátkosti přiblížit Váš každodenní den na droze?

Jelikož je pervitin aktivní droga, chodilo se na různé akce. Přes den, když jsem zrovna byla doma, se dá říci, že jsem měla uklízací mánii. Nesnesla jsem nikde nepořádek, všechno jsem musela dát na své místo. Večer na akci jsme k pervitinu často užívali

alkohol. V barech jsme hráli např. stolní fotbálek. Na samotném pervitinu mi dělalo problém usnout, ten stav jsem vždy musela přepít, abych v klidu usnula. Druhý den byl stav vždy hrozný, bylo mi vždy nesnesitelně špatně.

10. Navštěvovala jste nějaké organizace pomáhající drogově závislým osobám, pokud ano, jaký typ léčby jste absolvovala?

Z počátku závislosti jsem docházela k psychiatrovi, kde se léčila ambulantně – neúspěšně. Po čase jsem nastoupila dobrovolně do psychiatrické léčebny.

11. Kdy jste si poprvé uvědomila, že je potřeba s drogou přestat?

Asi po dvou letech užívání. Vlastní bratr se se mnou nechtěl stýkat, často jsem přicházela o práci, jelikož jsem nebyla schopná do ní pravidelně docházet a když už jsem přišla, nebyla jsem schopná plnit ji dobře. Všechno na mě dopadlo a nezvládala jsem tento život hlavně psychicky.

12. Jak a co Vám pomohlo s drogou skončit?

Pomohla mi léčba psychiatrické léčebně a fakt, že jsem právě tam zjistila, že jsem těhotná. Důležitá také byla výměna kamarádů, kteří mě tahali zpět k drogám a podpora rodiny, která mi moc fandila.

13. Jaké bylo zapojení se zpět do běžného života (práce, partnerské vztahy, rodinné vztahy, přátelé, bydlení, zbavení se dluhů)?

Do běžného života jsem se zařadila celkem bez problému. Díky těhotenství jsem s drogami ihned přestala. Po propuštění z psychiatrické léčebny jsem bydlela u matky, a pak od města dostala vlastní byt. Po celou dobu mě podporovala celá rodina.

14. Objevily se u Vás při abstinenci myšlenky opět užít drogu?

Pár měsíců po abstinenci jsem myšlenky na drogy měla, povedlo se mi je zahnat užíváním alkoholu.

15. Jak dlouho drogy k životu nepotřebujete?

11 let.

16. Dá se říci, že jste něčím nahradila účinky drogy (sport, kultura, náboženství)?

Nyní žiju pro svého syna. Drogy nepotřebuju.

Příloha 6: Rozhovor č. 6

1. Objevovaly se závislosti ve Vaší rodině? Pokud ano, jaké a u koho?

Ano, moje matka byla alkoholička.

2. Nastávaly ve Vaší rodině nějaké výraznější problémy v dětství?

Objevovaly se problémy mezi mou matkou a jejím přítelem, který s námi žil. Přítel ji mlátil, byl alkoholik a gambler. Mě jako čtyřleté dítě považovali za spouštěče svých hádek a „akcí“. Všemmu jsem samozřejmě musela přihlížet. Toto období trvalo asi 5 let. Přibližně v mých čtrnácti letech se alkoholičkou stala má matka.

3. V kolika letech jste poprvé sáhla po droze a jak se užívání stupňovalo?

Asi ve čtrnácti letech mi kluci v partě dali prvního jointa a v patnácti jsem si dala první čáru pervitinu od kamarádky, která „víkendově“ šňupala. Pak jsem s pervitinem měla několika letou pauzu. Jen jsem hulila marihuanu. V 19-ti letech jsem začala chodit s klukem, který si občas šňupl pervitin a tak jsem začala znova i já. Bylo to zprvu jen víkendové užívání, potom jsem si ale dávku nechala nosit i do práce a užívala jsem několikrát do týdne.

4. Jaké důvody jste měla k užívání drogy?

Lákala mě na tom ta akčnost. Vše mě bavilo. Bylo mi na tom prostě skvěle!

5. Jak jste si opatřila svou první drogu?

Vždy jsem se pohybovala kolem lidí, kteří měli s drogami něco společného, a vždy tam byl někdo, kdo měl něco u sebe. Když jsem byla sama a měla jsem na drogu chuť, někomu z lidí, kteří drogy nosili u sebe, jsem zavolala a rádi mi ji donesli.

6. Jaká byla Vaše první užitá droga a jaký byl způsob jejího užití?

První byla marihuana, potom pervitin v podobě šňupání. Jehla mě vždy odpuzovala.

