



NÁRODNÍ PSYCHEDELICKÝ VÝZKUM 2019–2021

Tato publikace shrnuje výsledky projektu Národní psychedelický výzkum realizovaného Národním ústavem duševního zdraví v letech 2019–2021, jež se zabýval fenoménem užívání psychedelik v České republice.

Mezi hlavní zkoumané oblasti patřily: základní vymezení problematiky, současný výzkum, služby v ČR, prevalence užívání, sociodemografie uživatelů, vzorce užívání, dopady na zdraví, využití v péči o duševní zdraví, rizika spojená s užíváním psychedelik, legislativa a služby.

Na závěr byla na základě výsledků projektu formulována doporučení pro oblast služeb a politiky v oblasti závislostí v České republice.

Tato publikace obsahuje hlavní výzkumná zjištění, výsledky v celém rozsahu budou publikovány v podrobné výzkumné zprávě.

Obsah

Psychedelika a jejich účinky

Prevalence užívání psychedelik v ČR

Stávající služby pro uživatele psychedelik v ČR

On-line průzkum mezi uživateli psychedelik

On-line průzkum mezi pracovníky pomáhajících služeb

Shrnutí výsledků projektu

Doporučení pro rozvoj služeb a politiky v oblasti psychedelik

Projekt Národní psychedelický výzkum



Cíle projektu:

- > Zmapovat užívání psychedelik (vč. psychoaktivního konopí) v České republice.
- > Na základě výzkumných zjištění vytvořit návrh na aktualizaci stávajících a podporu nových specializovaných služeb.

Použité metody a hlavní aktivity:

- > Rešerše publikované a šedé literatury.
- > Sekundární analýza celopopulačních studií Národního monitorovacího střediska pro drogy a závislosti (NMS).
- > Celonárodní on-line průzkum mezi uživateli látek s psychedelickým účinkem.
- > Průzkum mezi pracovníky v adiktologických, sociálních, zdravotnických, psychologických a terapeutických službách.
- > Semináře a diskuze s odborníky.

Výzkumný projekt byl schválen Etickou komisí Národního ústavu duševního zdraví.

Psychedelika a jejich účinky

> Psychedelické látky neboli psychedelika mají charakteristické účinky, které zahrnují škálu různých prožitků na úrovni mnohdy intenzivní změny percepce (např. zkreslení vizuálních vjemů, iluze, (pseudo)halucinace, zjasnění barev, synestezie), afektivní (např. změny nálad, emoční uvolnění), kognitivní (např. originální nápady, úvahy nebo souvislosti, zvýšení kreativity, manifestace nevědomých vzpomínek), behaviorální nebo na úrovni somatické (např. závratě, třes) (Nichols, 2016, Freedman, 1969, Gallimore, 2015). Charakter výsledné zkušenosti závisí na látce (typu, dávce i způsobu užití) a kontextu, kam spadá psychická a tělesná kondice uživatele (tzv. "set") a fyzickém a sociálním prostředí, ve kterém látku uživatel užívá (tzv. "setting") (Carhart-Harris et al., 2018, Hartogsohn, 2016, Dalgarno and Shewan, 2005). Tyto látky jsou také charakteristické schopností vyvolat prožitky spirituální (duchovní) povahy

(Griffiths et al., 2011). Psychedelický účinek lze pozorovat na neurobiologické a psychologické úrovni, účinek může mít významný terapeutický i rizikový potenciál, a to již po jednom užití látky.

Klasifikace

Psychedelika (často označovaná také jako halucinogeny) lze rozdělit na klasická a atypická psychedelika (Calvey and Howells, 2018).

Klasická psychedelika působí primárně na receptory serotoninu (5-hydroxytryptamin nebo 5-HT) v mozku. Patří sem např. 3,4,5-trimethoxy-fenetylamin (mezkalin), který se vyskytuje v určitých kaktusech (peyotl, San Pedro), N,N-dimetyl-4-fosforyloxytryptamin (psilocybin), obsažený např. v houbách rodu *Psilocybe*, N,N-dimethyltryptamin (DMT), vyskytující se např. v tradičním amazonském nápoji ayahuasca nebo bylinné směsi určené ke kouření (známé jako changa), diethylamid kyseliny lysergové (LSD), či 5-metoxy-dimethyltryptamin (5-MeO-DMT) vyskytující se například v sekretu ropuchy koloradské (lat. *Bufo alvarius*) nebo semenech stromu rodu *Anadenanthera* (známé např. jako yopo nebo vilca).

