



## EVROPSKÁ ŠKOLNÍ STUDIE O ALKOHOLU A JINÝCH DROGÁCH (ESPAD) 2019

Toto číslo Zaostřeno přináší souhrnný přehled hlavních zjištění a trendů v oblasti užívání legálních i nelegálních návykových látek, hraní hazardních a digitálních her a trávení času na internetu a sociálních sítích u české mládeže sledovaných prostřednictvím Evropské školní studie o alkoholu a jiných drogách (ESPAD) v roce 2019. Mezinárodní studie ESPAD je největší celoevropskou studií zaměřenou na užívání návykových látek mezi dospívajícími již od r. 1995, a je proto důležitým zdrojem dat pro sledování trendů v čase. Použití standardizovaných metod a nástrojů na reprezentativních souborech studentů ve věku 15–16 let poskytuje vysoce kvalitní porovnatelné údaje mezi jednotlivými zeměmi. V roce 2019 se konala již sedmá vlna studie, zúčastnilo se jí 35 zemí včetně ČR, která se studie účastní již od počátku. Výsledky mezinárodního srovnání, které umožní porovnat situaci a trendy v ČR s ostatními evropskými zeměmi, budou k dispozici v listopadu 2020.

## Studie ESPAD

### Základní informace o studii

> *Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách (ESPAD)* je největší celoevropskou studií zaměřenou na zjištění rozsahu užívání návykových látek a dalších forem rizikového chování u mládeže ve věku 15–16 let. Projekt je realizován v pravidelných 4letých intervalech již od r. 1995, v r. 2019 tak proběhla již sedmá vlna této studie.

Hlavním cílem projektu ESPAD je:

- > podat přehled o rozsahu užívání legálních a nelegálních drog mezi mládeží ve věku 16 let a porovnat ji se situací v ostatních evropských zemích,
- > sledovat trendy ve vývoji situace od r. 1995 v Evropě a porovnat trendy mezi jednotlivými zeměmi a regiony,
- > analyzovat základní kontextové vztahy u vybraných indikátorů návykového chování (Hibell, 2014).

Vzhledem k tomu, že *Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách (ESPAD)* je dlouhodobě považována za jeden ze základních zdrojů dat o výskytu rizikového chování ve školní populaci, jsou její výsledky již tradičně reflektovány nejen

## Obsah

### Studie ESPAD

**Kouření cigaret, elektronické cigarety a zahřívání tabák**

**Konzumace alkoholu**

**Užívání nelegálních drog**

**První zkušenost s návykovými látkami**

**Subjektivně vnímaná dostupnost návykových látek**

**Vnímání rizik spojených s užíváním návykových látek**

**Hraní digitálních her (gaming) a trávení času na sociálních sítích**

**Hraní hazardních her (gambling)**

**Změny v životním stylu mládeže**

**Závěr**

národními, ale i mezinárodními organizacemi, které udávají směr protidrogové politiky na národní i mezinárodní úrovni (např. EMCDDA, WHO). Výsledky zjištěné ve studii ESPAD slouží dlouhodobě pro evaluaci strategií protidrogové politiky

na evropské i národní úrovni přípravu akčních plánů, které definují konkrétní opatření v oblasti prevence a léčby užívání návykových látek (Hibell, 2013).

Projekt na mezinárodní úrovni koordinovala dlouhodobě od počátku 90. let *Švédská rada pro alkohol a jiné drogy (CAN)*, od r. 2008 je do koordinace projektu více zapojeno také *Evropské monitorovací centrum pro drogy a drogovou závislost (EMCDDA)*, které podporuje zapojení nových evropských zemí do projektu, podílí se na zpracování dat a přípravě mezinárodních výstupů projektu. Od r. 2016 koordinuje mezinárodní projekt italská *Národní rada pro výzkum (National Research Council of Italy, CNR)*.

Projekt ESPAD je postaven na principu dobrovolné spolupráce vybraných expertů v jednotlivých zemích, které se studie účastní. Za dodržování jednotných principů projektu, sběr dat a odevzdání výstupů jsou v jednotlivých zemích zodpovědní tzv. národní koordinátoři projektu, kteří jsou současně zodpovědní za finanční zajištění projektu z národních zdrojů. V České republice v současné době zaštiťuje projekt ESPAD *Národní monitorovací středisko pro drogy a závislosti (NMS)*, které je součástí Odboru protidrogové politiky Úřadu vlády České republiky. Na studii dlouhodobě spolupracuje také *Národní ústav duševního zdraví*. Výsledky studie v ČR jsou zveřejňovány formou výzkumné zprávy s podrobnými výsledky české části studie (Csémy et al., 2006, Csémy et al., 2009, Chomynová et al., 2014) a souhrnnými zprávami ve formátu Zaostřeno (Csémy and Chomynová, 2012, Chomynová et al., 2016).

### Metodika studie

Význam projektu spočívá ve vysoké míře srovnatelnosti výsledků mezi jednotlivými zeměmi, které je dosaženo důsledným dodržováním jednotné výzkumné metodologie ve všech zemích zapojených do projektu. Jednotná metodologie se týká cílové skupiny, konstrukce výběrového souboru, administrace sběru dat na školách, dotazníkového formuláře i přípravy datového souboru.

- > **Cílovou skupinou** studie ESPAD jsou studenti ve věku 15–16 let, resp. studenti, kteří v roce realizace studie dosáhnou 16 let. V r. 2019 se tedy jednalo o kohortu studentů narozených v r. 2003. Vzhledem k odlišnostem ve vzdělávacím systému jednotlivých evropských zemí probíhá sběr dat v různých ročnících škol – výběrový soubor škol je v každé zemi konstruován tak, aby v maximální možné míře pokryl cílovou skupinu respondentů. V ČR byli respondenti narozeni v r. 2003 jak žáky 9. ročníků základních škol, tak studenty 1. ročníků středních škol; v odpovídajícím poměru byli do studie zahrnuti také studenti víceletých gymnázií.
- > **Výběr škol** v ČR je založen na metodě víceetapového stratifikovaného náhodného výběru základních a středních škol tak, aby zastoupení studentů ve vybraném vzorku odpovídalo zastoupení studentů v ČR s ohledem na typ studované školy. Celkem bylo pro studii v r. 2019 vybráno celkem 252 škol. V jednotlivých základních školách byly náhodně vybrány dvě třídy z 9. ročníku, ve středních školách vždy jedna třída z 1. ročníku. Z vybraných a oslovených škol

## ESPAD 2019 v číslech

**54,0 %** šestnáctiletých studentů někdy v životě kouřilo cigarety, **23,6 %** kouřilo v posledních 30 dnech

**10,3 %** kouří denně, **2,8 %** kouří denně 11 a více cigaret

**60,4 %** užilo v životě e-cigarety, **3,1 %** je užívá denně nebo téměř denně

**12,8 %** zkusilo kouřit tzv. zahříváný tabák

**95,1 %** studentů ochutnalo v životě alkohol, v posledních 30 dnech pilo alkohol **62,7 %**

**38,5 %** pilo v posledních 30 dnech 5 a více sklenic alkoholu při jedné příležitosti, pití nadměrných dávek alespoň jednou týdně uvedlo **11,7 %** studentů

**41,5 %** z těch, co pili alkohol v posledních 30 dnech, konzumovali alkohol v restauraci, **41,3 %** si alkohol koupilo v obchodě

průměrný věk první zkušenosti s cigaretou dosahoval **12,9 let**, průměrný věk konzumace první sklenice alkoholu **13,1 let**

**91,3 %** pilo někdy v životě energetické nápoje, **40,4 %** pilo energetické nápoje v kombinaci s alkoholem

**29,3 %** studentů vyzkoušelo v životě nějakou nelegální drogu, nejčastěji (**28,4 %**) konopné látky

**6,6 %** studentů se nachází v riziku v souvislosti s užíváním konopných látek, v tom **1,7 %** se nachází ve vysokém riziku

**3,6 %** vyzkoušelo extázi, **3,5 %** LSD a halucinogeny, **2,5 %** halucinogenní houby, **1,5 %** pervitin, **1,6 %** kokain a méně než **1,0 %** ostatní nelegální drogy

průměrný věk první zkušenosti s konopnými látkami dosahoval **14,5 let**

**10,0 %** studentů užívalo někdy v životě léky na uklidnění na doporučení lékaře, **14,4 %** uvedlo zneužití psychoaktivních léků (užívání bez lékařského předpisu, užívání za účelem dostat se do nálady, užívání v kombinaci s alkoholem)

**70,9 %** šestnáctiletých si dokáže snadno obstarat cigarety, **81,0 %** pivo, více než **54 %** studentů si snadno obstará jiný druh alkoholu a **46,9 %** konopné látky

**21,9 %** studentů hraje denně digitální hry, **74,2 %** tráví čas denně na YouTube nebo na sociálních sítích

**11,3 %** studentů stráví v běžný všední den hraním her 4 a více hodin (**23,3 %** o víkendu), **28,0 %** tráví 4 a více hodin denně na sociálních sítích (**38,2 %** o víkendu)

**12,9 %** šestnáctiletých spadá do kategorie rizika v souvislosti s hraním digitálních her, **34,1 %** je v riziku v souvislosti s trávením času na sociálních sítích

**10,5 %** studentů hrálo v posledních 12 měsících hazardní hry, odhadem je mezi šestnáctiletými přibližně **2,3 %** v riziku vzniku problémového hráčství

se odmítlo zúčastnit celkem 67 škol, byly tedy nahrazeny geograficky nejbližší školou stejného typu. Výsledný soubor tvořilo 255 škol a 339 tříd.

> Data byla sbírána vždy v celých třídách bez ohledu na věk narození respondentů. **Sběr dat** probíhal v březnu až červnu 2019 formou skupinově administrovaných papírových dotazníků, které po vyplnění studenti vložili do neoznačených obálek a odevzdali tazatelům výzkumné agentury. Důraz byl kladen na anonymitu odpovědí, nebyly zjišťovány žádné osobní údaje respondentů, které by je mohly později identifikovat. V průběhu sběru dat ve třídě vyplňoval tazatel ve spolupráci s pedagogem Zprávu o provedení sběru dat ve třídě (tzv. *Classroom Report*). V r. 2019 probíhal sběr dat stejně jako v r. 2015 ve spolupráci s agenturou FOCUS – Marketing & Social Research.

> **Dotazník studie** pokrýval v r. 2019 podrobně téma kouření cigaret a užívání elektronických cigaret a zahřívání tabáku, konzumaci alkoholu, včetně intenzivních a rizikových forem pití, zkušenosti s užíváním nelegálních drog, hraní hazardních her o peníze, hraní počítačových (digitálních) her, tj. her hraných prostřednictvím mobilního telefonu, tabletu nebo počítače, a čas trávený na internetu, včetně času tráveného na sociálních sítích. Součástí dotazníku byla také témata dostupnosti legálních a nelegálních drog a vnímání rizik v souvislosti s jejich užíváním.

> Celkem bylo v ČR v r. 2019 sesbíráno 6 602 dotazníků. Pro účely mezinárodního srovnání vybraných indikátorů a hodnocení trendů ve vývoji situace v Evropě jsou data povinně odevzdávána v podobě datového souboru v jednotně definovaném formátu. Data z jednotlivých zemí byla sloučena do jednotné evropské databáze a jednotně **kontrolována a čištěna** tak, aby byly dodrženy stejné principy při vyřazování neúplně vyplněných dotazníků, vyřazování respondentů s nadprůměrným podílem nevyplněných otázek a respondentů s velkým podílem extrémních odpovědí a při práci s chybějícími hodnotami.

> Pro analýzu na národní i mezinárodní úrovni byli vybráni jen respondenti narození v r. 2003. V r. 2019 tvořilo výběrový soubor celkem 2778 studentů narozených v r. 2003. Počet respondentů v jednotlivých letech realizace studie uvádí tabulka 1. Pro zachování **reprezentativity vzorku** s ohledem na typ studované školy byl datový soubor opatřen vahami.

#### TABULKA 1

Počet respondentů studie v jednotlivých letech realizace studie v ČR

Rok realizace	1995	1999	2003	2007	2011	2015	2019
Počet respondentů	2 962	3 579	3 172	3 901	3 913	2 738	2 778

#### Výběrový vzorek studentů

Z celkového počtu 2778 studentů narozených v r. 2003 bylo 1424 chlapců (51,3 %) a 1354 dívek (48,7 %). Vzorek tvořilo 1241 žáků 9. tříd základních škol (44,7 %), 304 studentů kvart a kvint osmiletých gymnázií nebo sekund a tercií šestiletých gymnázií (11,0 %), 196 studentů 1. ročníků čtyřletých gymnázií (7,0 %), 690 studentů 1. ročníků středních odborných škol s maturitou (24,9 %) a 346 studentů 1. ročníků středních odborných škol bez maturity nebo odborných učilišť (12,5 %). Na gymnáziích a středních odborných školách s maturitou bylo vyšší zastoupení dívek, naopak na základních školách a odborných učilištích bylo vyšší zastoupení chlapců. Výběrový soubor pokrýval všechny kraje ČR. ✕

## Kouření cigaret, elektronické cigarety a zahřívání tabáku

### Kouření cigaret

> Zkušenost s kouřením cigaret alespoň jednou v životě mělo podle výsledků studie v r. 2019 celkem 54,0 % šestnáctiletých (53,9 % chlapců a 54,2 % dívek). Kouření v posledních 30 dnech uvedlo 23,6 % studentů, častěji šlo o dívky (20,8 % chlapců a 26,5 % dívek).

Denní kouření uvedlo celkem 10,3 % studentů, celkem 2,8 % dotázaných kouřilo 11 a více cigaret denně. Mezi chlapci bylo



### Mezinárodní databáze ESPAD

V prvních třech vlnách studie v letech 1995, 1999 a 2003 (Hibell et al., 1997, Hibell et al., 2000, Hibell et al., 2004) vycházelo evropské srovnání z výsledků poskytnutých jednotlivými zeměmi prostřednictvím standardizované zprávy (tzv. *Country Report*) a tabulek. Od r. 2007 poskytují jednotlivé země pro evropské srovnání datové soubory v jednotném formátu. Jednotná evropská databáze poskytuje více možností pro další srovnávací analýzy vzhledem k tomu, že jednotlivé proměnné jsou ve všech zemích definovány jednotně a data jsou jednotně čištěna a zpracována.

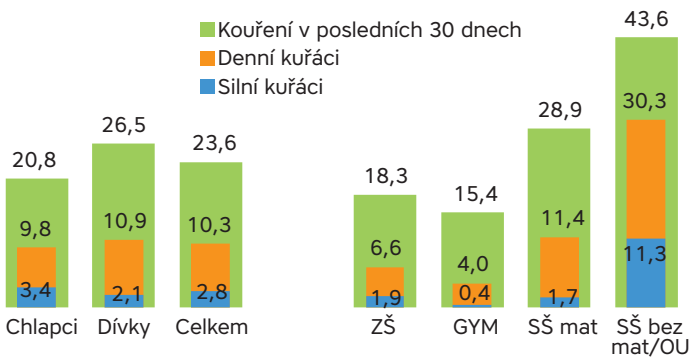
*Mezinárodní databáze ESPAD* slouží v první řadě pro účely vydání mezinárodní zprávy projektu, která přináší základní přehled výsledků studie v jednotlivých zemích, mezinárodní srovnání vybraných indikátorů a hodnocení trendů ve vývoji situace v Evropě. Mezinárodní zprávy jsou pravidelně vydávány již od roku 1995 (Hibell et al., 1997, Hibell et al., 2000, Hibell et al., 2004, Hibell et al., 2009, Hibell et al., 2012, The ESPAD Group, 2016). Po zveřejnění mezinárodní zprávy slouží databáze pro výzkumné účely národním koordinátorům a dalším ESPAD výzkumníkům, a v další fázi také pro výzkumné a studijní účely dalších zájemců o analýzu problematiky, kterou ESPAD pokrývá.

V r. 2015 byla zkompileována také *Databáze trendů 1995–2015*, která umožňuje podrobnější analýzu trendů ve vývoji situace na evropské úrovni i na úrovni jednotlivých států. *Databáze trendů 1995–2015* obsahuje pouze data ze zemí, které se do studie zapojily v daném období nejméně čtyřikrát, aby vývoj v čase v některých zemích nebyl hodnocen pouze na základě dvou průřezových výzkumů.

Databáze jsou po uplynutí 2 let, kdy slouží výhradně ESPAD výzkumníkům, přístupné všem zájemcům o práci s daty. Formulář žádosti o zpřístupnění dat a podmínky pro jejich využití jsou zveřejněny na webových stránkách projektu ESPAD ([www.espad.org](http://www.espad.org)). Vyplněnou žádost mohou zájemci o data zaslat přímo mezinárodním koordinátorům projektu, zástupci EMCDDA, nebo národním koordinátorům, kteří ji postoupí dále 3členné komisi pro hodnocení žádostí (tzv. *Application Committee*). V žádosti je třeba uvést téma plánovaného výzkumu, vybrané proměnné, které budou analyzovány, metody zpracování dat a předpokládané výstupy výzkumu.