7. Jaké další drogy jste užívala?

Jednou jsem zkusila i kokain, ale to bylo oproti pervitinu nic, takže ten mě nějak nepřitahoval.

8. Jak dlouho jste drogy užívala?

Asi tři roky.

9. Mohla byste v krátkosti přiblížit Váš každodenní den na droze?

Bylo to různé, zprvu jsem si vždy dávala jen někde na bytě, bála jsem se ostatních lidí, že to na mě hned poznají. Bylo jedno, jestli je ráno nebo večer, vždy když byla příležitost, tak jsem si drogu vzala a potom celý den prospala. Většinou jsem drogy brala obden, tedy jeden den ano, druhý den ne. A takhle se to opakovalo. Neměla jsem okamžiky, že bych si vyloženě potřebovala zase šňupnout, abych neměla dojezd. I když dojezdy byly mnohdy dost nepříjemné a otravné. Když jsem si později pervitin dávala i v práci, bylo mi jedno, jestli to někdo pozná nebo ne. Bylo to vlastně mnohem zábavnější, práce mě pod pervitinem více bavila, komunikace s lidmi byla zábavnější. Zkrátka na pervitinu bylo všechno lepší než bez něj.

10. Navštěvovala jste nějaké organizace pomáhající drogově závislým osobám, pokud ano, jaký typ léčby jste absolvovala?

Neabsolvovala jsem žádnou léčbu. V dobu užívání mi vůbec nedocházelo, že jsem vlastně závislá. Furt jsem si říkala, že je to jen "víkendové" zpestření a povyražení. Jako když se člověk jde občas opít a pobavit na diskotéku.

11. Kdy jste si poprvé uvědomila, že je potřeba s drogou přestat?

Nad celou touhle podstatou jsem se zamyslela, až když jsem zjistila, že jsem těhotná. Těhotná jsem byla s klukem, s kterým jsem se scházela pouhých 14 dní a vlastně jen když jsme byli oba na pervitinu. Šílená situace. Situaci jsme ale oba pojali dost vážně a jsme spolu dodnes. Samozřejmě bez pervitinu.

12. Jak a co Vám pomohlo s drogou skončit?

Mé těhotenství. Okamžitě a ze dne na den jsem si řekla, že v tom nemůžu pokračovat, když se ve mně rodí nový život, nevinný tvor. Jsem za to neskutečně vděčná, že se mi to vlastně takhle lehce podařilo.

13. Jaké bylo zapojení se zpět do běžného života (práce, partnerské vztahy, rodinné vztahy, přátelé, bydlení, zbavení se dluhů)?

Vzhledem k tomu, že mě potkalo těhotenství, což je vlastně to nejlepší, co mě v životě mohlo potkat, jsem se upnula jen na miminko. Těšila jsem se na jeho příchod a těšila jsem se na to být mámou. Co se týče rodiny, v době mé závislosti o ní nikdo nevěděl.

14. Objevily se u Vás při abstinenci myšlenky opět užít drogu?

Vůbec, nikdy. A dodnes nechápu, že jsem to vlastně měla tak snadný a nakonec jsem to k životu vůbec nepotřebovala. Vděčím za to mé dceři. Nepřijít na svět, bůhví kde bych dnes byla, protože vím, že bych s tím nikdy jen tak neskoncovala. Je to pro mě uzavřená etapa, nikdy bych si už pervitin ani marihuanu nedala.

15. Jak dlouho drogy k životu nepotřebujete?

Osm let. Mám z nich velký respekt a dnes se jich bojím.

16. Dá se říci, že jste něčím nahradila účinky drogy (sport, kultura, náboženství)?

Je to samozřejmě má dcera, bez té opravdu nemůžu být. Bez té bych umřela.

Příloha 7: Rozhovor č. 7

1. Objevovaly se závislosti ve Vaší rodině? Pokud ano, jaké a u koho?

Závislosti se v naší rodině v podstatě nevyskytovaly, pouze má teta (otcova sestra) byla závislá na pervitinu a marihuaně.

2. Nastávaly ve Vaší rodině nějaké výraznější problémy v dětství?

Problémy jako takové nebyly. Dětství jsem měla krásné. Každý rok jsem jezdila na dovolené, tábory a výlety. Zhroutilo se to až ve chvíli, kdy otec začal podnikat a po něm se přidala také matka. Ani jeden na mě neměli čas. Od svých cca 12-ti let si nepamatuji dovolenou společně s celou rodinou. Pokud ovšem nepočítám to, že za námi na dovolenou přijela matka na víkend (měla hospodu, a tak dost času tráвила tam). I na Silvestra či po štědrovečerní večeři a rozdání dárků běžela otevřít hospodu. V mých 15-ti letech se rodiče rozvedli a já jsem zůstala bydlet u matky. Ta mi díky své hospodě nechávala volnost. Táta se svou přítelkyní, kvůli které od nás odešel, čekali dítě. Najednou se o mě nikdo nestaral. Starší sestra byla na koleji na vysoké škole na druhé straně republiky.