Atypická psychedelika a další látky s psychedelickým účinkem se do jisté míry liší svým mechanismem účinku (primárně nepůsobí agonisticky na serotoninové receptory). Tuto skupinu lze dále rozdělit na a. disociativa, např. ketamin, fencyklidin (PCP); b. empatogeny/entaktogeny, např. 3,4-metylendioxy-metamfetamin (MDMA/„extáze“); c. delirogeny, např. atropin a skopolamin; d. některé kanabinoidy, např. tetrahydrokanabinol (THC) obsažený v konopí; a e. další látky, např. salvinorin A vyskytující se v šalvěji divotvorné (lat. *Salvia divinorum*) či ibogain (obsažený v keři rodu *Apocynaceae*, zejm. pak *Tabernanthe iboga*) (Calvey and Howells, 2018).

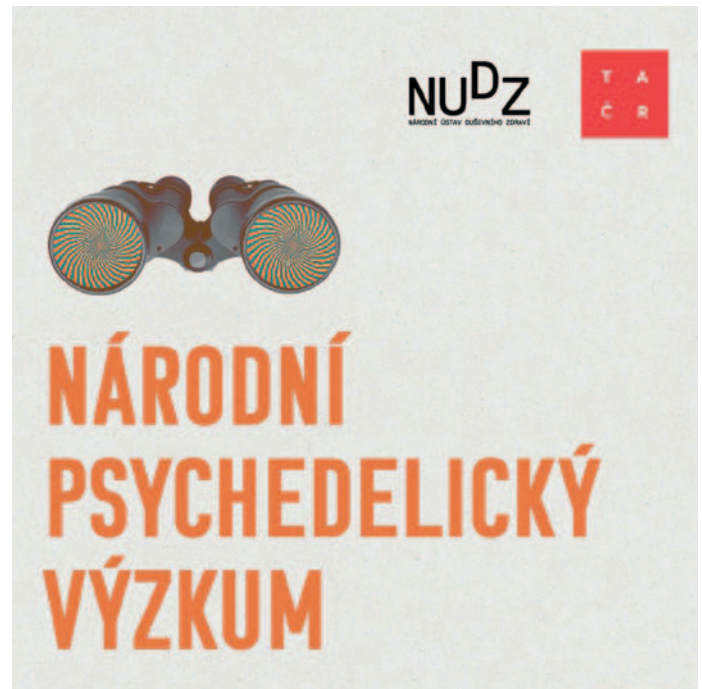
Pro účely této studie používáme výraz „psychedelika“ jako souhrnný pro všechny látky s psychedelickým účinkem (tabulka 2), „klasická psychedelika“ pak uvádíme tímto dvouslovným označením.

Historie

Dle dostupných historických pramenů a archeologických nálezů byla psychedelika vyskytující se v přírodě (např. houby, kaktusy, liány, konopí) užívána celá tisíciletí v rituálním i terapeutickém kontextu (Guerra-Doce, 2015, Zuardi, 2006). V moderní společnosti pak byla v největším rozsahu zkoumána v 60. letech 20. století (zejm. diethylamid kyseliny lysergové – LSD) u zdravých dobrovolníků, v rámci terapie i vzdělávání odborníků v pomáhajících profesích, přičemž významným centrem výzkumů bylo i Československo (Winkler et al., 2016).

Současný klinický výzkum psychedelik v Národním ústavu duševního zdraví

- > Srovnání účinku psilocybinu a ketaminu v léčbě farmakorezistentní deprese (studie PSIKET);
- > MDMA-asistovaná terapie v léčbě post-traumatické stresové poruchy (MAPS);
- > Bezpečnost a účinnost psilocybinu v léčbě rezistentní deprese (COMPASS Pathways);
- > Využití psilocybinu v paliativní péči u pacientů s onkologickým onemocněním (studie v přípravě).



Přes převážně pozitivní výsledky došlo k celosvětovému zákazu psychedelik a jejich výzkum byl na 30 let téměř úplně zastaven (Grinspoon and Bakalar, 1979). S nástupem nového tisíciletí byl však obnoven a významně narůstá zájem o potenciál těchto látek u odborné i laické veřejnosti (Sessa, 2012).