**GRAF 1**

**Kouření cigaret, podíl denních a silných kuřáků podle pohlaví a typu studované školy, rok 2019, v %**



méně denních kuřáků než mezi dívkami (9,8 % chlapců a 10,9 % dívek), ale současně uváděli o něco častěji kouření 11 a více cigaret denně (3,4 %, resp. 2,1 %). Nejvyšší zastoupení denních i silných kuřáků (tj. kuřáků 11 a více cigaret denně) bylo mezi studenty středních odborných škol a zejména studenty odborných učilišť (graf 1).

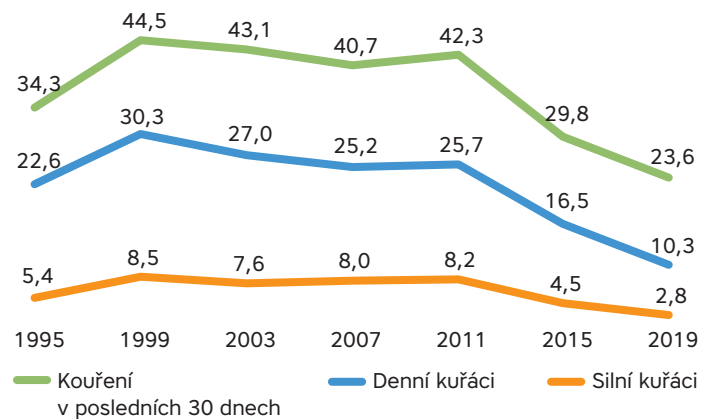
Ve srovnání s r. 2015 došlo k poklesu prevalence kouření cigaret u 16letých, a to jak u míry kouření v posledních 30 dnech, tak v případě prevalence denního kuřáctví i silného kouření (tj. kouření 11 a více cigaret denně). Současná míra kouření mezi 16letými tak poklesla hluboko pod hodnoty sledované v polovině 90. let minulého století a můžeme tak mluvit o dlouhodobém poklesu kouření u mládeže (graf 2).

**Užívání elektronických cigaret a zahřívání tabáku**

Zahraniční výzkumy ukazují na to, že pokles míry kouření klasických cigaret je v posledních letech doprovázen významným nárůstem míry užívání elektronických cigaret a zahřívání tabáku, a to především mezi mládeží. V r. 2019 byly proto poprvé do mezinárodní studie ESPAD zařazeny

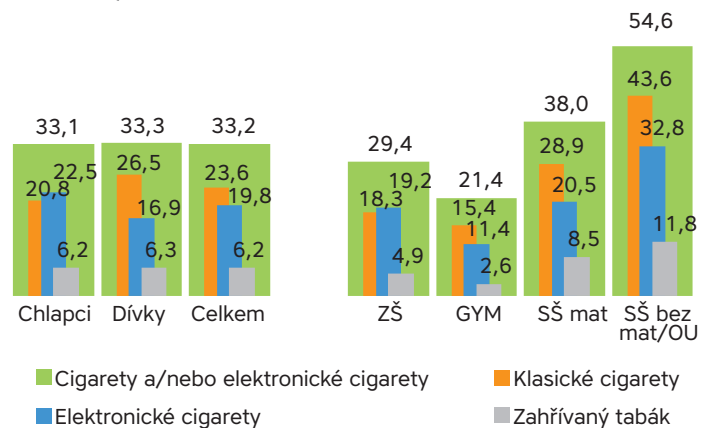
**GRAF 2**

**Vývoj prevalence kouření v posledních 30 dnech v letech 1995–2019, v %**



**GRAF 3**

**Prevalence užívání klasických cigaret a e-cigaret v posledních 30 dnech podle pohlaví a typu školy, rok 2019, v %**



**Trendy v užívání e-cigaret a zahřívání tabáku**

Vzhledem k tomu, že otázky týkající se elektronických cigaret a zahřívání tabáku byly do studie ESPAD zařazeny nově, je těžké hodnotit trendy v míře jejich užívání mezi mládeží. Otázka na zkušenosti s elektronickými cigaretami byla sledována pouze v rámci tzv. *validizační studie ESPAD* v r. 2016, studie obdobného rozsahu realizované s cílem ověřit výsledky sledované prostřednictvím studie ESPAD v ČR v r. 2015 (blíže viz např. Chomynová et al., 2016, Mravčík et al., 2017).

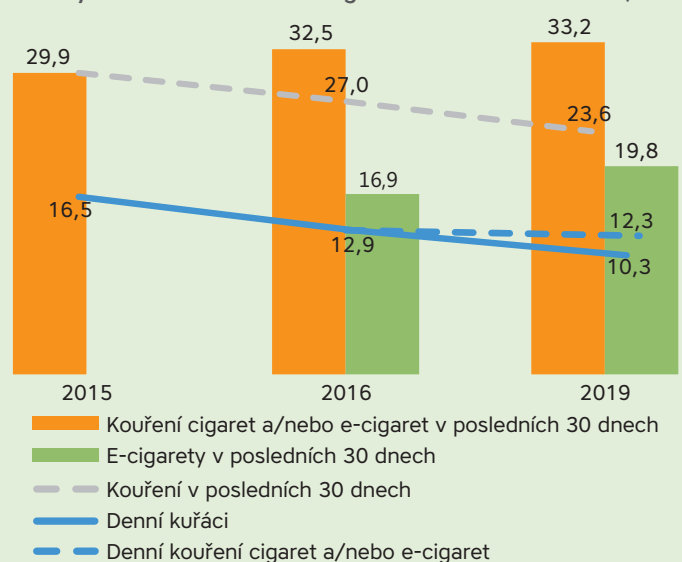
Mezi roky 2016–2019 se zvýšila uváděná zkušenost mládeže s užitím elektronických cigaret – alespoň jednou v životě je užilo v r. 2016 celkem 43,7 %, zatímco v r. 2019 zkušenost uvádělo již 60,4 %. V případě jejich současného užívání, tj. užívání v posledním měsíci, však došlo jen k mírnému nárůstu, a to z 16,9 % na 19,8 %.

Při zahrnutí elektronických cigaret do souhrnné kategorie nikotinových produktů se ukazuje celkem stabilní prevalence jejich současného užívání – zatímco v r. 2015 v posledních 30 dnech kouřilo (běžné cigarety) 29,9 % studentů, při zahrnutí dalších produktů zůstává míra současného užívání v r. 2019 na úrovni 33,2 %. Ukazuje se tedy, že pokles míry prevalence kouření v populaci 16letých je do značné míry asociován s užíváním jiných nikotinových produktů. Obdobně

pokud k denním kuřákům běžných cigaret přičteme denní uživatele e-cigaret, míra denního užívání některého z těchto produktů zůstává na stejné úrovni, jako byla v r. 2016 (graf 4).

**GRAF 4**

**Trendy v kouření a užívání e-cigaret v letech 2015–2019, v %**



otázky mapující zkušenosti 16letých studentů s užíváním elektronických cigaret a zahřívání tabáku.

Alespoň jednou zkusilo elektronické cigarety (bez ohledu na to, zda obsahovaly nikotin nebo ne) celkem 60,4 % studentů, tedy vyšší podíl, než uvedl kouření klasických cigaret v životě. Častěji šlo o chlapce než o dívky (65,1 %, resp. 55,5 %). V posledních 30 dnech užilo e-cigarety 19,8 % studentů (22,5 % chlapců a 16,9 % dívek), tedy o něco méně než klasické cigarety (23,6 %). S frekvencí alespoň jednou týdně nebo častěji užívalo e-cigarety 8,5 % studentů, denně nebo téměř denně 3,1 % studentů, tedy přibližně třikrát méně než klasické cigarety. Míra pravidelného užívání e-cigaret byla vyšší mezi chlapci; vysoká byla také mezi studenty odborných učilišť (18,8 % užívalo alespoň jednou týdně nebo častěji). Z celkového počtu studentů, kteří užili e-cigarety v životě, bylo v okamžiku, kdy zkusili poprvé e-cigaretu, 8,8 % pravidelných kuřáků cigaret, 35,9 % příležitostných kuřáků a 55,3 % nekuřáků.

Zkušenost s kouřením tzv. zahřívání tabáku uvedlo 12,8 % studentů (12,5 % chlapců a 13,2 % dívek), většina z nich měla tuto zkušenost v posledních 12 měsících (prevalence užití 11,2 %). Současné užívání, tj. užívání v posledních 30 dnech, uvedlo 6,2 % studentů. Frekvence užívání nebyla ve studii zjišťována, nejsou tedy k dispozici informace o denních uživatelích zahřívání tabáku.

Pokud zkušenosti s elektronickými cigaretami přičteme k prevalenci kouření klasických cigaret, získáme odhad celkové míry užívání nikotinových produktů v životě 68,5 %, tj. jen 31,5 % 16letých studentů nemá zkušenost ani s klasickými ani s elektronickými cigaretami. V posledních 30 dnech užilo některý z těchto typů cigaret celkem 33,2 % studentů (vyrovnaně chlapců i dívek), denní užívání některého z typů uvedlo 12,3 % studentů. Podrobnější srovnání míry kouření a užívání e-cigaret v posledních 30 dnech uvádí graf 3. ✕

## Konzumace alkoholu

### Prevalence zkušeností s pitím alkoholu

> Alkohol v životě pilo 95,1 % 16letých studentů, přičemž 42,0 % (45,5 % chlapců a 38,4 % dívek) lze považovat za pravidelné konzumenty alkoholu, protože uvedli pití alkoholu s frekvencí více než 20krát v životě. V posledních 30 dnech pilo alkohol 62,7 % studentů, polovina z nich s frekvencí 3krát nebo vícekrát, tj. přibližně 1 týdně nebo častěji (30,9 % studentů celkem).

Míra konzumace alkoholu je vyrovnaná u chlapců a dívek, dívky o něco častěji uváděly pouze jednorázovou konzumaci alkoholu. Ve srovnání s předchozími roky se míra konzumace alkoholu mezi studenty mírně snížila, především poklesl výskyt pravidelného pití (graf 5).

Celkem 15,0 % studentů pilo alkohol 6krát nebo častěji v posledních 30 dnech – 10,6 % studentů pilo pravidelně pivo, 9,1 % destiláty a 5,3 % pilo pravidelně víno. Cider pilo pravidelně 3,2 % studentů, 3,5 % pilo alkopops (tj. mixované drinky na bázi piva nebo destilátů s ovocnou chutí). Zatímco míra

pravidelného pití piva a alkopops u mládeže dlouhodobě klesá, míra pravidelné konzumace destilátů a vína se oproti r. 2015 zvýšila (graf 6).

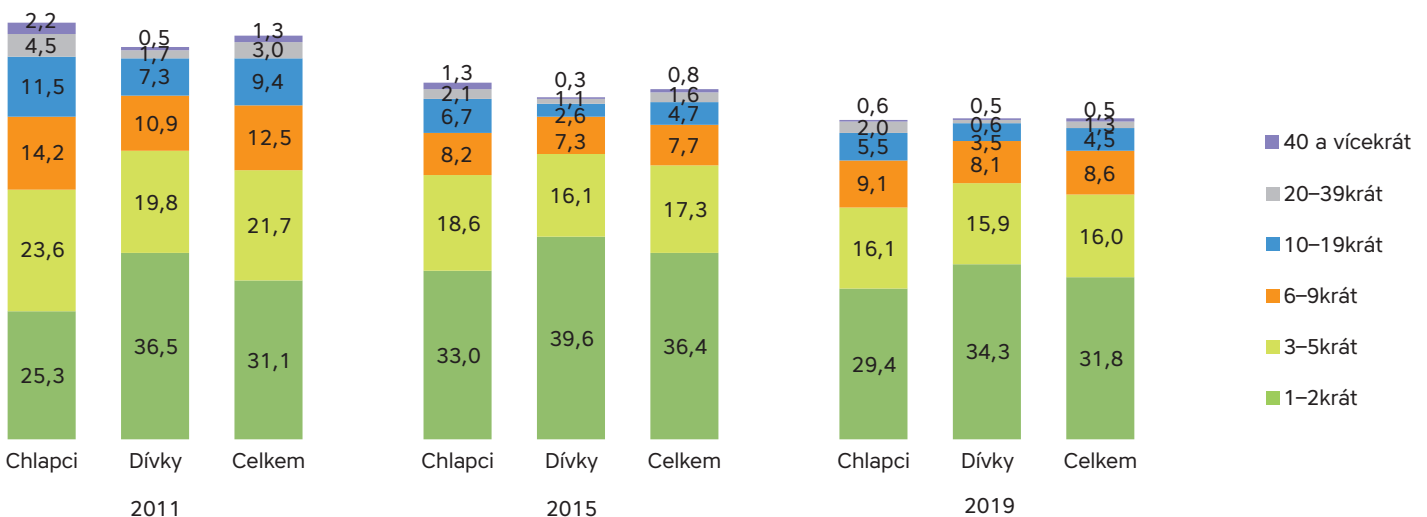
### Rizikové formy konzumace alkoholu

Ukazatelem rizikové konzumace alkoholu je časté pití nadměrných dávek alkoholu, definované jako pití 5 a více sklenic alkoholu při jedné příležitosti (jedna sklenice alkoholu odpovídá 1 velkému pivu o objemu 0,5 l, 1 sklenici vína o objemu 2 dcl, 1 lahvi nebo plechovce cideru o objemu 0,5 l, 1 lahvi nebo plechovce alkopops o objemu 0,33 l nebo 1 velkému panáku destilátu o objemu 4 cl) a zkušenost s opilostí, tj. stavem, kdy měl respondent problémy s chůzí, mluvením, zvracel nebo si nepamatoval, co se stalo (nejedná se tedy pouze o subjektivní pocit opojení nebo veselejší náladu po požití alkoholu).

Pití nadměrných dávek alkoholu alespoň jednou v posledním měsíci uvedlo v r. 2019 celkem 38,5 % šestnáctiletých (40,8 % chlapců a 36,1 % dívek), opakované časté pití 5 a více sklenic, tj. pití nadměrných dávek alkoholu 3krát

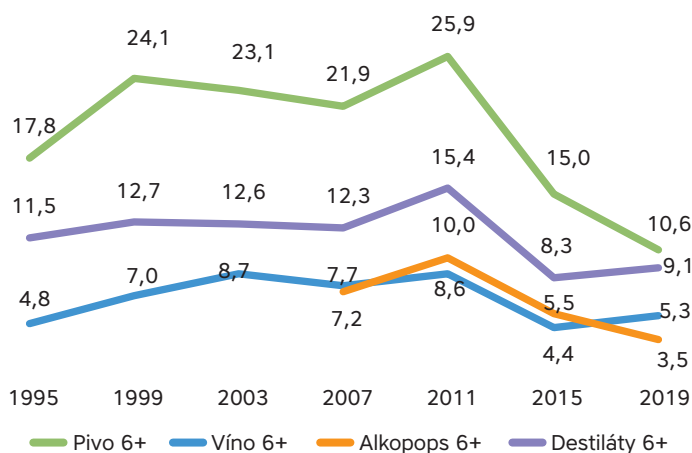
### GRAF 5

Frekvence pití alkoholu v posledních 30 dnech podle pohlaví, srovnání let 2011–2019, v %



**GRAF 6**

**Prevalence pravidelné konzumace jednotlivých druhů alkoholických nápojů (6krát a častěji v posledních 30 dnech), srovnání let 1995–2019, v %**



a častěji v posledních 30 dnech, uvedlo 11,7 % studentů (12,9 % chlapců a 10,5 % dívek). Pití nadměrných dávek alkoholu při jedné příležitosti, i jejich pravidelnou konzumaci, uváděli častěji chlapci a zejména studenti odborných učilišť (graf 7).