3. V kolika letech jste poprvé sáhla po droze a jak se užívání stupňovalo?

Poprvé jsem po droze, konkrétně po pervitinu sáhla v 16-ti letech, kdy mi byla hned aplikovaná nitrožilně. To se mi ale vůbec nelíbilo, tak jsem začala šňupat. Zhruba po 5 ti letech šňupání jsem začala drogu užívat pravidelně nitrožilně.

4. Jaké důvody jste měla k užívání drogy?

Asi všechno v jednom – špatná parta lidí, kteří fetovali, nezájem rodičů, zvědavost.

5. Jak jste si opatřila svou první drogu?

Na jedné akci na bytě u tehdejších kamarádů, byla mi nabídnuta a já souhlasila.

6. Jaká byla Vaše první užitá droga a jaký byl způsob jejího užití?

Pervitin, užila jsem hned nitrožilně.

7. Jaké další drogy jste užívala?

Marihuana, LSD. Zkusila jsem i heroin.

8. Jak dlouho jste drogy užívala?

15 let.

9. Mohla byste v krátkosti přiblížit Váš každodenní den na droze?

Po užití pervitinu je člověk aktivní, tudíž jsem uklízela, něco opravovala, stěhovala různé věci, chodila na diskotéky.

10. Navštěvovala jste nějaké organizace pomáhající drogově závislým osobám, pokud ano, jaký typ léčby jste absolvovala?

Ne, nikdy jsem nic nenavštěvovala.

11. Kdy jste si poprvé uvědomila, že je potřeba s drogou přestat?

Přesně si nepamatuji, zkoušela jsem přestat několikrát, ale droga byla vždy silnější.

12. Jak a co Vám pomohlo s drogou skončit?

Mám dvě dcery a přítele ve výkonu trestu. Starší dceru nemám u sebe, a když všechno špělo k tomu, že u sebe nebudu mít ani tu mladší, tak jsem řekla dost! Přítel měl na 5 dní propustku z výkonu trestu a dost razantně mi dal na výběr s tím, že se nechce vrátit do toho dna, ze kterého odešel. Donutil mě zavolat sestře, abych ji poprosila, zda mě k sobě i s malou nevezme. Souhlasila a nastavila pravidla, které jsem musela dodržovat, takže mě z toho dostala sestra s manželem.

13. Jaké bylo zapojení se zpět do běžného života (práce, partnerské vztahy, rodinné vztahy, přátelé, bydlení, zbavení se dluhů)?

Zapojení zpět do běžného života bylo těžké, dodnes se žít normálně učím, ale pokroky jsou znát. Naučila jsem se platit veškeré své závazky, vyřizují si insolvenční, práci mám stálou a vztahy v rodině jsou dobré. Po 4 letech se opět bavím s otcem a partnera

mám stále jednoho, stále na něj čekám, až ho propustí z výkonu trestu a budeme žít normální život s naší dcerkou.

14. Objevily se u Vás při abstinenci myšlenky opět užít drogu?

Ze začátku trochu ano, ale nebylo to nic hrozného. Díky režimu stanoveného mou sestrou jsem nad drogami neměla čas přemýšlet.

15. Jak dlouho drogy k životu nepotřebujete?

Rok a půl, naposledy jsem užila v červnu roku 2017.

16. Dá se říci, že jste něčím nahradila účinky drogy (sport, kultura, náboženství)?

Dá se říci, že prací a cvičením, jelikož jsem po abstinenci přibrala 15 kilo a chci zhubnout. Také mám dvě malé neteře, kterým se dost věnuji.

Příloha 8: Rozhovor č. 8

1. Objevovaly se závislosti ve Vaší rodině? Pokud ano, jaké a u koho?

V době, kdy jsem já byla závislou, se u nás jiné závislosti neobjevovaly. V současné době je na alkoholu závislý můj bratr.

2. Nastávaly ve Vaší rodině nějaké výraznější problémy v dětství?

Problémů v dětství bylo opravdu hodně. Otec mi zemřel v mých pouhých třech měsících života a po jeho smrti si matka našla nového přítele. Ten nás doma všechny surově bil, což považuji za jeden ze základních kamenů mé závislosti. Matka zemřela v mých 17-ti letech na rakovinu.