Přibývající studie poukazují na jejich potenciál v péči o duševní zdraví (vč. terapie depresivních a úzkostných onemocnění,

Legislativní rámec kontroly psychedelik



Klasická psychedelika i jiné látky s psychedelickým účinkem jsou v České republice kontrolována podle zákona č. 167/1998 Sb., o návykových látkách, a navazujícím nařízení vlády č. 463/2013 Sb., o seznamech návykových látek. Jejich držení ve větším než malém množství, vývoz, dovoz, výroba a obchodování s nimi a dále jejich nabízení druhým osobám, či podpora jejich užívání je trestným činem. Držení psychedelických látek v menším než malém množství je postihováno jako přestupek. Nařízení vlády o seznamech návykových látek dělí kontrolované psychoaktivní látky do skupin podle jejich nebezpečnosti a lékařského užití. Tyto seznamy vychází z úmluv OSN z r. 1961 a 1971, které nařizují jejich kontrolu všem členským zemím. Klasická psychedelika jsou zde zařazena do seznamu 4, který je nejpřísněji kontrolovanou kategorií, která umožňuje použití těchto látek pouze k „omezeným výzkumným, vědeckým a velmi omezeným terapeutickým účelům“, což v praxi znamená, že jsou zkoumány či používány velmi zřídka vzhledem k velké administrativní zátěži, která žádost o zacházení s těmito látkami provází (Postránecká et al., 2019). Ketamin či konopí pro léčebné použití jsou pak v těchto zákonech řazeny v jiných seznamech.

traumat a závislostí) (Andersen et al., 2021, Krediet et al., 2020, Kočárová & Preiss, 2020) i relativní bezpečnost užití v klinickém (Johnson et al., 2008), ale i nekontrolovaném kontextu (Nutt et al., 2010). V současnosti probíhá klinický výzkum psychedelik i v ČR v Národním ústavu duševního zdraví. ✕

Prevalence užívání psychedelik v ČR

> V České republice užilo podle posledních dat *Národního výzkumu užívání návykových látek 2016* a každoroční omnibusové studie *Prevalence užívání drog v populaci ČR* psychedelické látky (včetně konopí, extáze a ketaminu) přibližně 28–30 % české populace (1,9–2,1 milionu obyvatel), z toho 5–6 % (350–430 tis. obyvatel) užilo klasická psychedelika (tj. LSD, halucinogenní houby nebo ayahuasca) – tabulka 1. V posledních 12 měsících uvedlo užití jakékoliv psychedelické látky přibližně 9–11 % dospělé populace, tj. 590–750 tis. osob. Klasická psychedelika pak užilo 0,7–1,9 % populace, tj. 50–130 tisíc osob. Celkem 8–9 % (cca 550–660 tis. osob) užilo v posledních 12 měsících konopí (výhradně) pro léčebné účely (vnitřní podání látky, tj. s vyloučením vnějšího použití, jako jsou masti) (Chomynová et al., 2021, Mravčík et al., 2017, Mravčík et al., 2019, Mravčík et al., 2020).

Výsledky každoročního omnibusového šetření *Výzkumu názorů a postojů občanů České republiky k otázkám zdravotnictví a k problematice zdraví (Výzkum občanů)* realizovaného v letech 2016–2019 poskytují vyšší odhady celoživotní prevalence zkušeností s psychedeliky, ale rozsah užívání těchto látek v posledních 12 měsících poskytuje srovnatelné odhady.

Uživatelé psychedelik (včetně konopí, extáze a ketaminu) byli častěji muži (70 %), mladšího věku (většinou ve věku 15–34 let), svobodní (68 %), dosáhli nižšího vzdělání (63 % ukončilo základní nebo nižší střední vzdělání), měli častěji nižší čistý příjem (39 % pod 10 tis. Kč) nebo byli finančně



TABULKA 1

Celoživotní prevalence a prevalence užití látek s psychedelickým účinkem v posledních 12 měsících v obecné populaci ve věku 15–64 let v letech 2011 až 2019, v % - *Národní výzkum užívání návykových látek 2012 a 2016* a každoroční omnibusové šetření *Prevalence užívání drog v populaci ČR*