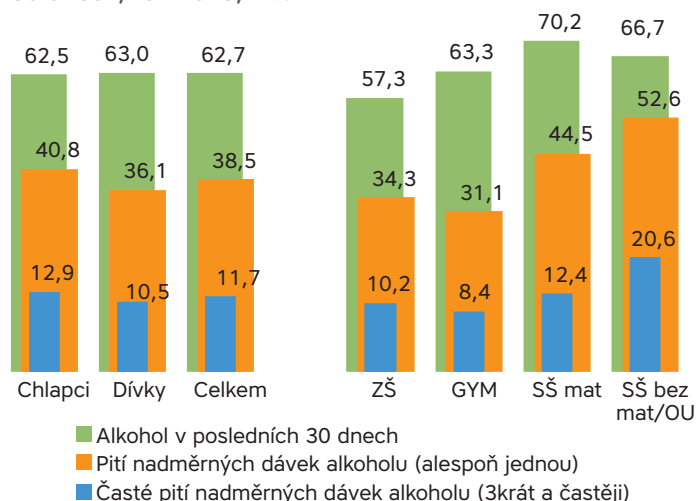
Zkušenost s opilostí v posledních 12 měsících uvedlo 38,5 % studentů, celkem 12,3 % studentů bylo opilých v posledním roce nejméně třikrát. Výskyt opilosti u chlapců i dívek je vyrovnaný (3krát a vícekrát v posledním roce se opilo 12,9 % chlapců a 11,7 % dívek). V posledních 30 dnech se alespoň jednou opilo 15,3 % šestnáctiletých, 2,3 % se opilo v posledním měsíci nejméně 3krát.

V období mezi roky 2011 a 2015 došlo k výraznému poklesu uváděné konzumace alkoholu u 16letých, a to k poklesu jak u indikátoru prevalence zkušeností s konzumací alkoholu v období posledních 12 měsíců a posledních 30 dnů, tak i u indikátorů rizikové konzumace alkoholu. Mezi roky 2015 a 2019 došlo k dalšímu poklesu míry konzumace alkoholu u dospívajících, ovšem nikoliv již tak významnému, jako v předchozím období (graf 8). U chlapců byl zaznamenán další pokles u všech sledovaných ukazatelů konzumace alkoholu, včetně rizikových forem, zatímco u dívek došlo mezi r. 2015 a 2019 naopak k mírnému nárůstu častého pití nadměrných dávek alkoholu (3krát a častěji) a výskytu opakované opilosti v posledních 30 dnech (graf 9 a graf 10). Ukazuje se tedy,

že dlouhodobě dochází k vyrovnávání rozdílů mezi chlapci a dívkami a v současnosti nejsou mezi chlapci a dívkami statisticky významné rozdíly v konzumaci alkoholu, které byly pozorovány v posledních 20 letech. X

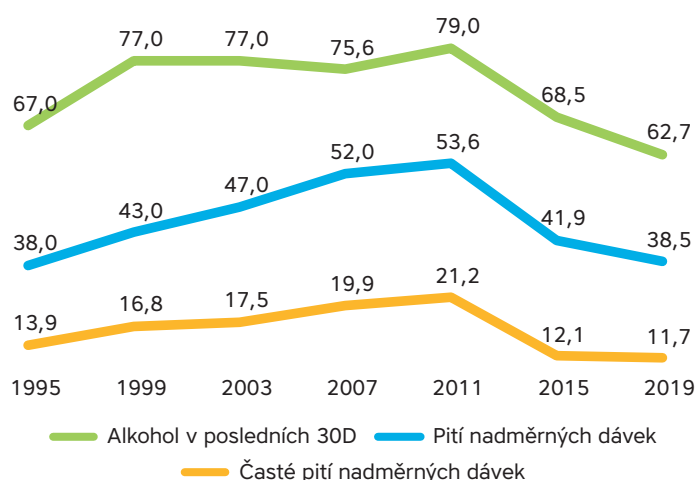
**GRAF 7**

**Prevalence konzumace alkoholu v posledních 30 dnech a pití nadměrných dávek alkoholu při jedné příležitosti s frekvencí nejméně jednou a 3krát a častěji v posledních 30 dnech, rok 2019, v %**



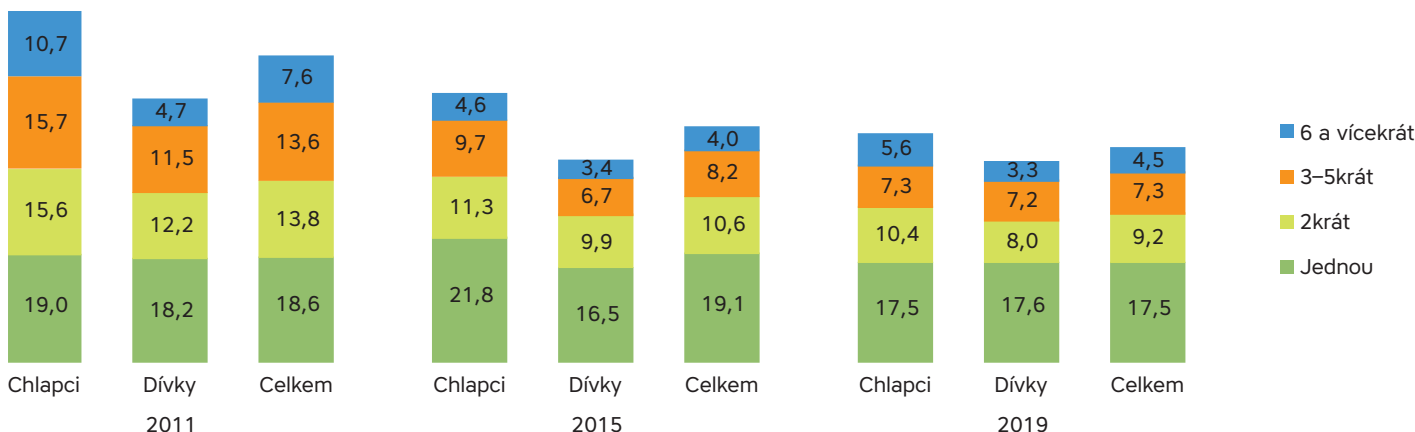
**GRAF 8**

**Vývoj prevalence konzumace alkoholu v posledních 30 dnech v letech 1995–2019, v %**



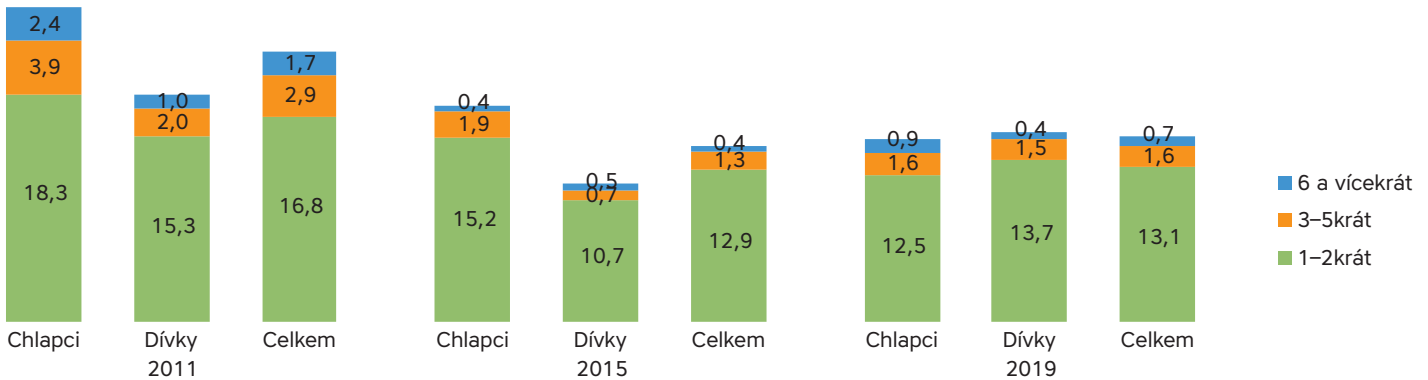
**GRAF 9**

**Pití nadměrných dávek alkoholu při jedné příležitosti v posledních 30 dnech podle pohlaví, srovnání let 2011–2019, v %**



**GRAF 10**

Opilost v posledních 30 dnech podle pohlaví, srovnání let 2011–2019, v %



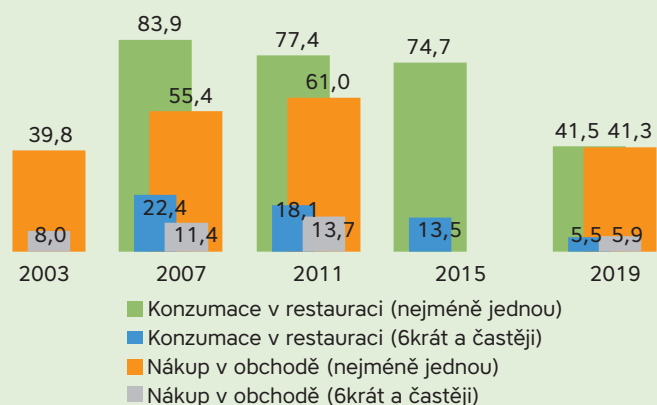
**Konzumace alkoholu v restauracích a nákup alkoholu v obchodech**

Mezi studenty, kteří uvedli konzumaci alkoholu v posledních 30 dnech, bylo podrobněji zjišťováno, kde si alkohol obstarali. Celkem 41,5 % studentů uvedlo, že alkohol konzumovalo v hospodě, restauraci, baru nebo na diskotéce, častěji šlo o dívky (43,4 % oproti 39,7 % chlapců). Třikrát nebo častěji pilo alkohol v restauraci 14,1 % studentů, celkem 5,5 % pilo alkohol v restauraci s frekvencí 6krát nebo častěji v posledních 30 dnech. Velmi podobné byly podíly studentů, kteří alkohol koupili v obchodě, supermarketu, večerce nebo na benzínové pumpě – 41,3 % studentů celkem, častěji šlo o chlapce (42,3 % oproti 40,1 % dívek), celkem 14,5 % kupovala alkohol v obchodech 3krát nebo častěji v posledních 30 dnech, 5,9 % pak s frekvencí 6krát a častěji.

Srovnání s přechozími vlnami studie ukázalo, že od r. 2007 klesá podíl studentů, kteří uvedli konzumaci alkoholu v restauraci, baru nebo na diskotéce, a to z 83,9 % na 41,5 %, současně klesala i opakovaná konzumace alkoholu v restauraci (graf 11). Na druhou stranu v letech 2003 až 2011 docházelo k nárůstu podílu studentů, kteří si alkohol nakupovali v obchodech (z 39,8 % na 61,0 %), poslední data z r. 2019 však uvádí výrazný pokles. Odráží se zde pravděpodobně dopad existujících legislativních opatření, zejména dodržování a kontrola věku při nákupu a podávání alkoholu mladistvým.

**GRAF 11**

Konzumace alkoholu v restauraci (baru nebo diskotéce) a nákup alkoholu v obchodě (supermarketu nebo večerce) mezi těmi, co uvedli konzumaci alkoholu v posledních 30 dnech, srovnání let 2003–2019, v %



**Energetické nápoje**

Velmi populární je v populaci 16letých pití energetických nápojů – jde o nealkoholické nápoje obsahující látky se stimulačním účinkem, zejména kofein, ale např. i guaranu, často jsou užívané s cílem zvýšit pozornost nebo mentální a fyzickou výkonnost. Častá konzumace energetických nápojů u dospívajících však může vést k poruchám chování, úzkostným poruchám nebo poruchám spánku.

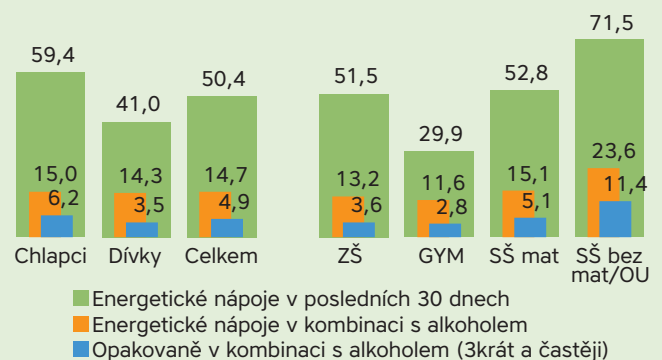
Tyto nápoje bývají často kombinovány s alkoholem, tato kombinace je však ještě rizikovější než pití samotného alkoholu – kombinace energetických nápojů s alkoholem snižuje subjektivní pocit opilosti a oddaluje ospalost při intoxikaci alkoholem, což prodlužuje dobu pití alkoholu a může vést k vyšším konzumovaným dávkám alkoholu.

Zkušenost s pitím energetických nápojů (typu RedBull, Monster Energy, Big Shock! nebo Tiger Energy) alespoň jednou v životě uvedlo celkem 91,3 % 16letých studentů, v posledních 30 dnech je pilo 50,4 % studentů (59,4 % chlapců a 41,0 % dívek). Opakovaně, tedy alespoň 3krát nebo častěji, pilo energetické nápoje celkem 29,4 % studentů. Častějšími konzumenty energetických nápojů byli chlapci (39,7 % vs. 18,9 % dívek) a zejména studenti odborných učilišť (49,9 %).

Pití energetických nápojů v kombinaci s alkoholem při jedné příležitosti alespoň jednou v životě uvedlo 40,4 % studentů, v posledních 30 dnech pak 14,7 % studentů (graf 12). Celkem 4,9 % uvedlo pití energetických nápojů společně s alkoholem s frekvencí 3krát a častěji v posledních 30 dnech.

**GRAF 12**

Pití energetických nápojů v posledních 30 dnech a jejich kombinace s alkoholem, v %



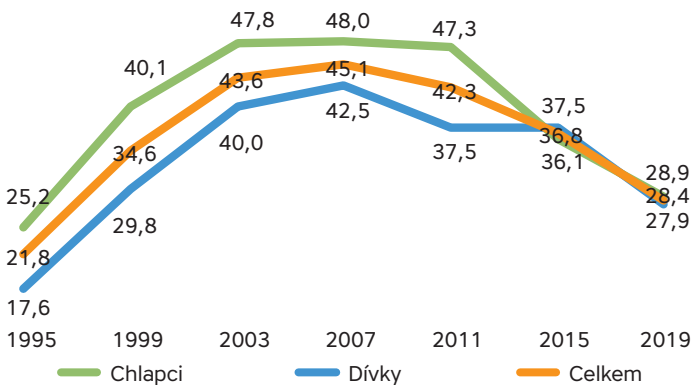
# Užívání nelegálních drog

## Konopné látky

> Alespoň jednu zkušenost s užitím nelegálních drog v životě uvedlo v r. 2019 celkem 29,3 % dotázaných šestnáctiletých studentů, nejčastěji šlo o konopné látky, tj. marihuanu nebo hašiš. Alespoň jednou v životě je zkusilo celkem 28,4 % studentů (28,9 % chlapců a 27,9 % dívek), z nich 10,6 % uvedlo jednorázový experiment s konopnými látkami a 17,8 % jejich opakované užití (3krát nebo častěji v životě). Nejméně zkušeností uváděli žáci 9. tříd základních škol (21,7 %), naopak nejvíce studenti 1. ročníků odborných učilišť (42,3 %). Většina zkušeností pochází z období posledních 12 měsíců – v tomto období uvedlo užití konopných látek 23,1 % studentů (24,0 % chlapců a 22,2 % dívek). V posledních 30 dnech užilo konopné látky 11,6 % 16letých (shodně chlapců i dívek).

Po nárůstu míry zkušeností studentů s užitím konopných látek v období mezi r. 1995–2007 na dvojnásobek hodnot sledovaných v polovině 90. let 20. století dochází od r. 2007 k postupnému poklesu užívání konopných látek v populaci 16letých. Až do r. 2011 uváděli vyšší zkušenosti s konopnými látkami chlapci, od r. 2015 je situace u chlapců a dívek vyrovnaná; pokles míry zkušeností s konopím je tedy výraznější v případě chlapců. Aktuálně sledované hodnoty se přiblížily situaci z poloviny 90. let (graf 13).

**GRAF 13**  
Celoživotní prevalence užití konopných látek podle pohlaví, srovnání let 1995–2019, v %

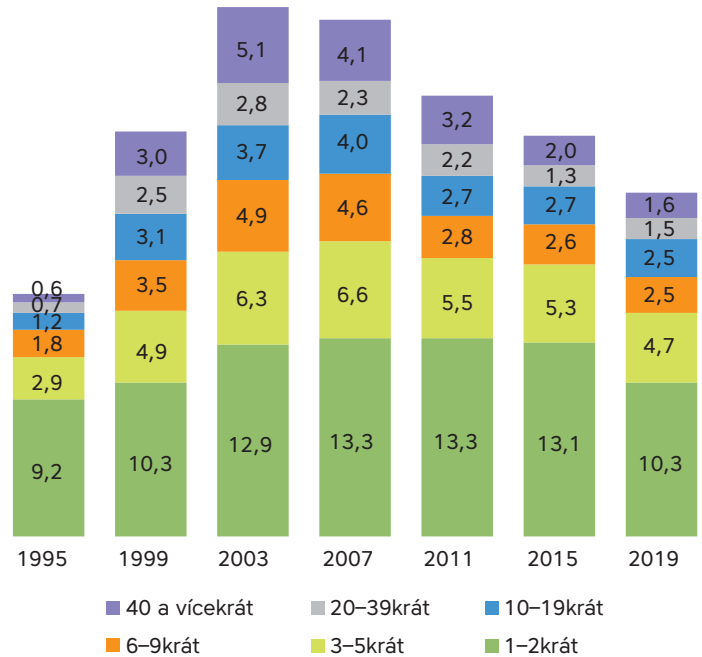


Již od r. 2003 klesá míra aktuálního užívání konopných látek, tj. jejich užívání v období posledních 12 měsíců. Zatímco v letech 2003–2015 zůstával dlouhodobě stejný podíl studentů, kteří uváděli pouze jednorázovou zkušenost s konopím v posledních 12 měsících, a klesal podíl studentů s opakovanou zkušeností, v r. 2019 byl zaznamenán pokles jak v případě jednorázové zkušenosti, tak další pokles v případě zkušenosti opakované, resp. pravidelné (graf 14).