3. V kolika letech jste poprvé sáhla po droze a jak se užívání stupňovalo?

Pokud nebudu počítat alkohol, kterým byla vodka v 15-ti letech, tak hlavní drogu pro mě od 16 ti představovala marihuana. Tvrdší drogu jsem měla v 18-ti letech a tou byla extáze. Ještě tvrdší drogy jsem okusila až později v dospělém věku.

4. Jaké důvody jste měla k užívání drogy?

Jak již bylo uvedeno v otázce č. 2, matka si našla nového partnera a při zjištění její nemoci zrovna pracovala ve Vídni. Nevlastní otec mě i bratrovi se s matkou zakazoval stýkat. Po její smrti mě vyhodil z domu a já musela žít na ulici. Naštěstí jsem to nějakým způsobem přežila a to i bez prodávání sama sebe (prostituce). V době, kdy už jsem měla rodinu a znovu do drog spadla, byla důvodem čistě má hloupost. Nevládla jsem situaci kolem mého partnera a bývalého manžela (otce mých dětí), který mi nakonec drogu sám opatřil.

5. Jak jste si opatřila svou první drogu?

Vodku jsem si vzala u babičky ve sklepě a marihuanu jsem dostala od kamarádky k narozeninám.

6. Jaká byla Vaše první užitá droga a jaký byl způsob jejího užití?

Lehké drogy (jako alkohol a marihuanu) radši přeskočím, to není třeba vysvětlovat. Tvrdší drogu, tedy pervitin, jsem užila rovnou nitrožilně.

7. Jaké další drogy jste užívala?

K pervitinu jsem užívala také heroin. Když je člověk závislý, je mu v podstatě jedno, co si vezme. Důležité pro něj je, aby v sobě něco měl. Takže jsem mnohdy užívala spoustu drog najednou, ale závislá jsem byla "jen" na pervitinu a heroinu.

8. Jak dlouho jste drogy užívala?

Mé období na drogách bylo rozděleno celkem na tři etapy. V 17-ti letech po vyhození z domu jsem byla závislá asi jeden rok. Po nějaké době znovu celkem 3 roky a po třetí v době, když už jsem měla manžela i děti, tak jsem do drog opět spadla celkem na 4 roky (nutno dodat, že poslední doba na drogách můžu označit jako „největší závislost“).

9. Mohla byste v krátkosti přiblížit Váš každodenní den na droze?

Když vezmu život na drogách na ulici, tak hodně záleží na tom, kde zrovna spíte. Já se svými tehdejšími kamarády přespávala v opuštěné stodole u našeho města. Ráno se vzbudíte, a když máte štěstí, zbylo vám u sebe aspoň trochu materiálu z předešlého dne, který samozřejmě ihned užijete pro fungování alespoň po ránu. Pokud máte drogy navíc a nechcete se podělit, zmlátí vás, a to bez ohledu na pohlaví. Po užití látky se vyrazilo do centra města, kde se kradlo nebo žebralo. Já kradla hodně oblečení v secondhandech, které jsem pak prodávala a měla peníze na drogy. Taky jsem kradla hračky, které jsem ale posílala svým dětem, které žily u bývalého manžela (ten byl mimochodem taky závislý na drogách, ale neudala jsem ho z důvodu rizika přemístění dětí do dětského domova). Po sehnání peněz na drogu jsme se scházeli s lidmi, kteří drogy prodávali; buď přijeli oni za námi, nebo my za nimi (já často jezdila za "kamarádem" na ubytovnu). Drogu si tedy aplikujete, vrátíte se "domů" a jdete spát.

10. Navštěvovala jste nějaké organizace pomáhající drogově závislým osobám, pokud ano, jaký typ léčby jste absolvovala?

Nikdy žádné.

11. Kdy jste si poprvé uvědomila, že je potřeba s drogou přestat?

Když jsem si uvědomila, že jsem bezdomovkyně a také, že mé děti nejsou hloupé a nechci, aby si na mě takhle pamatovali.

12. Jak a co Vám pomohlo s drogou skončit?

Moje děti. Jen myšlenka na ně. Pak také můj, teď už bývalý přítel, který mi poskytl domov, což mě zachránilo téměř před jistou smrtí.

13. Jaké bylo zapojení se zpět do běžného života (práce, partnerské vztahy, rodinné vztahy, přátelé, bydlení, zbavení se dluhů)?

Přesto, že jsem vystudovaná zdravotní sestra, po abstinenci jsem začala pracovat ve fabrice, kde jsem byla dva roky. V té době jsem žila u muže, který mě bil, ale bylo to mé jediné zázemí. Mezi námi to nebyl partnerský vztah. Před mou závislostí jsem pracovala u Červeného kříže, kam jsem se ale vrátit nemohla, jelikož jsem o tu práci přišla z důvodů krádeží.