	2011	2012	2012***	2013	2014	2015	2016	2016***	2017	2018	2019
Celoživotní prevalence											
Konopí	24,9	31,2	27,9	22,8	28,7	29,5	24,3	26,6	28,6	26,2	25,9
Extáze	5,8	5,5	3,6	5,1	6,0	6,3	5,1	7,1	5,8	5,3	5,6
Lysohlávkvy	4,1	4,4	5,3	2,4	4,3	5,4	4,3	5,4	4,7	3,5	5,7
LSD	2,1	0,7	2,8	0,9	0,7	3,1	1,4	2,1	3,0	1,3	1,3
Ketamin*						0,9	0,8	0,2	0,6	-	1,3
Ayahuasca										1,0	
Jiné halucinogeny**										0,6	
Prevalence v posledních 12 měsících											
Konopí	8,9	9,4	9,2	8,9	11,4	9,4	8,3	9,5	8,9	7,9	9,4
Extáze	1,6	0,8	0,6	1,1	1,6	1,3	1,2	1,6	0,8	0,9	1,5
Lysohlávkvy	1,0	0,2	0,7	0,1	0,8	1,1	0,7	1,5	0,3	0,4	0,7
LSD	1,1	0,0	0,2	0,2	0,1	0,1	0,2	0,7	0,0	0,2	0,4
Ketamin*						0,2	0,4	0,2	0,0	-	0,5
Ayahuasca										0,2	
Jiné halucinogeny**										0,1	

Pozn.: *Ve studii *Prevalence užívání drog v populaci ČR* je užívání ketaminu sledováno v jedné kategorii spolu s poppers a GHB/GBL. **Kategorie zahrnovala následující látky: DMT, ibogain, ketamin, 5-MeO-DMT, mezkalin, peyote, San Pedro, changa. ***Data se vztahují k Národnímu výzkumu užívání návykových látek.

Zdroj: NMS (Výroční zprávy o stavu ve věcech drog v České republice 2011–2019)

neaktivní (39 %) a žili ve městech nad 100 tis. obyvatel (33 %) ($p < 0,001$). Uživatelé různých kategorií psychedelik měli poměrně podobný sociodemografický profil, ať už užívali pouze klasická psychedelika, nebo kombinovali své užívání

s konopím pro jiné než léčebné účely (tj. pro rekreační použití). V tomto ohledu se uživatelé klasických psychedelik významně nelišili od rekreačních uživatelů konopí (Chomynová et al., 2021). ✕

Stávající služby pro uživatele psychedelik v ČR

> Současná nabídka adiktologických služeb se s potřebami uživatelů psychedelik často míjí, o čemž svědčí i počet uživatelů, kteří byli v kontaktu s některou ze služeb v *Národním registru léčby uživatelů drog (NRLUD)*, který spravuje Ústav zdravotnických informací a statistiky (ÚZIS ČR). V roce 2018 to bylo 14 osob, které uvedly jako svou primární drogu LSD, 4 uživatelé halucinogenních hub, 2 uživatelé jiných halucinogenů a delirogenů, 51 uživatelů extáze (či MDMA, MDA, MDEA) a 1827 uživatelů konopí, a to z celkového počtu 14 167 žadatelů v tomto roce, v roce 2019 pak šlo o 4 uživatele LSD, 3 uživatele jiných halucinogenů a delirogenů, 20 uživatelů extáze a 922 uživatelů konopí (z celkového počtu 15 325 žadatelů o léčbu). Klienty adiktologických služeb jsou dlouhodobě zejména uživatelé alkoholu, pervitinu, heroínu či dalších opiátů. Důvodem je pravděpodobně majoritní zaměření adiktologických služeb na léčbu závislostního chování a s ním spojenými problémy zdravotního, sociálního a právního charakteru. Psychedelika (zejména klasická) však mají nízký závislostní potenciál (Nichols, 2016).

V ČR nicméně existují terapeutické a poradenské služby určené či využívané uživateli psychedelik. Jde například o pražskou organizaci Diabasis, která kromě diagnostiky a pomoci pro osoby v psychospirituální krizi nabízí také pomoc s obtížnou psychedelickou zkušeností. Kromě nabídky vyškolených

psychoterapeutů nabízí i chatovací linku Diabasis nebo emailovou podporu Help Diabasis. Holos Centrum v Opavě kromě služeb integrace psychedelické zkušenosti disponuje i lůžkovým zařízením pro lidi procházející psychospirituální krizí. Česká psychedelická společnost (CZEPS) poskytuje na svém webu zpracované informace o jednotlivých psychedelických látkách, internetovou poradnu a kontakty na síť odborníků pro integraci psychedelické zkušenosti. Nedávno otevřená pražská Psychedelická klinika Psyon sdružuje skupinu terapeutů, kteří nově legálně nabízí ketaminem asistovanou psychoterapii a další služby se specializací na klinickou problematiku psychedelik. Ve spolupráci s pražskou organizací Beyond Psychedelics a Diabasis v roce 2019 probíhaly první Skupiny psychedelické integrace v ČR pro zájemce o zpracování psychedelické zkušenosti.