## Jiné nelegální drogy

Užití jiné nelegální drogy než konopných látek uvedlo celkem 7,6 % respondentů (7,4 % chlapců a 7,8 % dívek). Po konopných látkách byla v r. 2019 další v pořadí nejčastěji užitou nelegální drogou v populaci šestnáctiletých extáze (3,6 %), následovaná LSD spolu s jinými halucinogeny (3,5 %) a halucinogenními houbami (2,5 %). Užití pervitinu v životě uvedlo 1,5 % dotázaných, obdobně jako kokainu (1,6 %), zatímco heroin nebo jiné opiáty užilo méně než 1 % respondentů. Zkušenost s těkavými látkami mělo 4,9 % studentů, 0,7 % uvedlo zkušenost s anabolickými steroidy.

**GRAF 14**  
Frekvence užívání konopných látek v posledních 12 měsících, srovnání let 1995–2019, v %



Zkušenosti s užitím nelegálních drog u chlapců a dívek jsou vyrovnané, v případě nekonopných drog uvádí častější zkušenost dívky, ovšem rozdíly v prevalenci užití nejsou statisticky významné. Významné rozdíly byly sledovány mezi studenty jednotlivých typů škol – zkušenosti se všemi sledovanými nekonopnými drogami byly nejnižší mezi studenty gymnázií (včetně víceletých) a naopak nejvyšší mezi studenty odborných učilišť. V případě konopných látek uváděli nejnižší zkušenosti, včetně opakovaného užívání, žáci 9. tříd základních škol.

Opakované užití nelegálních drog, tj. s frekvencí 3krát nebo častěji v životě, uvádí s výjimkou konopných látek minimální podíl studentů, 1,8 % v případě těkavých látek a méně než 1 % v případě ostatních nekonopných drog (tabulka 2).

## Dlouhodobé trendy užívání nelegálních drog

Mezi r. 1995 a 2003 byl sledován postupný rychlý nárůst zkušeností studentů s užitím nelegálních drog, a to především konopných látek – v r. 1995 uvedlo užití marihuany 22 % studentů, v r. 2003 již 44 % studentů, v r. 2007 byly zkušenosti studentů s marihuanou prakticky stejné jako při výzkumu v r. 2003 (45 %). V r. 2011 byl poprvé zaznamenán pokles na 42 % a tento trend dále pokračoval i v období 2011–2019 (pokles na 28 %). K poklesu prevalence užití došlo i v případě ostatních nelegálních drog. V případě extáze je pokles patrný již od r. 2003, u dalších drog již od r. 1999 (graf 17). Dlouhodobě mírně rostou uváděné zkušenosti studentů s kokainem (z 0,5 % v r. 1995 na 1,6 % v r. 2019), v posledním sledovaném období došlo také k nárůstu uváděné celoživotní prevalence zkušeností s extází (z 2,7 % v r. 2015 na 3,6 % v r. 2019).

## Užití nelegálních drog v posledních 12 měsících a posledních 30 dnech

U většiny sledovaných nelegálních drog byla mezi studenty zjišťována také zkušenost v posledních 12 měsících a posledních 30 dnech. V posledním roce užilo některou ze sledovaných nelegálních drog celkem 23,8 % dotázaných, v naprosté většině případů šlo o užití konopných látek (23,1 %). Užití některé z nekonopných drog v posledních 12 měsících uvedlo 4,9 % dotázaných, nejčastěji šlo o extázi



## Intenzivní užívání konopných látek

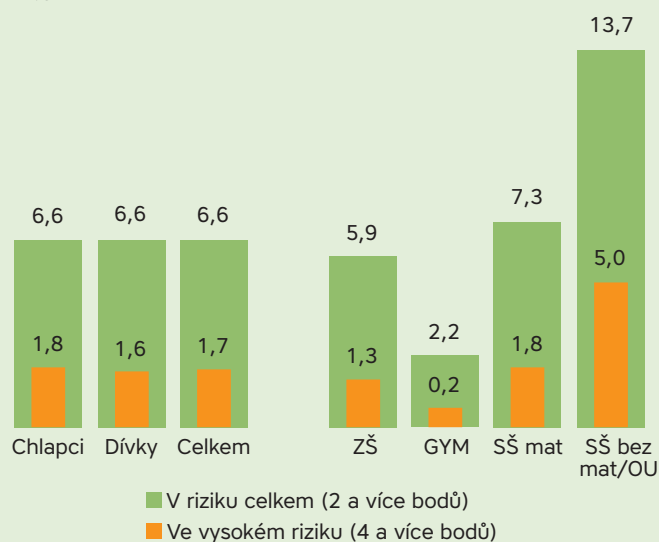
V r. 2019 byla do dotazníku zařazena screeningová škála CAST (Cannabis Abuse Screening Test), jejímž cílem je odhadnout výskyt intenzivního užívání konopných látek mezi dospívajícími (Spilka et al., 2013, Legleye et al., 2013, Legleye et al., 2011, Bastiani et al., 2013). Škála se skládá z 6 otázek zaměřených na užívání konopných látek v posledních 12 měsících:

- > Kouřil/a jste někdy marihuanu nebo hašiš před polednem?
- > Kouřil/a jste někdy marihuanu nebo hašiš o samotě?
- > Měl/a jste někdy problémy s pamětí, když jste kouřil/a marihuanu nebo hašiš?
- > Řekli Vám někdy Vaši přátelé nebo členové rodiny, že byste měl/a snížit spotřebu nebo přestat užívat marihuanu nebo hašiš?
- > Zkusil/a jste někdy snížit spotřebu nebo přestat užívat marihuanu nebo hašiš, ale neúspěšně?
- > Měl/a jste někdy problémy kvůli užívání marihuany nebo hašiše (např. hádka, rvačka, nehoda, špatné výsledky ve škole)?

Vyhodnocení škály je postaveno na binární variantě odpovědí; jednotlivé otázky mohou nabývat hodnot 0 (nikdy, případně zřídka v případě prvních dvou otázek) nebo 1 (zřídka, občas, celkem často nebo velmi často), výsledné skóre vzniklé jejich součtem tak může nabývat hodnoty 0–6 bodů, přičemž respondenti, kteří získají 0–1 bod, nevykazují riziko v souvislosti s užíváním konopných látek, zatímco 2–3 body značí mírné riziko a 4 a více bodů vysoké riziko vzniku problémů v souvislosti s užíváním konopí.

Výsledky screeningové škály CAST naznačují, že v kategorii rizika v souvislosti s užíváním konopných látek (tj. získali alespoň 2 body na uvedené škále) se nacházelo celkem 6,6 % populace 16letých studentů, a to shodně chlapců

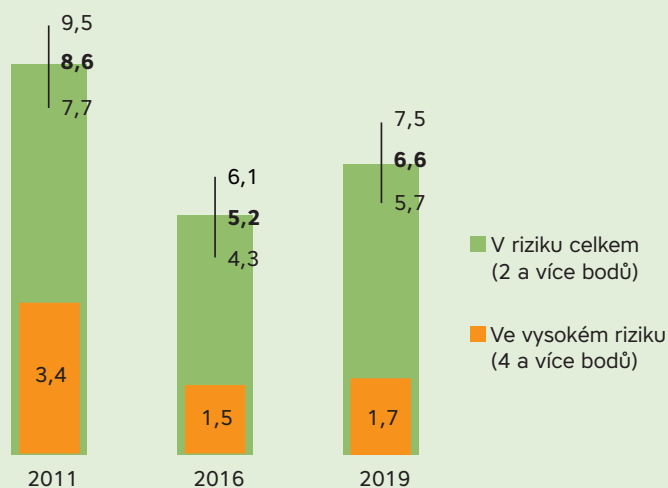
**GRAF 15**  
Odhad podílu studentů v riziku problémů v souvislosti s užíváním konopných látek podle škály CAST, rok 2019, v %



a dívek (95% CI: 5,7–7,5 %). Z nich 4,9 % (4,8 % chlapců, resp. 5,1 % dívek) spadalo do kategorie nízkého rizika (2–3 body) a 1,7 % (1,8 %, resp. 1,6 %) spadalo do kategorie vysokého rizika (4 a více bodů na škále). Výskyt osob v riziku v souvislosti s užíváním konopí je nejnižší mezi studenty gymnázií a naopak nejvyšší mezi studenty odborných učilišť (graf 15).

Při přepočtu odhadu na respondenty, kteří užívali konopné látky v posledních 12 měsících, spadalo do kategorie rizika 29,4 % uživatelů (28,6 % mužů a 30,2 % žen), z nich 21,9 % (20,8 %, resp. 23,1 %) spadalo do kategorie nízkého rizika (2–3 body) a 7,5 % (7,9 %, resp. 7,1 %) uživatelů konopí spadalo do kategorie vysokého rizika (4 a více bodů na škále).

**GRAF 16**  
Míra prevalence intenzivního užívání konopných látek v populaci studentů, srovnání let 2011–2019, v %



Pozn.: V grafu jsou uvedeny 95% intervaly spolehlivosti (95% CI). V případě, že se 95% CI mezi jednotlivými roky překrývá, nejde o statisticky významnou změnu.

Při extrapolaci na populaci dospívajících ve věku 15–16 let jde odhadem o 11–14 tis. osob v riziku v souvislosti s užíváním konopí, z nich odhadem 2–4 tis. osob ve vysokém riziku. Při extrapolaci na celou populaci dospívajících ve věku 15–19 let jde odhadem o 27–35 tis. osob, v tom 6–10 tis. ve vysokém riziku v souvislosti s užíváním konopí.

Screeningová škála CAST, která se ve stejné formulaci používá i u dospělých, výsledky mezi dospívajícími pravděpodobně nadhodnocuje, neboť dospívající oproti dospělým častěji uvádějí doporučení přátel nebo rodiny užívání konopných látek omezit, neúspěšné pokusy o snížení užívání, problémy s pamětí i další problémy, např. hádka, rvačky nebo špatné výsledky ve škole, a to i studenti s jednorázovou zkušeností s marihuanou.

V r. 2011 bylo za použití stejné screeningové škály odhadnuto 8,6 % populace 16letých v riziku v souvislosti s užíváním konopí (11,6 % u chlapců a 5,9 % u dívek), z nich 3,4 % spadalo do kategorie vysokého rizika v souvislosti s užíváním konopných látek. Ve validační studii ESPAD 2016, kde byla tato škála také použita, byl odhad intenzivních uživatelů konopí nižší, celkem 5,2 % studentů, z nich 1,5 % spadalo do kategorie vysokého rizika (graf 16).

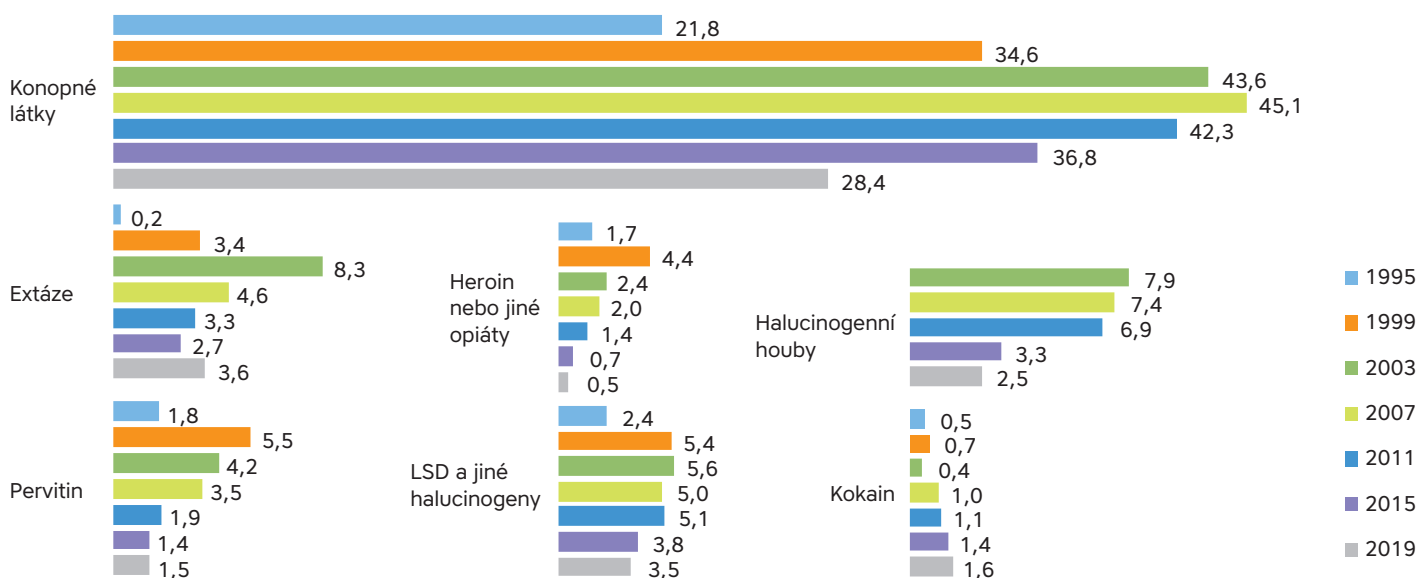
**TABULKA 2**

Celoživotní prevalence užití vybraných nelegálních drog a opakované užití (3krát a častěji v životě) podle pohlaví a typu školy, rok 2019, v %

Užití nelegálních drog	Chlapci	Dívky	Celkem	ZŠ	GYM	SŠ mat	SŠ bez mat/OU
Konopné látky v životě	28,9	27,9	28,4	21,7	26,1	35,4	42,3
3 a vícekrát	18,2	17,3	17,8	12,3	15,0	23,9	29,4
Extáze v životě	3,5	3,8	3,6	2,8	1,6	4,9	6,4
3 a vícekrát	0,7	1,1	0,9	0,2	0,0	1,7	2,9
Pervitin v životě	1,3	1,6	1,5	1,2	0,4	1,7	3,2
3 a vícekrát	0,2	0,4	0,3	0,2	0,0	0,4	0,9
Heroin nebo jiné opiáty v životě	0,6	0,5	0,5	0,3	0,0	0,7	1,4
3 a vícekrát	0,1	0,1	0,1	0,0	0,0	0,1	0,6
LSD a jiné halucinogeny v životě	3,3	3,7	3,5	2,8	2,0	4,4	6,4
3 a vícekrát	0,6	0,7	0,7	0,5	0,2	1,2	0,9
Halucinogenní houby v životě	2,6	2,5	2,5	2,6	0,8	2,6	4,6
3 a vícekrát	0,4	0,4	0,4	0,2	0,2	0,6	0,9
Kokain v životě	1,6	1,6	1,6	1,2	1,0	2,0	2,6
3 a vícekrát	0,6	0,4	0,5	0,3	0,8	0,3	0,9
Těkavé látky v životě	5,1	4,7	4,9	4,6	3,8	5,4	6,6
3 a vícekrát	1,7	1,9	1,8	1,8	1,0	1,9	2,3
Anabolické steroidy v životě	0,9	0,5	0,7	0,7	0,2	0,7	0,9
3 a vícekrát	0,3	0,1	0,2	0,3	0,0	0,1	0,3

**GRAF 17**

Vývoj zkušeností s nelegálními drogami (celoživotní prevalence) v letech 1995–2019, v %



**TABULKA 3**

Prevalence užití nelegálních drog v posledních 12 měsících a 30 dnech, rok 2019, v %

Prevalence užití	V posledních 12 měsících			V posledních 30 dnech		
	Chlapci	Dívky	Celkem	Chlapci	Dívky	Celkem
Jakákoliv nelegální droga	24,7	22,9	23,8	12,6	12,2	12,4
Konopné látky	24,0	22,2	23,1	11,6	11,6	11,6
Jakákoliv nekonopná droga	4,7	5,2	4,9	1,7	1,7	1,7
Extáze	2,5	2,7	2,6	0,6	0,7	0,7
Pervitin	0,8	1,1	1,0	0,3	0,5	0,4
Heroin nebo jiné opiáty	0,3	0,3	0,3	0,5	0,0	0,3
LSD a jiné halucinogeny	1,8	1,9	1,9	0,8	0,4	0,6
Halucinogenní houby	1,1	1,2	1,1	0,1	0,3	0,2
Kokain	1,1	1,0	1,1	0,4	0,3	0,3
Těkavé látky	3,2	3,3	3,3	1,5	1,6	1,6
Anabolické steroidy	0,6	0,3	0,5	0,3	0,1	0,2