14. Objevily se u Vás při abstinenci myšlenky opět užít drogu?

Člověk už se chuti na drogu nezbaví do konce života. Nikdy jsem si neřekla, že si dám znovu, ale člověk má stále chuť.

15. Jak dlouho drogy k životu nepotřebujete?

Přibližně 7 až 8 let.

16. Dá se říci, že jste něčím nahradil účinky drogy (sport, kultura, náboženství)?

Samozřejmě. Změnila jsem celý svůj životní styl. Stala jsem se vegetariánkou. Člověka to změní, i kdyby nechtěl. Už do konce života bude vnímat všechno jinak. Hlavně lidi, kteří jsou závislí. Pro mě, jako pro člověka, který s drogami má zkušenosti, nejsou tito lidé „fetáci“ jako pro většinu naší společnosti, ale spíše chudáci.

Příloha 9: Rozhovor č. 9

1. Objevovaly se závislosti ve Vaší rodině? Pokud ano, jaké a u koho?

Nebyly.

2. Nastávaly ve Vaší rodině nějaké výraznější problémy v dětství?

Před nástupem na terapie jsem žil v domnění, že můj vztah s rodiči byl, dá se říci normální, na terapiích (ať už kvůli depresím či později závislosti) jsem si uvědomil, že problém pramení právě z dětství. Od půli roku jsem byl neustále mimo domov, pobýval jsem zejména v jeslích, u známých či příbuzných. Rodiče hodně pracovali a byli furt pryč. Vždy jsem měl blíže spíše k cizím lidem, než k vlastním rodičům. Rodiče chtěli žít jinak než já. Chtěli mít všechno okolo, všechno, na co bylo třeba neustále vydělávat peníze. Já byl naopak skromnější a toužil jsem po společné rodině.

3. V kolika letech jste poprvé sáhl po droze a jak se užívání stupňovalo?

Ve 27 letech po marihuaně. Postupně jsem vyzkoušel také hašiš, opiáty (jen ve formě léků), kanabinoidy, hypnotika a alkohol.

4. Jaké důvody jste měl k užívání drogy?

Deprese. Ty pramenily zejména ze špatné práce – téměř 20 let jsem pracoval na Generálním finančním ředitelství, na obvodu řízení a správy rizik, kde jsem řešil daňové podvody, mimo jiné lidí, kteří mají velké vlivy do politiky, a trest pro ně prakticky neexistoval. Neúspěšné výsledky v práci jsem začal řešit alkoholem a poté kanabionidy a hypnotiky. Další popud k braní zejména opiátu pro mě byla práce na vlastním domě, kdy jsem po příchodu domu z práce opět pracoval na stavbě domu. Po dobu čtyř let jsem pracoval přibližně 20 hodin denně a braní opiátů mi pomohlo hlavně po fyzické stránce (ačkoli se to může zdát jako nesmysl, jelikož opiáty většinou lidi utlumí, tak mě spíše nabudily). Zejména lék tramabene mě hodně nakopl, dodával sílu, bral potřebu spánku i jídla. Úplný zlom nastal při zjištění nevěry mé manželky, kdy došlo k rozvodu a v té době jsem začal s úplnou sebedestrukci.

5. Jak jste si opatřil svou první drogu?

Marihuanu jsem dostal, opiáty jsem si opatřil přes kamaráda.

6. Jaká byla Vaše první užitá droga a jaký byl způsob jejího užití?

Marihuana formou kouření.

7. Jaké další drogy jste užíval?

Nejvíce jsem užíval alkohol a opiáty ve formě léků. Zejména Tramabene - kapky určené k užívání proti bolesti a Neurol – lék proti úzkosti ve formě tabletek (po neurologu jsem zažil největší a nejhorší abstíně).

8. Jak dlouho jste drogy užíval?

20 let.

9. Mohl byste v krátkosti přiblížit Váš každodenní den na droze?

Z počátku užívání vše relativně funguje, s ničím nebyl problém. Co se týče léků, tak ty jsem bral později už i v práci (nedokázal jsem se ovládnout, bral jsem mnohé hrsti denně). Výsledky v práci byly, dá se říci, furt stejné. Léky mě spíše házely do klidu. Až po návratu z léčby ve Šternberku (léčba nikoli kvůli závislosti, ale čistě kvůli depresím), jsem přestal vidět význam mé práce a víceméně jsem na ni začal kašlat. V roce 2015 ustupovala závislost na alkoholu, ale zhoršovala se závislost na marihuaně (cca 10 – 15 jointů). To vedlo k navracení depresí ještě ve větší míře, než před léčbou. Nedokázal jsem vycházet z domu, vrátil jsem se k alkoholu a celé dny doma jen popíjel a kouřil. Neřešil jsem jídlo, s nikým jsem nekomunikoval, telefonáty, dopisy, zvonění – vše mi bylo jedno. Po pár měsících došlo až k pokusu o sebevraždu díky lékům. Po pokuse mi kamarád (závislý na drogách) domluvil léčbu v Bohnicích, kde jsem byl hospitalizován 3 měsíce. Tyhle 3 měsíce byly nejlepší v mém životě. V Bohnicích jsem si uvědomil mnoho věcí, pomohli mi tam se zbavit veškeré závislosti (žádné léky, žádný alkohol).