V roce 2018 bylo v České republice evidováno 16 harm reduction programů operujících na hudebních akcích, jedna z těchto služeb je zaměřena přímo na uživatele psychedelik, a to projekt PsyCare v rámci CZEPS (Jičínská, 2018). Specializované vzdělávání odborníků i laické veřejnosti poskytuje např. Beyond Psychedelics a CZEPS; nově pak nabízí čtyřleté komplexní výcviky Grof® Legacy Training částečně zahrnující i oblast psychedelik 2 různé organizace v ČR - Grof Legacy Czech a Holos Centrum v Opavě. ✕



On-line průzkum mezi uživateli psychedelik

Metodika a výzkumný soubor

> Průzkum mezi uživateli psychedelik byl koncipován jako on-line průřezová dotazníková studie. Na webu projektu Národní psychedelický výzkum (www.psychedelickyvyzkum.cz) byl umístěn dotazník zahrnující 133 otázek, který byl vytvořen pro sběr kvantitativních i kvalitativních dat. Průzkum detailně pokrýval problematiku více než 29 nejčastěji užívaných i méně obvyklých klasických i atypických psychedelik a dalších látek s psychedelickými účinky (dále jen psychedelika). Respondenti se do průzkumu sami nominovali, vstupním kritériem byla zkušenost s některou látkou s psychedelickým účinkem a věk minimálně 15 let. Dotazník byl veřejně přístupný prostřednictvím odkazů na webových stránkách a sociálních sítích v období říjen 2019 – březen 2020, až do konce jej vyplnilo 1415 respondentů. Cílem průzkumu bylo komplexně zmapovat zkušenosti samotných uživatelů s těmito látkami: vzorce užívání (vč. frekvence, motivace, kontextu), subjektivně vnímané dopady užívání na duševní i fyzické zdraví a kvalitu života (pozitivní i negativní), vnímaná rizika, potřeby uživatelů, zkušenosti se stávajícími službami, názory na možnou podobu služeb pro uživatele a postoje k současné i žádoucí podobě legislativní situace.

Žádná z otázek nebyla povinná, uváděná procenta jsou tak z různých velikých skupin respondentů, kteří poskytli odpověď na konkrétní otázku (n=1219–1415). V této zprávě jsou uvedeny výsledky týkající se nejčastěji užívaných látek v ČR ve struktuře, kterou uvádí NMS. Výsledky týkající se dalších látek jsou uvedeny pouze v případě, že jsou nějakým způsobem významné v kontextu dané otázky a pouze u těch, jejichž užití označilo více než 30 respondentů. V textu uvádíme zkrácené názvy substancí, celé názvy tak, jak byly nabízeny v dotazníku, jsou uvedeny v tabulce 2.

Popis souboru

Dotazník vyplnilo 58,7 % mužů, 40,3 % žen, 0,2 % transgender lidí a 0,2 % respondentů s nedefinovaným pohlavím (non-binary). Nejvyšší podíl 39,9 % respondentů spadal do věkové skupiny 25–34 let; 30,0 % do nejmladší skupiny 15–24 let; 22,0 % do skupiny 35–44 let a 8,1 % do věkové skupiny 45–75 let. Celkem 60,3 % respondentů bylo svobodných a 17,2 % ve vztahu s druhem/družkou, přičemž domácnost sdíleli nejčastěji s partnerem či partnerkou (26,6 %) či rodiči (19,4 %). Pokud jde o vzdělání, nejčastěji měli respondenti dokončenou střední školu s maturitou (44,6 %) nebo ukončené

TABULKA 2

Podíl respondentů, kteří uvedli alespoň jednu zkušenost během svého života s jednotlivými látkami s psychedelickým účinkem, seřazeno podle četnosti (N=1415)