(2,6 %) (tabulka 3). Zkušenosti s halucinogeny měla v posledních 12 měsících zkušenost méně než 2 % studentů, s ostatními nelegálními drogami méně než 1 % dotázaných. V posledních 30 dnech užilo nekonopnou drogu 1,7 % dotá-

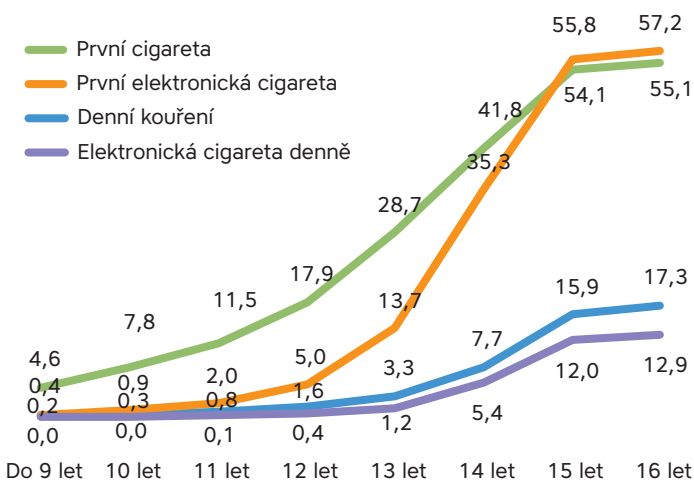
zaných, užití jednotlivých látek se pohybovalo vždy pod 1 % studentů. Obdobně jako v případě celoživotní prevalence uváděli vyšší míru zkušeností s nekonopnými drogami studenti odborných učilišť. ✕

## První zkušenost s návykovými látkami

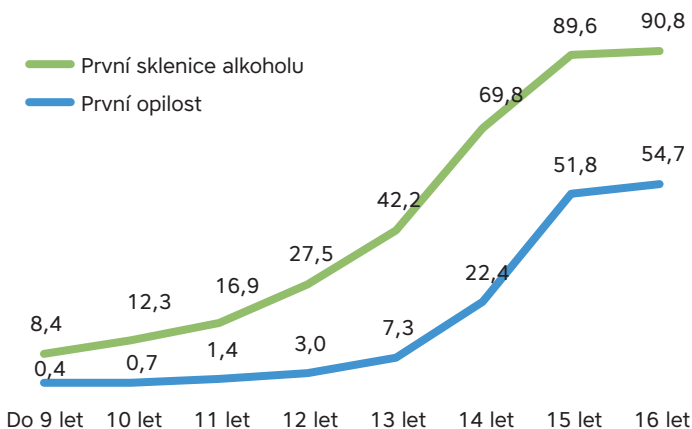
> První zkušenost s kouřením cigaret mělo nejvíce studentů ve věku 14 a 15 let, dlouhodobě klesá podíl studentů, kteří uvádí první zkušenost s cigaretami ve věku 9 nebo méně let (12 % studentů v letech 2007 a 2011 a 4,6 % v r. 2019). Časnou zkušenost s první cigaretou, tj. získání 1. zkušenosti do 13 let věku včetně (tedy před 14. narozeninami) uvedlo celkem 28,7 % studentů (30,1 % chlapců a 27,1 % dívek). K počátku denního kouření dochází nejčastěji ve věku 15 let, časný počátek denního kouření uvedla 3,3 % dotázaných (graf 18).

V r. 2019 byl poprvé sledován také věk první zkušenosti studentů s elektronickými cigaretami a počátek jejich denního užívání. První zkušenost uvádějí studenti nejčastěji v 15 letech, stejně tak i počátek denního užívání. Ve srovnání

**GRAF 18**  
Věk první zkušenosti s kouřením běžných a elektronických cigaret a věk počátku jejich denního užívání (kumulativní počty studentů se zkušeností v daném věku), rok 2019, v %



**GRAF 19**  
Věk první zkušenosti alkoholem a opilostí (kumulativní počty studentů se zkušeností v daném věku), rok 2019, v %



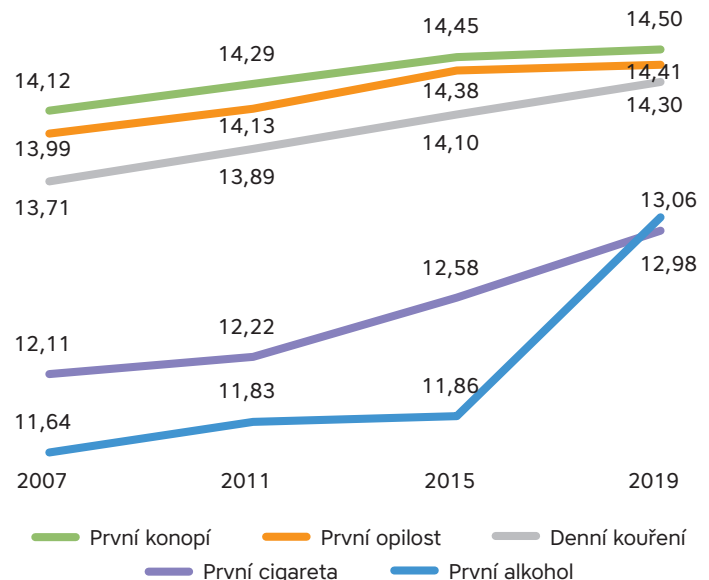
s běžnými cigaretami zkoušejí studenti elektronické cigarety později – zatímco do 13 let věku má zkušenost s cigaretami 28,7 % studentů, zkušenost s elektronickými cigaretami uvádí 13,7 % (graf 18). Časnou zkušenost s e-cigaretami uvádí zejména chlapci (14,9 % oproti 12,4 % dívek). K dennímu užívání e-cigaret dochází o něco později než v případě denního kouření běžných cigaret.

K 1. zkušenosti s alkoholem (zjišťováno je vypití celé sklenice alkoholického nápoje, ne „ochutnání“ nebo vypití jednoho loku alkoholu) dochází nejčastěji ve věku 14 let. V posledních letech však výrazně poklesl podíl studentů s časnou zkušeností s alkoholem – zatímco v r. 2007 uvádělo zkušenost s vypitím sklenice alkoholu celkem 75 % studentů a v r. 2015 celkem 69 % studentů, v r. 2019 poklesl podíl studentů s časnou zkušeností na 42,2 % (45,9 % chlapců a 38,3 % dívek) (graf 19). Dlouhodobě klesá také výskyt časně zkušenosti s opilostí (z 17,5 % v r. 2007 na 10,2 % v r. 2015 a dále na 7,3 % v r. 2019).

První zkušenost s nelegálními drogami a těkavými látkami získávají studenti nejčastěji ve věku 15 let. Dlouhodobě se posunuje věk první zkušenosti s konopnými látkami do pozdějšího věku, a klesá tak podíl respondentů, kteří užili konopné látky před svými 14. narozeninami (z 9,3 % v r. 2007 na 3,2 % v r. 2019). Časnou zkušenost s jinými nelegálními drogami uvádí minimum respondentů – 0,3 % uvedlo zkušenost s pervitinem do 13 let věku, 0,2 % s extází a 0,1 % s kokainem. Časnou zkušenost s užitím těkavých látek uvedlo celkem 0,7 % respondentů.

V souvislosti s poklesem výskytu časně zkušenosti s návykovými látkami dochází dlouhodobě k nárůstu průměrného věku

**GRAF 20**  
Průměrný věk první zkušenosti s návykovými látkami, srovnání let 2007–2019, v rocích



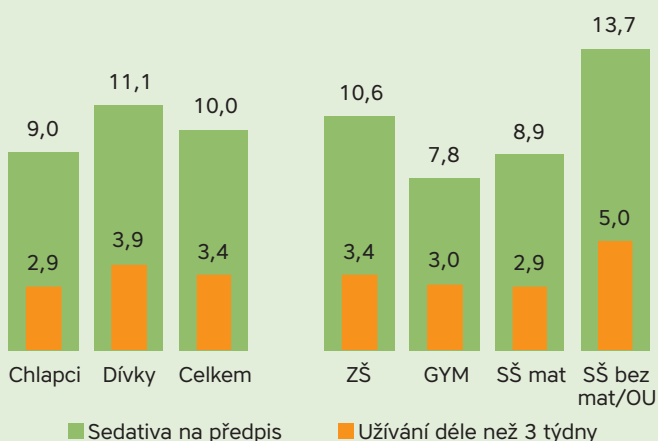
## Užívání psychoaktivních léků

V rámci studie ESPAD bylo prostřednictvím několika otázek sledováno také užívání psychoaktivních léků. Sledováno bylo samostatně užívání léků na uklidnění nebo na spaní na doporučení lékaře (jako příklady byly uvedeny Diazepam, Neurole, Lexaurin, Xanax, Rohypnol a Stilnox), ale i jejich užívání bez lékařského předpisu za účelem dostat se tzv. do nálady. Dále bylo sledováno také užívání léků proti bolesti za účelem dostat se tzv. do nálady a užití alkoholu spolu psychoaktivními léky za tímž účelem. Užívání léků bez lékařského předpisu nebo za účelem dostat se tzv. do nálady lze označit jako zneužívání psychoaktivních léků.

Užívání léků na uklidnění nebo na spaní na doporučení lékaře uvedlo celkem 10,0 % 16letých (9,0 % chlapců a 11,1 % dívek), v tom 3,4 % užívala léky na doporučení lékaře déle než 3 týdny, a to i přes to, že některé z uvedených příkladů hypnotik spadají do kategorie benzodiazepinů, jejichž užívání po dobu delší než dva až čtyři týdny se nedoporučuje kvůli riziku závislosti. Dlouhodobé užívání

### GRAF 21

Celoživotní prevalence užívání léků na uklidnění nebo na spaní na doporučení lékaře, rok 2019, v %

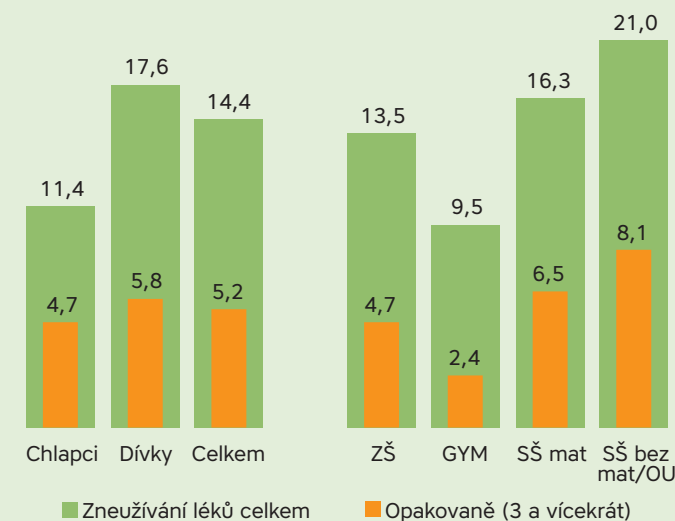


psychoaktivních léků na základě doporučení lékaře bylo častější u dívek (3,9 %) než u chlapců (2,9 %) (graf 21).

Léky se sedativním účinkem bez doporučení lékaře užilo někdy v životě 6,6 % dotázaných (5,2 % chlapců a 7,9 % dívek), 2,5 % je užila opakovaně, tj. 3krát nebo častěji v životě. Léky proti bolesti za účelem dostat se tzv. do nálady užilo někdy 9,8 % dotázaných (7,1 % chlapců a 12,5 % dívek), v tom 3,3 % je takto užila opakovaně. Psychoaktivní léky v kombinaci s alkoholem (účelem dostat se tzv. do nálady) někdy v životě užilo 5,8 % (4,2 % chlapců a 7,4 % dívek), v tom 1,3 % užila léky v kombinaci s alkoholem 3 a vícekrát. Po sloučení psychoaktivních léků do jedné kategorie se ukázalo, že zneužití léků uvedlo celkem 14,4 % studentů, v tom 5,2 % uvedla zneužívání léků opakovaně (graf 22).

### GRAF 22

Celoživotní prevalence zneužívání psychoaktivních léků, rok 2019, v %



při prvním užití návykových látek. Průměrný věk první zkušenosti s kouřením běžných cigaret se tak zvýšil na 12,98 roku, zvýšil se i průměrný věk začátku denního kouření, a to na 14,30 roku. Stejně jako v případě kouření dochází v posledních letech k nárůstu průměrného věku zkušenosti s konzumací alkoholu. Průměrný věk 1. zkušenosti s vypitím sklenice alkoholu se zvýšil na 13,06 roku a zkušenost s první opilostí na 14,41 roku (graf 20). K prvnímu užití konopných látek dochází

nejčastěji ve 14,50 roku, o něco vyšší je průměrný věk první zkušenosti s ostatními nelegálními drogami (14,52 roku v případě pervitinu, 14,68 roku v případě kokainu a 14,72 roku v případě extáze). V případě nekonopných drog je třeba vzít v potaz nízkou míru celoživotní prevalence užití těchto látek, výpočet průměrného věku se v těchto případech opírá pouze o jednotky respondentů. ✕

## Subjektivně vnímaná dostupnost návykových látek

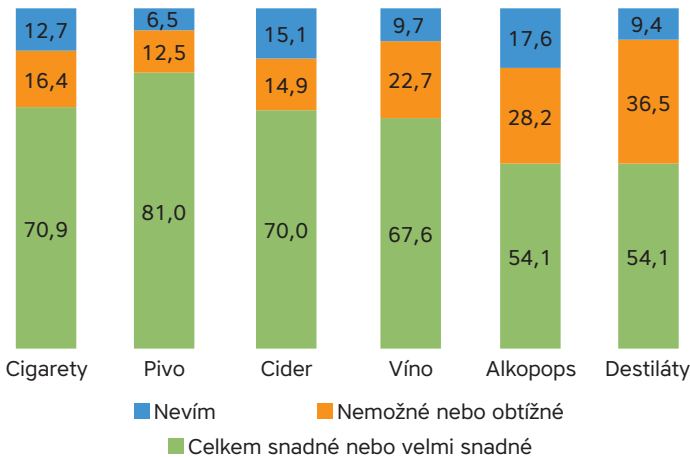
### Cigarety a alkoholické nápoje

> Subjektivně vnímaná dostupnost cigaret a alkoholu zůstává dlouhodobě vysoká, a to i přesto, že se jedná o látky, které by šestnáctiletým studentům neměly být volně dostupné. Cigarety by si celkem snadno nebo velmi snadno dokázalo obstarat 70,9 % dotázaných (71,2 % chlapců a 70,5 % dívek).

Pivo si celkem snadno nebo velmi snadno dokáže obstarat 81,0 % studentů, více než polovina studentů by si snadno obstarala i jiný druh alkoholu, především cider nebo víno (graf 23). Všechny druhy alkoholických nápojů jsou snadno dostupné zejména podle dívek, v hodnocení dostupnosti piva

**GRAF 23**

**Subjektivně vnímaná dostupnost cigaret a alkoholických nápojů, rok 2019, v %**



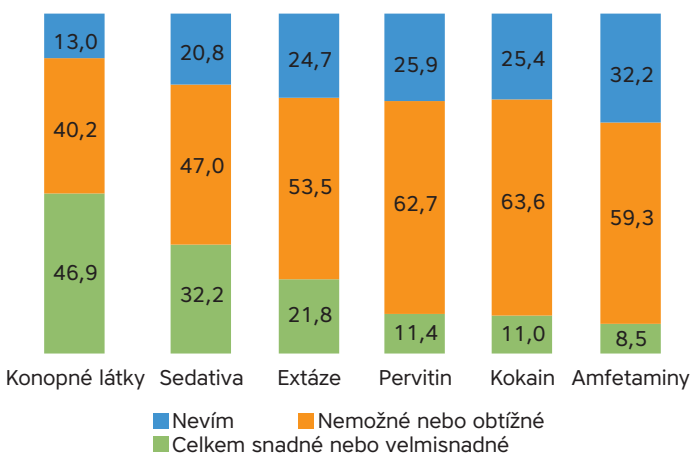
a destilátů nejsou rozdíly mezi chlapci a dívkami. Za snadno dostupný považují alkohol zejména studenti gymnázií, kteří jsou v názorech na dostupnost alkoholu oproti svým vrstevníkům z jiných typů škol vyhraněnější (často odpovídají v kategorii snadné i obtížné), zatímco žáci ZŠ a studenti odborných učilišť významně častěji nedokáží dostupnost alkoholu posoudit (tj. častěji vybírali kategorii „nevím“).