10. Navštěvoval jste nějaké organizace pomáhající drogově závislým osobám, pokud ano, jaký typ léčby jste absolvoval?

Hospitalizace na protialkoholním a protidrogovým oddělení v Bohnicích, kde jsem se cítil velmi dobře. Nikdy jsem se nestyděl tam cokoli přiznat, nic mě tam nesvazovalo. V současné době ambulantně navštěvuji psychoterapie.

11. Kdy jste si poprvé uvědomil, že je potřeba s drogou přestat?

Poprvé jsem s pitím přestal sám (cca na 5 let), ale v tu dobu se zhoršovala závislost na marihuaně. Po druhé (a naposledy) jsem se rozhodl přestat po neúspěšném pokusu o sebevraždu.

12. Jak a co Vám pomohlo s drogou skončit?

Podmínka chtít, „nechtít život žít, jako do teď“. Dále zdravotní problémy (špatný spánek, nevolnosti, špatné psychické i fyzické stavy). Léčba v Bohnicích, kde jsem absolvoval jak individuální, tak skupinové terapie. Velkou motivací bylo zjištění, že terapeuti na pavilonu pro léčbu závislostí jsou vyléčení narkomani (např. pan Pavel Gregor, v minulosti největší vaříč pervitinu v Praze, podle něhož byl natočen film Piko). Dále jsem v Bohnicích podstoupil hypnózu (3 týdny před koncem léčby), kde byla důležitá dohoda mezi mnou a terapeutem, co vlastně do mého podvědomí vložit, pro mě jasná volba - nezávislost.

13. Jaké bylo zapojení se zpět do běžného života (práce, partnerské vztahy, rodinné vztahy, přátelé, bydlení, zbavení se dluhů)?

Po Bohnicích jsem byl rok ještě bez práce, byl jsem doma a věnoval se sám sobě. Pravidelně jsem dojížděl na skupinové terapie do Bohnic. Po roce jsem si našel práci, úplně mimo obor té předchozí. V době závislosti jsem se s rodiči nestýkal, ale hned po léčbě jsme si všechno vyříkali a naše vztahy jsou nyní mnohem lepší. V době po propuštění ze Šternberka se objevily problémy v práci ve smyslu neakceptovatelnosti mé osoby od jedné kolegyně, která se vyjádřila slovy „s bláznem pracovat nebudu“. V práci jsem ale brzy skončil, tak jsem tuto situaci nijak neřešil. Po propuštění z Bohnic jsem se svou minulostí nikdy netajil a dosud jsem se nesetkal s negativními reakcemi.

14. Objevily se u Vás při abstinenci myšlenky opět užít drogu?

Objevily se pouze 2 suché recidivy (sen o alkoholu), jinak u mě převládají negativní motivace (špatné fyzické i psychické stavy v době závislosti, při myšlence na alkohol se mi zvedá žaludek). Chuť není vůbec.

15. Jak dlouho drogy k životu nepotřebujete?

2 roky.

16. Dá se říci, že jste něčím nahradil účinky drogy (sport, kultura, náboženství)?

Změna myšlení. Vykonávat jakoukoli jinou činnost. Pracovat s povědomím, jak jakýkoli špatný stav zvládnout jinak než pomocí drogy. Dále studium adiktologie, které mě naplňuje.

Příloha 10: Rozhovor č. 10

1. Objevovaly se závislosti ve Vaší rodině? Pokud ano, jaké a u koho?

Neobjevovaly.

2. Nastávaly ve Vaší rodině nějaké výraznější problémy v dětství?

Rodiče byli (a jsou) podnikatelé, tudíž byli časově vytížení. Snažili se mi sice dát maximum, ale i tak to bylo myslím málo. Pamatuju si hodně fyzických trestů z dětství, žádné pochvaly a ani žádné pohádky před spaním, když jsem byla malá.