Látka	Podíl (%)
Konopí nebo hašíš	94,4
Lysohlávký (psilocybin)	67,5
LSD	67,2
Extáze (tablety)	59,4
MDMA (krystaly)	56,8
Konopné extrakty (fénixovy slzy, oleje)	35,8
Šalvěj divotvorná (salvinorin A)	19,6
Ketamin	18,6
2C-B	13,2
Ayahuasca	13,0
Syntetické / čisté DMT	10,1
Muškatový oříšek	9,7
MDA	9,0
Changa	8,2
Halucinogenní kaktusy (mezkalin, peyotl)	8,0
Muchomůrka červená	7,3
LSA / havajská růže	7,1
Durman, blín, rulík zlomocný a jiné rostlinné deliriogeny/skopolamin, atropin	6,3
Sekret z žáby Bufo alvarius	5,5
Harmalíny / MAOI inhibitory (např. paeganum harmala)	3,3
GHB / GHA	3,1
Iboga / ibogain	2,3
Syntetické / čisté 5-MeO-DMT	2,2
Yopo (Anadenanthera peregrina) / vilca (Anadenanthera colombrina)	1,1
Fencyklidín - PCP (andělský prach)	0,9
Pharmahuasca	0,5
Akácie	0,4
Bufotenin	0,2
DBT	0,1
Ostatní (např. výzkumné chemikálie, vedlejší produkty syntéz, jiná syntetická psychedelika)	8,5

Pozn.: Názvy látek jsou uvedeny tak, jak byly původně v dotazníku.

vysokoškolské vzdělání (34,4 %). Nejvíce respondentů bylo v zaměstnaneckém poměru (37,3 %) či stále studovali (25,1 %), 18,8 % bylo samostatně výdělečně činných. U více než poloviny respondentů činil čistý měsíční příjem více než 15 tis. Kč. Respondenti pocházeli z celé ČR, nejvíce zastoupenými kraji byly Praha (32,0 %) a Jihomoravský kraj (15,6 %).

Užívané látky a frekvence užívání

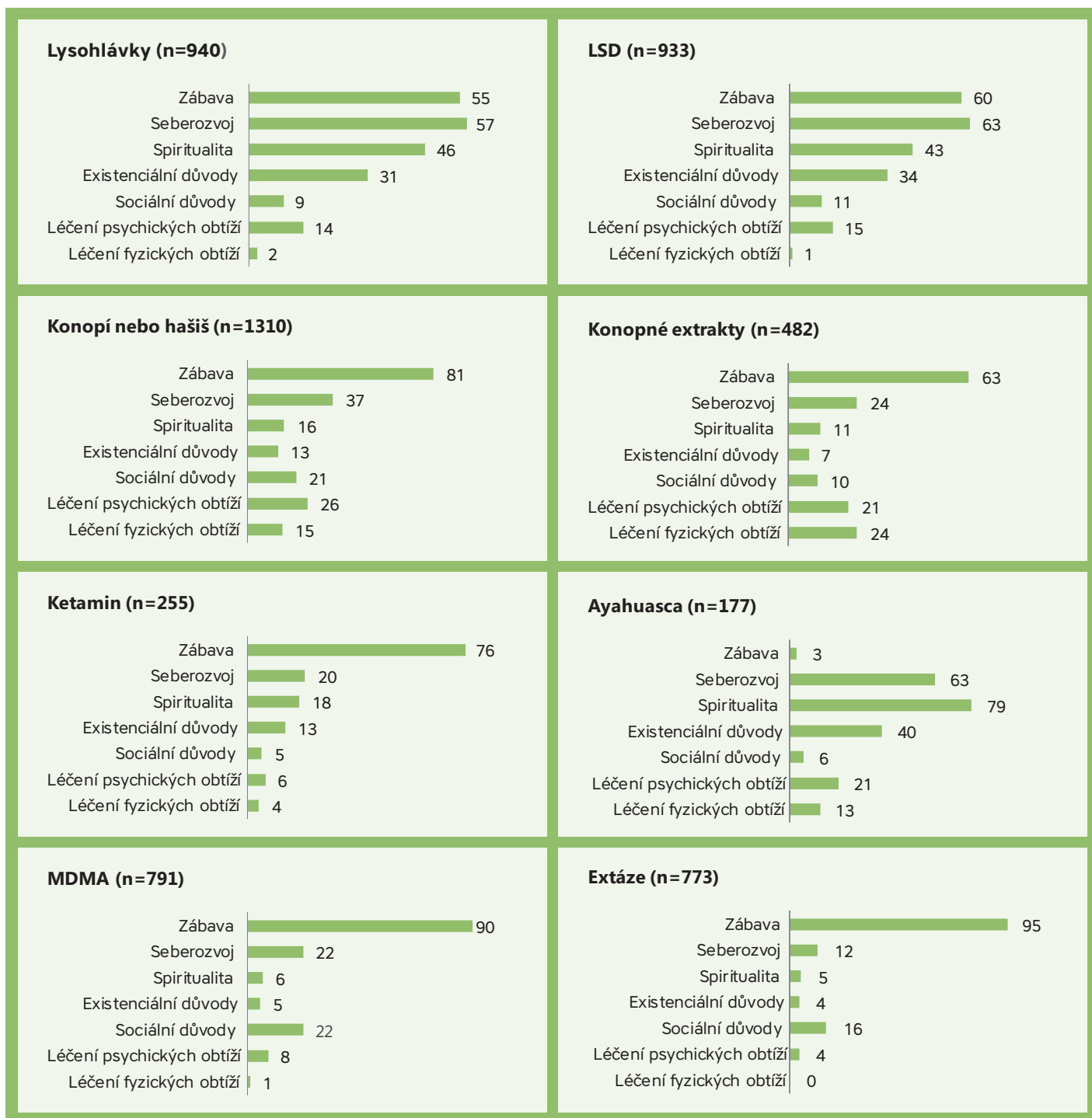
Mezi nejčastěji užívané látky alespoň jednou v životě patřilo konopí (94 %), lysohlávky (68 %), LSD (67 %), extáze/MDMA