**Psychoaktivní léky a nelegální návykové látky**

Celkem 46,9 % studentů by si dokázalo celkem snadno nebo velmi snadno obstarat konopné látky (46,1 % chlapců a 47,6 % dívek), přičemž mezi žáky ZŠ považuje konopné látky za snadno dostupné 40 % dotázaných a na všech typech středních škol více než 50 %. Sedativa vnímá jako snadno dostupná 32,2 % studentů, významně častěji dívky (36,7 %) než chlapci (27,9 %). Jiné nelegální drogy mimo konopné látky jsou studenty vnímány spíše jako velmi obtížné dostupné, přibližně čtvrtina studentů nedokáže jejich dostupnost posoudit (graf 24).

**GRAF 24**

**Subjektivně vnímaná dostupnost psychoaktivních léků (sedativ) a vybraných nelegálních drog, rok 2019, v %**

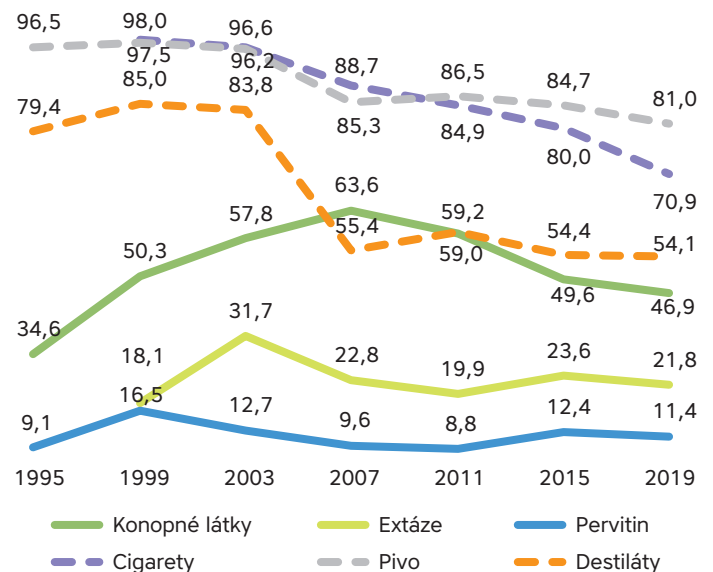


V dlouhodobém horizontu se mírně snižuje subjektivně vnímaná dostupnost cigaret i jednotlivých druhů alkoholických nápojů s výjimkou destilátů, kdy byl sledován výrazný pokles ve vnímání dostupnosti mezi roky 2003 a 2007 a od té doby zůstává přibližně na stejné úrovni.

Subjektivně vnímaná dostupnost konopných látek se snižuje již od r. 2007, což je zcela v souladu s trendy klesající prevalence zkušeností s užitím konopných látek. V případě pervitinu a extáze byl po předchozím poklesu subjektivně vnímané dostupnosti (u extáze od r. 2003 a u pervitinu od r. 1999) zaznamenán mezi r. 2011 a 2015 opětovný nárůst a hodnocení dostupnosti v r. 2019 zůstává srovnatelné s předchozím obdobím (graf 25). V posledních letech se snížil podíl odpovědí „nevím“ a zvýšil naopak podíl studentů, kteří považují získání nelegálních drog za nemožné nebo velmi obtížné. ✕

**GRAF 25**

**Vývoj subjektivně vnímané dostupnosti vybraných nelegálních drog v letech 1995–2019, % odpovědí „celkem snadno“ a „velmi snadno“ dostupné**



## Vnímání rizik spojených s užíváním návykových látek

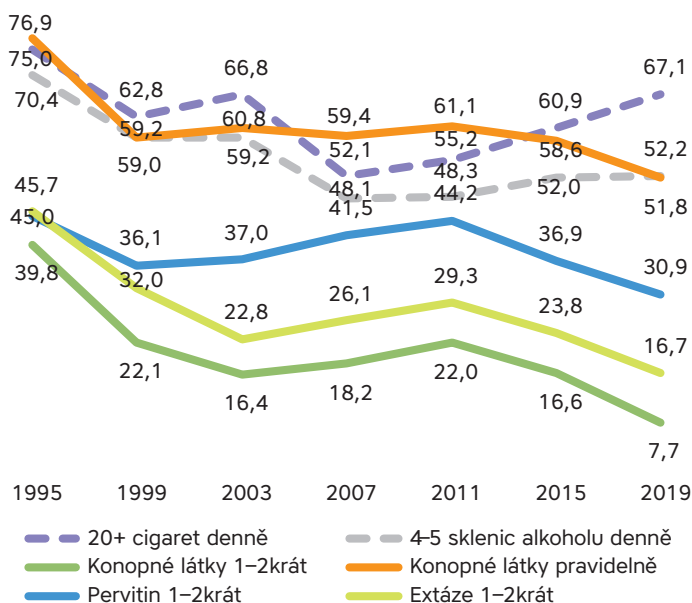
> Příležitostné kouření cigaret a přiměřené pití alkoholu, stejně jako experimentální a příležitostné užívání konopných látek nepovažují čeští šestnáctiletí za příliš zdravotně rizikové. Pravidelné kouření a pravidelná konzumace alkoholu již jsou za rizikové považovány většinou studentů – 87,1 % studentů považuje za střední nebo velké riziko denní kouření 20 a více cigaret, 80,4 % považuje za rizikovou konzumaci 5 a více sklenic alkoholu každý týden a 86,4 % konzumaci 4–5 sklenic alkoholu denně. Vyšší riziko v souvislosti s pravidelným kouřením i konzumací alkoholu uvádějí dívky; z pohledu typu školy pak studenti gymnázií a žáci základních škol.

Podle 63,5 % je bez rizik jednorázový experiment s konopnými látkami, jejich příležitostné užívání nemá téměř žádná rizika podle 47,5 %. Experiment s jinými než konopnými drogami je vnímán jako výrazně rizikovější, stejně jako jejich pravidelné užívání. Jednorázový experiment i pravidelné užívání drog je častěji vnímáno jako velmi rizikové dívkami.

Výsledky studie ukázaly, že v dlouhodobém horizontu (od r. 2007) narůstá podíl respondentů, kteří vnímají zdravotní rizika spojená s intenzivním kouřením a intenzivní konzumací

**GRAF 26**

**Vnímání rizikovosti vybraných látek v letech 1995–2019, % odpovědí „velké riziko“**



alkoholu. Na druhou stranu od r. 2011 klesá podíl studentů, kteří považují za velké riziko experiment s konopnými látkami, extází i pervitinem, ale také pravidelné užívání konopných látek (graf 26). ✕

## Hraní digitálních her (gaming) a trávení času na sociálních sítích

> V rámci studie ESPAD 2019 bylo podrobně sledováno trávení času na internetu, a to především trávení času hraním digitálních her, tj. her na počítači, tabletu, mobilním telefonu, konzoli nebo jiném elektronickém zařízení, a trávení času na sociálních sítích.

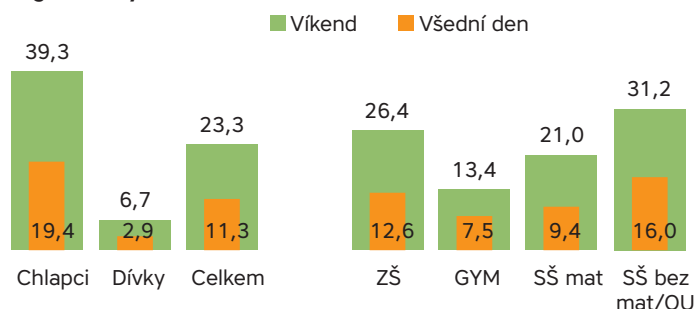
Celkem 21,9 % studentů hraje digitální hry 7 dní v týdnu, výrazně častěji se jedná o chlapce (36,9 % oproti 6,3 % dívek), přičemž téměř polovina dívek (46,3 %) uvedla, že v posledních 7 dnech digitální hry nehrála. V běžný všední den stráví 28,0 % studentů celkem 2 nebo více hodin hraním her, téměř polovina z nich stráví hraním her více než 4 hodiny denně (11,3 %). O víkendu tráví studenti hraním her výrazně více času – 40,7 % stráví obvykle hraním her 2 nebo více hodin denně, v tom 23,3 % stráví hraním her více než 4 hodiny (graf 27). Celkem 11,8 % studentů tráví hraním her o víkendu 6 nebo více hodin.

Ještě vyšší podíl studentů uvádí aktivní trávení času na sociálních sítích – celkem 74,2 % studentů tráví čas denně na YouTube nebo sociálních sítích (např. Facebook, Instagram, WhatsApp, Twitter, Skype nebo Messenger), o něco častěji jde

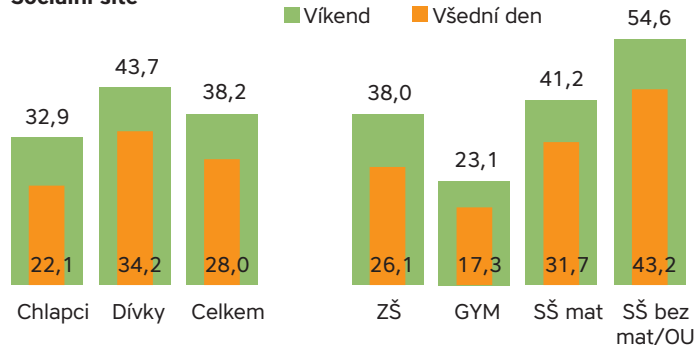
**GRAF 27**

**Nadměrné trávení času (4 a více hodin denně) hraním digitálních her a na sociálních sítích, ve všední den a o víkendu, rok 2019, v %**

**Digitální hry**



**Sociální sítě**



## Problémové hraní digitálních her a trávení času na sociálních sítích

Do dotazníku studie ESPAD 2019 byly zahrnuty dvě 3položkové škály zaměřené na subjektivní vnímání problémů spojených s trávením času na sociálních sítích a hraním digitálních her (Holstein et al., 2014).

Samotní studenti často uvádějí, že mají pocit, že tráví příliš času hraním her na počítači, tabletu nebo mobilním telefonu (18,5 %), podle 17,3 % se čas trávený hraním nelíbí jejich rodičům. Celkem 8,0 % uvedlo, že má špatnou náladu, když nemůže hrát hry. Nejméně dvě pozitivní odpovědi na tyto otázky značí riziko problémového hraní digitálních her – do kategorie rizika v souvislosti s hraním her spadalo na základě této škály celkem 12,9 % studentů (21,7 % chlapců a 3,8 % dívek).

Celkem 53,6 % samotných studentů vnímá, že tráví příliš času na sociálních sítích a 38,2 % studentů uvedlo, že si to myslí jejich rodiče. Celkem 15,3 % dotázaných uvedlo, že má špatnou náladu, když nemůže být na sociálních sítích. Do kategorie rizika v souvislosti s trávením času na sociálních sítích spadalo na základě dvou nebo více pozitivních odpovědí celkem 34,1 % studentů (25,2 % chlapců a 43,4 % dívek).

Ve srovnání s r. 2015 se snížil podíl studentů spadajících do rizika v souvislosti s hraním digitálních her (z 16,8 % na 12,9 %), zatímco podíl studentů spadajících do rizika v souvislosti s trávením času na sociálních sítích zůstal stejný (33,3 % v r. 2015 a 34,1 % v r. 2019).

o dívky (76,4 % oproti 72,0 % chlapců). Pouze 1,5 % dotázaných netrávila v posledních 7 dnech ani jeden den na sociálních sítích. Celkem 54,4 % studentů tráví v běžný všední den více než 2 hodiny na sociálních sítích, celkem 28,0 % dokonce více než 4 hodiny denně. O víkendu je stejně jako v případě digitálních her čas trávený na sociálních sítích ještě vyšší – 64,0 % studentů stráví o víkendu na sociálních sítích a komunikaci s přáteli 2 nebo více hodin, 38,2 % více než 4 hodiny (graf 27). Celkem 21,2 % stráví na sociálních sítích o víkendu více než 6 hodin denně.

Významným prediktorem nadměrného hraní digitálních her a trávení času na sociálních sítích, které je definováno jako trávení 2 nebo více hodin denně těmito aktivitami (Holstein et al., 2014), je kromě pohlaví také typ studované školy. Zatímco hraní digitálních her je výrazně rozšířenější mezi

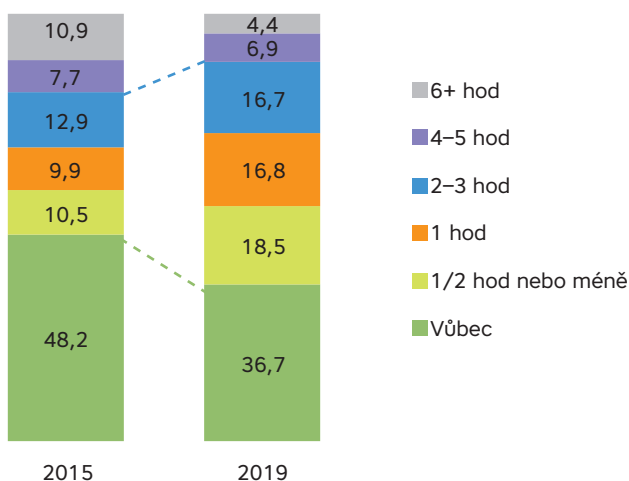
chlapci, dívky tráví častěji čas na sociálních sítích. V případě obou aktivit pak platí, že jak hraní digitálních her, tak trávení času na sociálních sítích, je nejméně časté u studentů gymnázií, a naopak časté mezi studenty odborných učilišť, ale také mezi žáky 9. tříd základních škol.

Ve srovnání s r. 2015 došlo v případě digitálních her k nárůstu podílu studentů, kteří tráví čas hraním her, ale současně se snížil podíl těch, kteří hrají hry 4 nebo více hodin denně. Podíl studentů, kteří tráví čas na sociálních sítích, se prakticky nezměnil, současně však došlo k výraznému poklesu těch, kteří na sociálních sítích tráví 4 nebo více hodin denně (graf 28). V obou případech byl pokles nadměrného trávení času sledován již v tzv. validizační studii ESPAD v r. 2016, ukazuje se tedy, že jde pravděpodobně o změny dlouhodobějšího charakteru. ✕

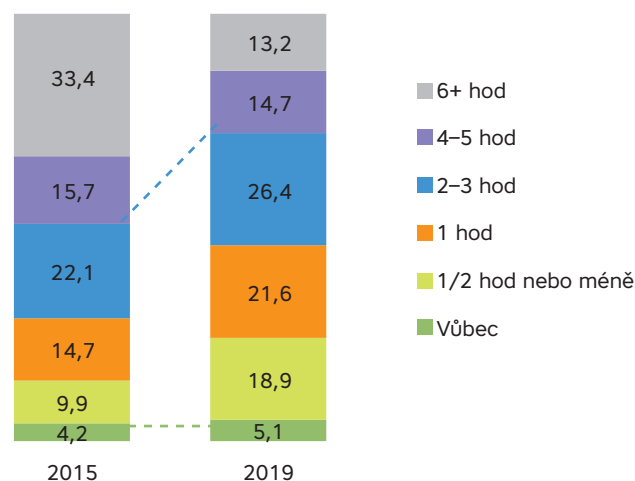
**GRAF 28**

Trávení času hraním digitálních her a na sociálních sítích ve všední den, srovnání let 2015–2019, v %

**Digitální hry**



**Sociální sítě**



## Hraní hazardních her (gambling)

> Dotazník od r. 2015 pokrývá také oblast hraní hazardních her, definovaných jako her o peníze. V r. 2019 na úvodní otázku na hraní hazardních her (HH) v posledních 12 měsících, která odráží to, co studenti sami vnímají jako hazardní hry, uvedlo celkem 10,5 % dotázaných studentů (16,5 % chlapců a 4,4 % dívek), že hrálo o peníze, z nich 7,6 % hrálo v posledním roce s frekvencí 1krát měsíčně nebo méně často, zatímco 2,9 % (4,5 % chlapců a 1,2 % dívek) uvedla hraní o peníze 2–4krát měsíčně nebo častěji. Hraní HH v posledních 12 měsících nejčastěji uváděli studenti odborných učilišť, následovaní žáky 9. tříd základních škol (graf 29).