3. V kolika letech jste poprvé sáhla po droze a jak se užívání stupňovalo?

Poprvé jsem kouřila marihuanu cca v 14 letech. Další drogu bylo MDMA neboli extáze, tu jsem měla v 16 ti letech. Zprvu jsem ji užívala příležitostně, potom každý den. Užívat MDMA každý den má svoje nevýhody. Po užití MDMA má člověk velké zornice a to i na denním světle. Extáze také způsobuje křeče celého těla a člověk se musí neustále hýbat, má tendenci žvýkat nebo si kousat vnitřky úst. Další nevýhodou je asi nejhorší dojezd, alespoň pro mě, a také velké riziko předávkování při užívání extáze formou tabletek. Důvodem je příliš dlouhá doba nástupu účinku, někdy až 20 minut (odvíjí se to od kvality tabletky a také od toho, co člověk před užitím jedl). Proto jsem od extáze přešla na kokain a později na pervitin. Denně jsem užívala zhruba od třetího ročníku na střední škole, tedy od 17-ti let.

4. Jaké důvody jste měla k užívání drogy?

Bylo jich několik. Rozeberu je postupně.

- *Potřeba odlišit se - nikdy jsem nebyla ráda jedna z davu. Na droze (jakékoliv) jsem se cítila odlišná, ve vlastním vesmíru a dávalo mi to pocit jedinečnosti.*
- *Utéct sama před sebou - s prvním přítelem (zmíněným v otázce 5) byl rozchod hodně stresující. Několik měsíců jsem brala antidepressiva. Byli jsme spolu dva roky a ani další tři roky po rozchodu jsem ho nepřestala milovat. Ničilo mě to a chtěla jsem utéct sama před sebou.*
- *Zaplnění díry v sobě - po těžkém rozchodu jsem v sobě měla díru, kterou jsem chtěla něčím (asi čímkoliv) zaplnit. Měla jsem permanentně zlomené srdce*

a s bývalým přítelem se kamarádila v domnění, že se k sobě vrátíme (ale on mě jen prostě využíval).

- *Touha na sebe upozornit - nikdy v životě jsem neměla od rodičů takovou pozornost, jakou bych chtěla. Klidně jsem domů přišla ve stavu, kdy mi nebyly vidět duhovky, a do schodů v domě jsem lezla po čtyřech, přesto nikdo nic neřekl. Na jednu stranu jsem byla hrozně ráda, že si nikdo ničeho nevšiml, ale na druhou mě to ranilo. Přišla jsem v hrozném stavu a reakce ze strany rodičů nebyla žádná. Možná si ničeho nevšimli, možná to vidět nechtěli, výsledek je pro mě stejný.*

5. Jak jste si opatřila svou první drogu?

Tehdejší přítel měl kontakty a na festivalu jsme si od dealerky koupili MDMA.

6. Jaká byla Vaše první užitá droga a jaký byl způsob jejího užití?

První, asi jako u většiny lidí, marihuana ve formě jointu. Pervitin jsem užívala formou šňupání.

7. Jaké další drogy jste užívala?

Primárně jsem užívala pervitin, který jsem zpočátku šňupala, ale časem přešla k nitrožilnímu užívání (jediný způsob, který jsem vždy zavrhovala, byl pervitin kouřit). K tomu jsem užívala marihuanu či MDMA. Zkusila jsem ale také kokain, LSD, GHB, heroin, hašiš, crack, speed a hodně dalšího.

8. Jak dlouho jste drogy užívala?

Celkem 6 let.

9. Mohla byste v krátkosti přiblížit Váš každodenní den na droze?

Jednotlivé dny se lišily, týdny nikoliv. Proto popíšu týden.

- *Neděle večer – jít spát.*
- *Pondělí večer – probudit se, najíst se, provést důkladně osobní hygienu.*
- *Úterý – uklidit byt, domlouvat víkend.*
- *Středa – sehnat drogu, večer návštěva baru a užití drogy.*

- *Čtvrtek – „afterparty“ v bytě, večer opět bar užití.*
- *Pátek – dopoledne/odpoledne sehnat všechny spoluúčastníky, večer přesun do menšího města za lokálními djs, návštěva tanečního klubu. Užití drogy ve velké míře.*
- *Sobota – afterparty v menším městě, přesun do Studia 54 v Praze, afterparty na bytě, návštěva Retra nebo Duplexu v Praze. Užití drogy ve velké míře.*
- *Neděle – rozloučení se všemi, uklidit byt, dokud jsem pod vlivem a večer jít spát. Můj spací režim byl takový, že jsem každý týden nespala od čtvrtka, někdy i od středy do neděle. Každý týden jsem proto prospala celé pondělí, někdy i úterý a deficit jsem nikdy nedohnala. Co se týče jídla – když jsem byla pod vlivem, tak jsem nejedla. V praxi to znamenalo, že ze sedmi dní v týdnu jsem nejedla třeba tři nebo čtyři. Zbytek dní jsem se přejídala k prasknutí KFC, kebabem, chipsy atd. Stejně jsem ale stále hubla.*

10. Navštěvovala jste nějaké organizace pomáhající drogově závislým osobám, pokud ano, jaký typ léčby jste absolvovala?

Ne, nikdy.