V dalších otázkách byli studenti dotazováni specificky na jednotlivé typy hazardních her, a to jak v prostředí internetu, tak v kamenných provozovnách (tj. mimo internet). Nejčastěji uváděnou HH mimo internet byly mezi studenty loterie a stírací losy (10,0 %), následované hraním karet her a kostek (6,2 %). V on-line prostředí byly loterie a karty nebo kostky uváděny stejně často (6,7 %, resp. 6,6 %) (graf 30). Hraní všech typů HH, a to jak mimo internet, tak na internetu, uváděli častěji chlapci, výjimkou byly loterie a stírací losy mimo internet, které uváděly častěji dívky.

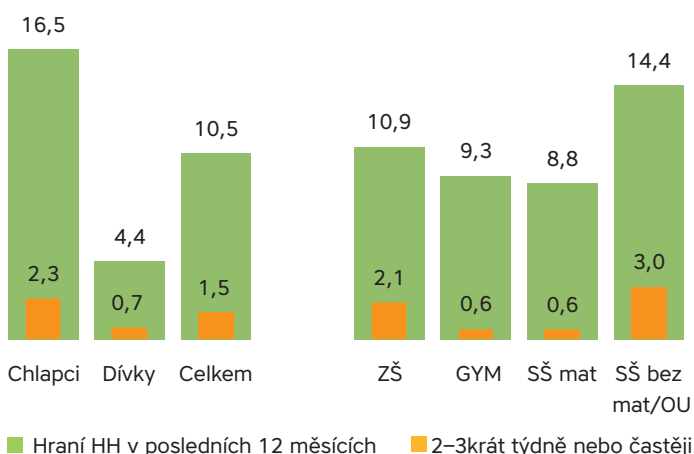
Při součtu odpovědí na otázky týkající se jednotlivých typů her uvedlo hraní HH o peníze (mimo internet) celkem 14,6 % studentů, po vyloučení loterií 8,1 % dotázaných. Na internetu pak hrálo HH o peníze celkem 13,0 % studentů (po vyloučení loterií 9,9 % dotázaných). Celkem tedy (na internetu i mimo internet) hrálo 20,8 % 16letých studentů (po vyloučení loterií 13,5 % dotázaných).

Takto získaná prevalence hraní HH je dvakrát vyšší než odpovědi respondentů na jednoduchou úvodní otázku, zda a s jakou frekvencí hráli hry o peníze v posledních 12 měsících (10,5 %). Při podrobnější analýze se ukázalo, že 68 % těch, co se účastnili loterií mimo internet, a téměř 60 % těch, co hráli karty nebo kostky na internetu, i těch, co hráli na internetu hry typu loterie nebo stírací losy, tyto hry v úvodní otázce nepovažovali za hazard.

Ve srovnání s r. 2015 došlo u 16letých k mírnému nárůstu hraní HH mimo internet, tj. v kamenných provozovnách, a to zejména v případě loterií a stíracích losů a karet nebo kostek. V případě hraní her na internetu došlo k mírnému poklesu, a to především v případě her typu automaty a kurzových sázek, obdobně jako u těchto her v prostředí mimo internet (graf 31). ✕

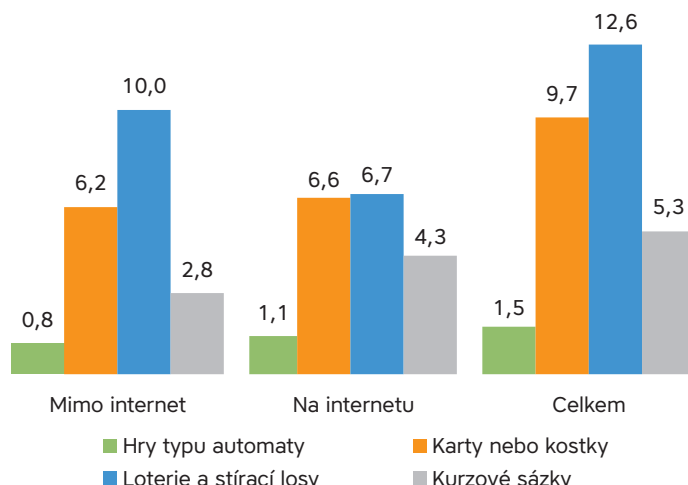
**GRAF 29**

Prevalence hraní hazardních her (HH) v posledních 12 měsících a pravidelné hraní HH (s frekvencí 2–3krát týdně nebo častěji), rok 2019, v %



**GRAF 30**

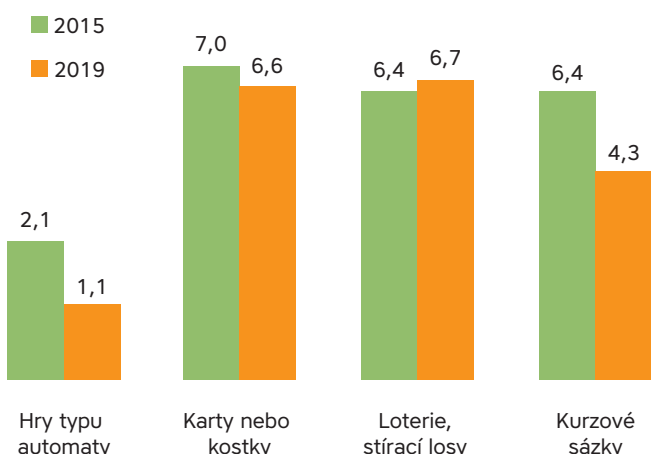
Hraní sledovaných hazardních her v posledních 12 měsících mimo internet a na internetu, rok 2019, v %



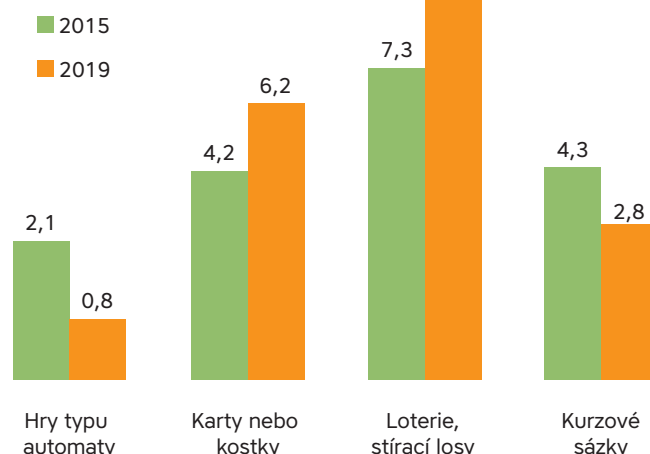
**GRAF 31**

Trendy v hraní hazardních her na internetu a mimo internet, srovnání let 2015 a 2019, v %

**Na internetu**



**Mimo internet**



**Problémové hraní hazardních her**

Součástí dotazníku v r. 2019 byly, stejně jako v r. 2015, také 2 screeningové škály zaměřené na odhad výskytu problémového hraní mezi dospívajícími, a to 2položková škála Lie/bet (Johnson et al., 1997) a 3položková škála CSPG (Consumption Screen for Problem Gambling) (Rockloff, 2012).

V riziku rozvoje problémového hráčství se podle škály Lie/bet nacházela 2,3 % studentů (3,7 % chlapců a 0,8 % dívek), z toho ve vysokém riziku (tj. získali 2 body na škále Lie/bet) se nacházelo 0,5 % studentů (0,9 % chlapců a 0,2 % dívek). Po zúžení odhadu na hráče HH v posledních 12 měsících se ukázalo, že v riziku podle škály Lie/bet bylo 22,7 % hráčů, tj. těch, kteří v úvodní otázce modulu hazardního hraní uvedli účast na HH o peníze.

Tento údaj je však pravděpodobně podhodnocený – studenti často nepovažují účast na loteriích nebo hraní karetních turnajů nebo kostek za hazardní hru. Pokud bychom mezi hráče HH v posledních 12 měsících zahrnuli všechny, kdo uvedli hraní nejméně jedné ze specificky dotazovaných her, v riziku problémového hráčství podle škály Lie/bet by se

nacházela 3,2 % studentů. Při přepočtu odhadu na hráče HH v posledních 12 měsících se v riziku problémového hráčství nacházelo 15,5 % hráčů, resp. 19,7 % při přepočtu na hráče HH mimo loterie.

Podle škály CSPG, která je založená na frekvenci hraní HH, času tráveném hraním a intenzitě hraní (tj. hraní 2 a více hodin při jedné příležitosti), bylo v riziku problémového hráčství celkem 5,4 % studentů ve věku 15–16 let (8,6 % chlapců a 2,0 % dívek), v tom 2,8 % studentů spadalo do kategorie vysokého rizika (tj. získali 4 a více bodů). Výskyt problémového hráčství odhadovaného na základě škály CSPG je nejnižší mezi studenty gymnázií (2,6 %) a nejvyšší mezi studenty odborných učilišť (9,6 %). Při přepočtu odhadu na hráče HH se ukázalo, že v riziku bylo 51,4 % hráčů, tj. těch, kteří v úvodní otázce modulu hazardního hraní uvedli účast na HH o peníze a frekvenci, se kterou v posledním roce hráli.

Pokud, stejně jako u škály Lie/bet, do výpočtu zahrneme i studenty, kteří v posledních 12 měsících hráli loterie nebo

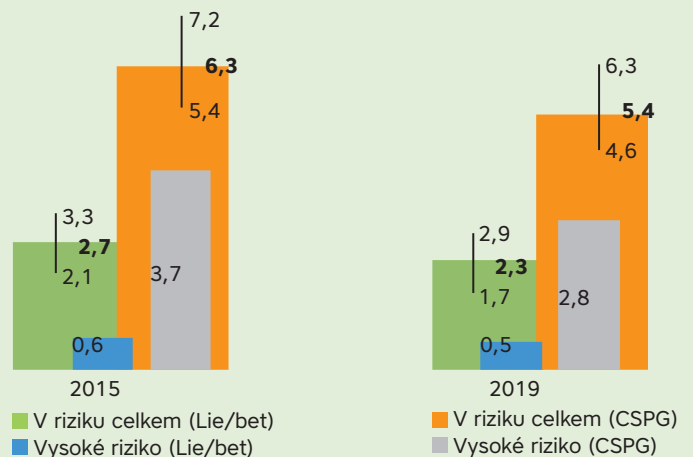


karty, i když je v úvodní otázce nepovažovali za hazardní hru, odhad podílu studentů v riziku se zvýší na 6,2 %, v tom 2,1 % spadají do kategorie vysokého rizika (4 a více bodů). Do kategorie rizika by spadalo 30,5 % hráčů HH v posledních 12 měsících, přičemž 10,2 % spadá do vysokého rizika, označovaného také za tzv. nadměrné hraní HH. Škála CSPG poskytuje 2–3krát vyšší odhady podílu problémových hráčů než škála Lie/bet, a to napříč všemi sledovanými kategoriemi, výrazně vyšší je také odhadovaný podíl studentů ve vysokém riziku problémového hráčství.

Ve srovnání s r. 2015 se mírně snížil odhad výskytu problémových hráčů mezi 16letými i odhad výskytu hráčů ve vyšším riziku, a to u obou screeningových škál (graf 32).

Při extrapolaci na celou populaci dospívajících ve věku 15–16 let jde odhadem o 3–4 tis. osob v riziku problémového hráčství podle škály Lie/bet a 8–10 tis. osob v riziku problémového hráčství podle škály CSPG. Při extrapolaci na populaci dospívajících ve věku 15–19 let jde odhadem o 8–10 tis. problémových hráčů podle škály Lie/bet a 22–26 tis. osob v riziku problémového hráčství podle škály CSPG.

**GRAF 32**  
Odhad výskytu problémového hráčství v populaci 16letých studentů, srovnání let 2015–2019, v %



Pozn.: V grafu jsou uvedeny 95% intervaly spolehlivosti (95% CI). V případě, že se 95% CI mezi jednotlivými roky překrývá, nejde o statisticky významnou změnu.

## Změny v životním stylu mládeže

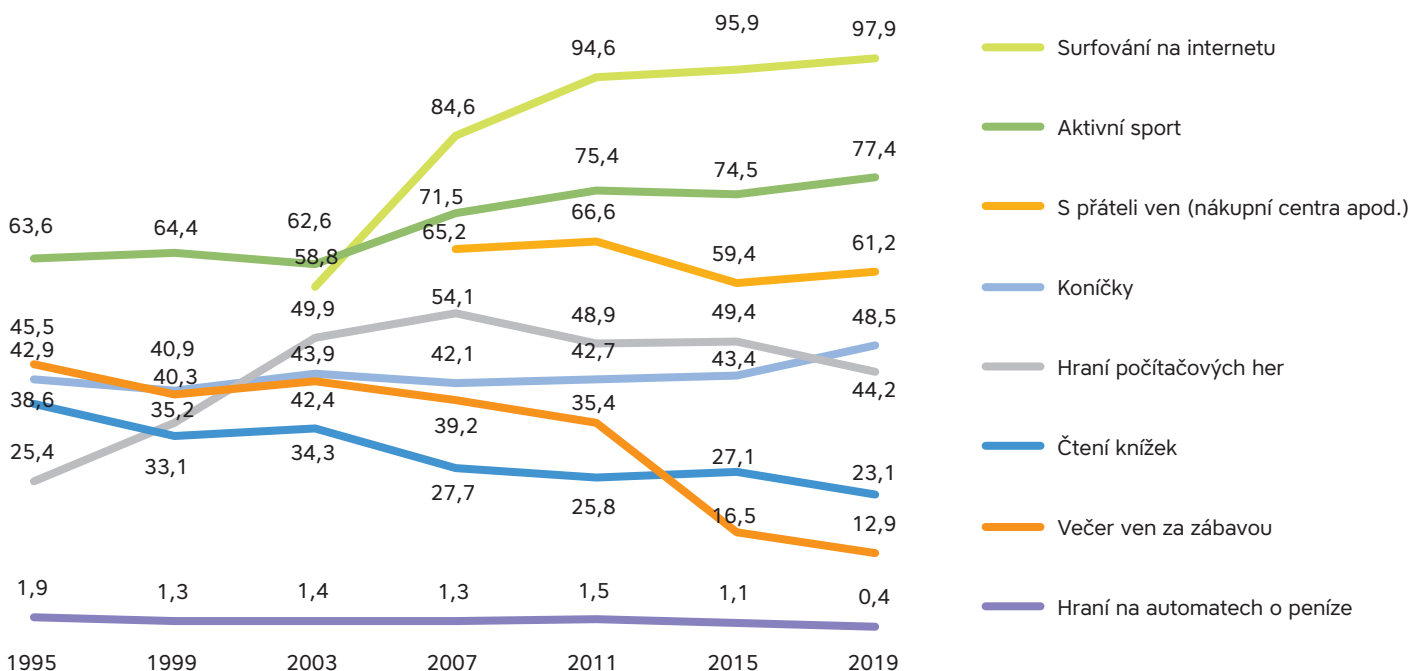
> Studie ESPAD umožňuje dlouhodobě prostřednictvím jedné otázky na obvyklé trávení volného času sledovat trendy v oblasti životního stylu dospívajících, které mohou souviset s výše popisovanými klesajícími trendy v oblasti užívání návykových látek a dalších forem rizikového chování.

Řada aktivit mládeže se v současnosti přesunula na internet – což potvrzují i dlouhodobá data o trávení volného času internetovými aktivitami (surfování na internetu) (graf 33). Komunikace s vrstevníky probíhá zejména prostřednictvím

sociálních sítí, mládež méně často než dříve tráví svůj volný čas neorganizovanými aktivitami s přáteli venku. Výrazně méně často než dříve chodí dospívající večer ven s přáteli za zábavou a tráví více času doma, kde je nižší pravděpodobnost užití legálních i nelegálních drog.

V posledních letech dochází k nárůstu organizovaných aktivit mládeže – roste podíl dospívajících, kteří se pravidelně věnují aktivnímu sportu a dalším koníčkům (např. hudebním nástrojům, zpěvu nebo kreslení), což může do určité míry souviset

**GRAF 33**  
Obvyklé trávení volného času – frekvence 1 týdně a častěji, srovnání let 1995–2019, v %



také se zvýšenou mírou kontroly ze strany rodičů nad volným časem dospívajících. Snadnou kontrolu dětí umožňují i moderní technologie a dostupnost mobilních telefonů.

Výsledky otázek zaměřených na volnočasové aktivity potvrzují také klesající podíl těch, kteří pravidelně hrají počítačové (digitální) hry nebo hazardní hry. Současně klesá podíl dospívajících, kteří se pravidelně věnují čtení klasických knížek, nejspíš také do určité míry proto, že se řada aktivit dospívajících (včetně čtení) přesunuje na internet a mobilní zařízení a současně klesá množství neorganizovaného volného času. ✕

## Závěr

> Výsledky studie ESPAD 2019 potvrzují pokračující pokles výskytu užívání návykových látek u české mládeže, včetně jeho rizikových forem. Poslední vlna studie potvrdila již dříve sledovaný pokles míry pravidelného a denního kouření, konzumace alkoholu i aktuálních zkušeností mládeže se všemi sledovanými nelegálními drogami. Pokles v užívání návykových látek je dáván do souvislosti s tzv. digitální revolucí charakterizovanou nárůstem on-line komunikace a užívání nových (mobilních) technologií. Spíše než samotný vliv technologií a internetu zde roli hraje spíše pokles face-to-face komunikace s vrstevníky a trávení volného času osobním kontaktem s nimi, doprovázený vyšší mírou rodičovské kontroly.