11. Kdy jste si poprvé uvědomil, že je potřeba s drogou přestat?

Ve chvíli, kdy jsem brala drogy, abych brala drogy. Stav, kdy jsem byla sjetá, pro mě byl normálem. Droga mi už nepřinášela žádné další uspokojení. Když jsem začínala brát, zařekla jsem se, že přestanu, až mi bude droga víc brát než dávat. A dodržela jsem to. Další věc, která mě ke konci vyděsila, byly rozdílné příznaky, jaké jsem cítila fyzicky a jak jsem účinky drogy vnímala subjektivně. Ke konci se mi stávalo, že moje tělo vykazovalo typické příznaky těžkého předávkování, ale já jako osoba jsem se subjektivně cítila v pohodě.

12. Jak a co Vám pomohlo s drogou skončit?

Stavy, které jsou popsány již v otázce č. 11. Každý týden byl stejný, žila jsem od klubu ke klubu. Jednoho dne jsem si uvědomila, že přežívám. Už mě droga netěšila. Tak jsem počkala, než ze mě vyprchá a dál už jsem si další nedala.

13. Jaké bylo zapojení se zpět do běžného života (práce, partnerské vztahy, rodinné vztahy, přátelé, bydlení, zbavení se dluhů)?

Dluhy jsem nikdy neměla. Nikdy jsem nekradla. Nikdy jsem nedělala prostituci. Po tom, co jsem přestala, jsem se za 3 měsíce rozešla s přítelem. Byl na mě absolutně závislý, ale financoval naše drogy a bydlela jsem u něj, proto jsem jeho výstřelky tolerovala. Ke konci vztahu hodně pil, když nebral drogy, aby se na chvíli odpoutal od reality. Já jsem bez drog byla dost nepříjemná a čistě jsem ho zneužívala. Po rozchodu mě začal sledovat, psát mi stovky zpráv a vyhrožovat mi. Málem to skončilo na policii. Vztah k rodičům nebyl v době závislosti a bydlení u nich moc dobrý. Snažili se semnou sice normálně komunikovat, ale ve chvíli, kdy jsem byla sjetá, jsem nejevila žádný zájem, anebo se bavila nuceně. Po odstěhování jsme si občas zavolali, ale z mé strany víceméně zase z donucení. Po rozchodu s přítelem jsem se nastěhovala zpět k rodičům, kteří vlastně o mé závislosti oficiálně nikdy nevěděli, nebo možná vědět nechtěli. Nyní mám s rodiči skvělý vztah. Chtěla jsem dohnat ty ztracené roky a povedlo se. Jelikož nyní studuji i pracuji, nejsem doma tolik času, jako dříve a nelezeme si tím pádem tolik na nervy, jako dřív.

14. Objevily se u Vás při abstinenci myšlenky opět užít drogu?

Ano, v prvním půl roku každý den. Nyní si na drogu vzpomenu jen tedy, když jsem ve stresu, nebo mám chuť prostě vypnout.

15. Jak dlouho drogy k životu nepotřebujete?

Nikdy jsem ji k životu nepotřebovala, ale chtěla jsem jí. Na pervitinu nevzniká fyzická závislost. Vždy jsem byla alergická na slova „potřebuju dávku“. Ne, nikdo jí nikdy nepotřebuje. Potřebujeme jídlo, spánek. Drogu jen a jen chceme. Nyní je to ale rok a půl, co již drogy neužívám.

16. Dá se říci, že jste něčím nahradila účinky drogy (sport, kultura, náboženství)?

V prvním roce po vysazení jsem stále přežívala. Ničím se nedají nahradit opojné účinky drog. Ba naopak, prvních několik měsíců z toho pro mě neplynuly žádné výhody. Přibrala jsem asi 15 kilo, které dodneška shazuju. Neměla jsem žádné přátele ani známé. Ti, co nebraly, už se se mnou dávno nebavili, kvůli předchozí závislosti.

Když jsem přestala, tak ti, co brali, už si se mnou neměli co říct. Více méně další rok jsem přežívala, protože jsem si odvykla na nudný život. Nijak extrémně se na mě drogy nepodepsaly. Jediné, čeho si občas všimnu je, že mám horší soustředění, horší krátkodobou paměť a je mi neustále zima. Něco s drogami souvisí, něco ne, těžko říct.