V posledních letech tak dochází pod vlivem informací a postojů sdílených ve virtuálním prostoru k celkové změně životního stylu mládeže, mladí lidé více dbají o své zdraví a užívání návykových látek přestává být pro mládež přitažlivé. Pravděpodobně se projeví také pozitivní dopady realizace preventivních programů na školách - každá základní a střední škola musí mít zformulován tzv. minimální preventivní program, školního metodika prevence a ve školách působí v oblasti prevence řada externích programů, jejichž kvalita dlouhodobě roste.

Dochází k vyrovnávání zkušeností s návykovými látkami mezi pohlavími – zatímco v 90. letech 20. století byl výskyt rizikového chování, včetně užívání návykových látek, výrazně vyšší u chlapců, postupně dochází k vyrovnávání rozdílů mezi pohlavími a v řadě indikátorů v dnešní době nejsou pozorovány statisticky významné rozdíly mezi chlapci a dívkami. Naopak u většiny ukazatelů se projevují rozdíly mezi studenty podle typu studované školy – nejnižší výskyt užívání návykových látek a dalších forem rizikového chování byl pozorován mezi gymnazisty, naopak nejvyšší míru uvádějí studenti odborných učilišť, ale také 15–16letí žáci 9. tříd základních škol. Řada výzkumů však upozorňuje také na to, že přelomovým mezníkem je v případě užívání návykových látek také přechod ze základní na střední školu.

Pozitivním zjištěním je také postupný posun prvních zkušeností, experimentování i intenzivních forem konzumace návykových látek do vyššího věku. Realizovaná studie z r. 2018 na vzorku 17–18letých (s použitím dotazníku ESPAD) ukázala, že nemusí jít o globální trend snižování míry užívání návykových látek v celé populaci náctiletých, ale že nárůst zkušeností s návykovými látkami se posunul o několik let vyššího věku. Obdobné trendy ukazují i realizované celopopulační studie na vzorku dospělé populace, které dlouhodobě potvrzují stabilní situaci v oblasti užívání návykových látek mezi mladými dospělými ve věku kolem 20 let. Samotný posun zkušeností

s návykovými látkami do vyššího věku je však pozitivním jevem, neboť snižuje míru rizika problémů spojených s jejich užíváním.

Klesající míru užívání návykových látek mezi dětmi a mládeží potvrzují i další velké školní studie realizované v posledních letech (např. celoevropská studie o zdraví a životním stylu mládeže HBSC nebo americká studie Monitoring the Future). Na klesající míry výskytu rizikového chování mezi dospívajícími upozornila i mezinárodní zpráva ze studie ESPAD 2015 (The ESPAD Group, 2016), která podrobně popsala trendy v míře užívání návykových látek v 35 zemích zapojených do studie. Současně poukázala na to, že k poklesu dochází v zemích s relativně vysokou mírou prevalence užívání návykových látek (kam patří i ČR), zatímco v zemích s nízkou mírou prevalence je sledován spíše nárůst zkušeností, a dochází tak k vyrovnávání rozdílů mezi jednotlivými evropskými zeměmi. Mezinárodní srovnání situace a trendů v jednotlivých zemích z r. 2019 není v tuto chvíli k dispozici, zveřejnění zprávy se předpokládá v listopadu 2020.

V České republice přetrvává mezi studenty vysoká subjektivně vnímaná dostupnost cigaret a alkoholu, a to i přesto, že se jedná o látky, které by nezletilým neměly být dostupné. V dlouhodobém horizontu se mírně snižuje subjektivně vnímaná dostupnost cigaret, alkoholu, sedativ i konopných látek, ale na druhou stranu roste vnímaná dostupnost nekonopných drog. Příležitostné kouření cigaret a přiměřené pití alkoholu, stejně jako experimentální a příležitostné užívání konopných látek nepovažují čeští šestnáctiletí za příliš zdravotně rizikové. V dlouhodobém horizontu roste povědomí o zdravotních rizicích spojených s pravidelným kouřením a intenzivní konzumací alkoholu. Na druhou stranu od r. 2011 klesá podíl studentů, kteří považují experiment s konopnými i nekonopnými drogami za velké riziko.

Výsledky studie ESPAD 2019 ukazují na některé nové fenomény:

- > V první řadě jde o elektronické cigarety a zahřívání tabák. O jejich atraktivitě mluví i fakt, že elektronické cigarety (bez ohledu na to, zda obsahovaly nikotin nebo ne) vyzkoušelo alespoň jednou v životě více studentů, než těch, co uvedli kouření klasických cigaret. Ukazuje se, že pokles míry prevalence kouření u mládeže do značné míry souvisí s užíváním jiných nikotinových produktů – pokud k denním kuřákům běžných cigaret přičteme denní uživatele e-cigaret, míra denního užívání některého z těchto produktů neklesá, ale zůstává dlouhodobě na stejné úrovni.
- > Popularitu si v populaci 16letých získaly energetické nápoje, ovšem jejich nadměrná nebo častá konzumace u dospívajících může vést k poruchám chování, úzkostným poruchám nebo poruchám spánku. Studenti tyto nápoje často kombinují s alkoholem, tato kombinace je však ještě rizikovější než pití samotného alkoholu, protože jejich kombinace snižuje subjektivní pocit opilosti, a tedy prodlužuje dobu pití alkoholu a vede k vyšším konzumovaným dávkám alkoholu.
- > Vzhledem k velkému rozvoji nových komunikačních technologií a jejich dostupnosti široké veřejnosti se řada aktivit současné mládeže v dnešní době přesunuje na internet, pro většinu studentů je samozřejmostí komunikace s vrstevníky (ale často i rodiči nebo školou) on-line. S tím však souvisí i poměrně velké množství času tráveného hraním digitálních her a komunikací na sociálních sítích, který u řady náctiletých dosahuje rizikové úrovně. ✕

## Zdroje informací

- BASTIANI, L., SICILIANO, V., CURZIO, O., LUPPI, C., GORI, M., GRASSI, M. & MOLINARO, S. 2013. Optimal scaling of the CAST and of SDS Scale in a national sample of adolescents. *Addictive Behaviors* 38 (4): 2060–2067. DOI: 10.1016/j.addbeh.2012.12.016
- CSÉMY, L. & CHOMYNOVÁ, P. 2012. Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách (ESPAD): Přehled hlavních výsledků studie v České republice v roce 2011. *Zaostřeno na drogy* 10 (1): 1–16.
- CSÉMY, L., CHOMYNOVÁ, P. & SADÍLEK, P. 2009. Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách (ESPAD). Výsledky průzkumu v České republice v roce 2007, Praha, Úřad vlády ČR.
- CSÉMY, L., LEJČKOVÁ, P., SADÍLEK, P. & SOVINOVÁ, H. 2006. Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách (ESPAD). Výsledky průzkumu v České republice v roce 2003, Praha, Úřad vlády České republiky.
- HIBELL, B. 2013. The 2012 ESPAD Impact Survey. Lisbon: EMCDDA.
- HIBELL, B. 2014. Overview of the ESPAD Project: Background, Methodology and Organisation. The ESPAD Handbook, Section 2. Lisbon: EMCDDA.
- HIBELL, B., ANDERSSON, B., AHLSTRÖM, S., BALAKIREVA, O., BJARNASON, T., KOKKEVI, A. & MORGAN, M. 2000. The 1999 ESPAD Report. Alcohol and Other Drug Use Among Students in 30 European Countries. Stockholm: The Swedish Council for Information on Alcohol and Other Drugs (CAN) and the Pompidou Group at the Council of Europe.
- HIBELL, B., ANDERSSON, B., BJARNASON, T., AHLSTRÖM, S., BALAKIREVA, O., KOKKEVI, A. & MORGAN, M. 2004. The ESPAD Report 2003. Alcohol and Other Drug Use Among Students in 35 European Countries. Stockholm: The Swedish Council for Information on Alcohol and Other Drugs (CAN) and The Pompidou Group at the Council of Europe.
- HIBELL, B., ANDERSSON, B., BJARNASON, T., KOKKEVI, A., MORGAN, M. & NARUSK, A. 1997. The 1995 ESPAD Report. Alcohol and Other Drug Use Among Students in 26 European Countries. Stockholm: The Swedish Council for Information on Other Drugs (CAN) and the Pompidou Group at the Council of Europe.
- HIBELL, B., GUTTORMSSON, U., AHLSTRÖM, S., BALAKIREVA, O., BJARNASSON, T., KOKKEVI, A. & KRAUS, L. 2009. The 2007 ESPAD Report: Substance Use Among Students in 35 European Countries. Stockholm: The Swedish Council for Information on Alcohol and Other Drugs.
- HIBELL, B., GUTTORMSSON, U., AHLSTRÖM, S., BJARNASON, T., KOKKEVI, A. & KRAUS, L. 2012. The 2011 ESPAD Report. Substance Use Among Students in 36 European Countries. Stockholm: The Swedish Council for Information on Alcohol and Other Drugs (CAN).
- HOLSTEIN, B. E., PEDERSEN, T. P., BENDTSEN, P., MADSEN, K. R., MEILSTRUP, C. R., NIELSEN, L. & RASMUSSEN, M. 2014. Perceived Problems with Computer Gaming and Internet Use Among Adolescents: Measurement Tool for Non-clinical Survey Studies. *BMC Public Health* 14: 361. DOI: 10.1186/1471-2458-14-361
- CHOMYNOVÁ, P., CSÉMY, L., GROLMUSOVÁ, L. & SADÍLEK, P. 2014. Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách (ESPAD): Výsledky průzkumu v České republice v roce 2011. Praha: Úřad vlády České republiky.
- CHOMYNOVÁ, P., CSÉMY, L. & MRAVČÍK, V. 2016. Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách (ESPAD) 2015. *Zaostřeno* 2 (5): 1–16.
- JOHNSON, E. E., HAMER, R., NORA, R. M., TAN, B., EISENSTEIN, N. & ENGELHART, C. 1997. The Lie/Bet Questionnaire for screening pathological gamblers. *Psychological Reports* 80 (1): 83–8. DOI: 10.2466/pr0.1997.80.1.83
- LEGLEYE, S., PIONTEK, D. & KRAUS, L. 2011. Psychometric Properties of the Cannabis Abuse Screening Test (CAST) in a French Sample of Adolescents. *Drug and Alcohol Dependence* 113 (2–3): 229–35. DOI: 10.1016/j.drugalcdep.2010.08.011
- LEGLEYE, S., PIONTEK, D., KRAUS, L., MORAND, E. & FALISSARD, B. 2013. A validation of the Cannabis Abuse Screening Test (CAST) using a latent class analysis of the DSM-IV among adolescents. *International Journal of Methods in Psychiatric Research* 22 (1): 16–26. DOI: 10.1002/mpr.1378
- MRAVČÍK, V., CHOMYNOVÁ, P., GROHMANNOVÁ, K., JANÍKOVÁ, B., TION LEŠTINOVÁ, Z., ROUS, Z., KIŠŠOVÁ, L., KOZÁK, J., NECHANSKÁ, B., VLACH, T., ČERNÍKOVÁ, T., FIDESOVÁ, H. & VOPRAVIL, J. 2017. Výroční zpráva o stavu ve věcech drog v České republice v roce 2016. Praha: Úřad vlády České republiky.
- ROCKLOFF, M. J. 2012. Validation of the Consumption Screen for Problem Gambling (CSPG). *Journal of Gambling Studies* 28 (2): 207–216. DOI: 10.1007/s10899-011-9260-2
- SPIILKA, S., JANSSEN, E. & LEGLEYE, S. 2013. Detection of problem cannabis use: The Cannabis Abuse Screening Test (CAST). Saint-Denis: Observatoire Francais des Drogues et des Toxicomanies.
- The ESPAD Group. 2016. ESPAD Report 2015. Results from the European School Survey Project on Alcohol and Other Drugs. Luxembourg: Publications Office of the European Union.

## Poděkování

Velké poděkování za pomoc a spolupráci při realizaci studie ESPAD v České republice v r. 2019 patří všem osloveným základním a středním školám, které byly ochotny se do studie zapojit.

## Doporučená citace

Chomynová, P., Csémy, L. & Mravčík, V. 2020. Evropská školní studie o alkoholu a jiných drogách (ESPAD) 2019. Zaostřeno 6 (5), 1–20.



Národní monitorovací  
středisko pro drogy  
a závislosti



Toto číslo Zaostřeno vzniklo ve spolupráci s Národním ústavem duševního zdraví (NUDZ) s podporou projektu číslo LO1611 za finanční podpory MŠMT v rámci programu NPU I.

## OZNÁMENÍ / ODKAZY

**Informace o drogové situaci a o situaci v oblasti hazardního hraní v ČR** [www.drogy-info.cz/](http://www.drogy-info.cz/).

**Veškeré publikace vydané Národním monitorovacím střediskem pro drogy a závislosti, včetně všech čísel Zaostřeno, jsou v elektronické podobě ke stažení na**

[www.drogy-info.cz/publikace/](http://www.drogy-info.cz/publikace/).

Případné objednávky tištěných publikací zasílejte na e-mail: [grygarova.marketa@vlada.cz](mailto:grygarova.marketa@vlada.cz).

### Mapa pomoci

[www.drogy-info.cz/mapa-pomoci/](http://www.drogy-info.cz/mapa-pomoci/).

– změny kontaktních údajů zasílejte na e-mail: [grygarova.marketa@vlada.cz](mailto:grygarova.marketa@vlada.cz).

### Kalendář akcí

[www.drogy-info.cz/kalendar-akci/](http://www.drogy-info.cz/kalendar-akci/) – informace o vzdělávacích akcích a seminářích v adiktologii nebo zajímavých pro obor adiktologie, které je možno v kalendáři zveřejnit, zasílejte na e-mail: [grygarova.marketa@vlada.cz](mailto:grygarova.marketa@vlada.cz).

### Reedice projektu „Když musíš, tak musíš“

DVD s 6 dokumentárními filmy o drogách – objednávky zasílejte na e-mail: [grygarova.marketa@vlada.cz](mailto:grygarova.marketa@vlada.cz).

**Aplikace UniData a PrevData k evidenci klientů a intervencí v drogových službách včetně uživatelské podpory**

[www.drogovesluzby.cz/](http://www.drogovesluzby.cz/).

**Internetová stránka Evropského monitorovacího centra pro drogy a drogovou závislost (EMCDDA):** [www.emcdda.europa.eu/](http://www.emcdda.europa.eu/).

### Portál dobré praxe EMCDDA:

[www.emcdda.europa.eu/best-practice](http://www.emcdda.europa.eu/best-practice).

### Evropská zpráva o drogách EMCDDA

[www.emcdda.europa.eu/edr2019](http://www.emcdda.europa.eu/edr2019).

### Národní stránky na podporu odvykání kouření

[www.koureni-zabiji.cz/](http://www.koureni-zabiji.cz/).

### Národní stránky pro snížení rizik hazardního hraní

[www.hazardni-hrani.cz/](http://www.hazardni-hrani.cz/).

**Národní stránky pro podporu omezení konzumace alkoholu:** [www.alkohol-skodi.cz/](http://www.alkohol-skodi.cz/).

**Národní linka pro odvykání kouření, alkoholu, hazardnímu hraní a nelegálním drogám 800 35 00 00.**

**Projekt Systémová podpora rozvoje adiktologických služeb v rámci integrované protidrogové politiky**

<https://www.rozvojadiktologickychsluzeb.cz/>.

## > Zaostřeno



**Vydává > Úřad vlády České republiky**  
nábřeží E. Beneše 4, 118 01 Praha 1, IČO 00006599

**Adresa redakce > E. Beneše 4, 118 01 Praha 1, tel. 224 002 111**

**Odpovědný redaktor > Mgr. Lucie Grolmusová**

**Autoři tohoto čísla > Mgr. Pavla Chomynová, PhDr. Ladislav Csémy, doc. MUDr. Viktor Mravčík, Ph.D.**

**Editor tohoto čísla > doc. MUDr. Viktor Mravčík, Ph.D.**

**Toto číslo vyšlo 1. 9. 2020**

Vychází nejméně 6× ročně.

Evidenční číslo Ministerstva kultury ČR: E 14088.

ISSN 2336-8241

Neprodejně. Distribuci zajišťuje vydavatel.

© Úřad vlády České republiky, 2020