(59/57 %). S konopím měla většina uživatelů (63 %) zkušenost více než 100x v životě. V případě dalších látek uváděli respondenti většinou užití maximálně 20x za život, např. v případě ketaminu (87 %), lysohlávek (82 %), LSD (81 %), ayahuascy (81 %), MDMA (74 %), extáze (72 %). Nejčastější první užitou psychedelickou látkou v životě (mimo konopí) bylo LSD (31 %) a lysohlávky (31 %), a to nejčastěji ve věku 16–19 let.

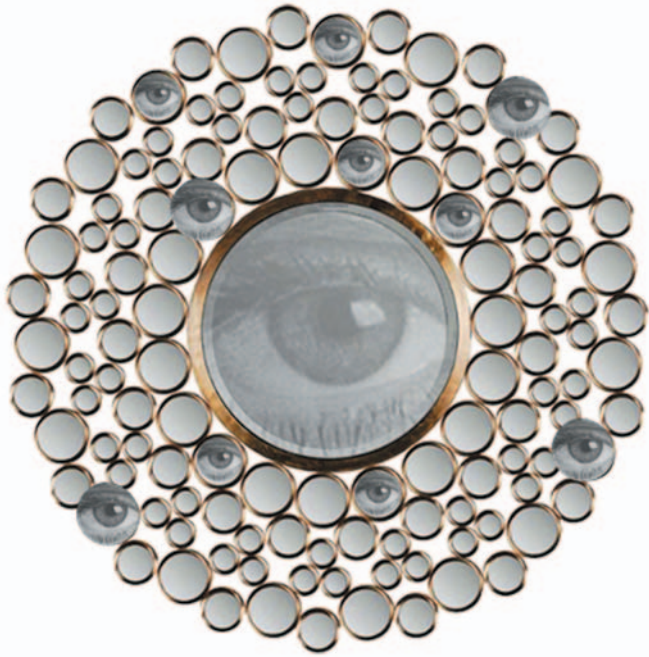
Často zmiňovaným fenoménem ve spojitosti s psychedelickou zkušeností je vrcholná zkušenost (tzv. peak experience)

GRAF 1

Motivace pro užití vybraných látek s psychedelickým účinkem, v %



Pozn.: Jednotlivé kategorie zahrnovaly: 1. zábava (party, zvědavost, pobavení, experiment, uvolnění, podpora smyslového prožívání, podpora sexuálního prožitku), 2. seberozvoj (kreativita, řešení vnitřních témat a konfliktů každodenních problémů (avšak ne v intenzitě psychického onemocnění), sebepoznání), 3. spiritualita (náboženské důvody - modlitba, mystický prožitek, kontakt s duchovní sférou), 4. existenciální důvody (hledání smyslu života, srovnání se se smrtí), 5. sociální aspekty (zlepšení vztahů s ostatními, skupinová práce, snaha zapadnout), 6. léčení psychických potíží (úzkost, deprese, nespavost, chronický stres, úleva od potíží, aj.), 7. léčení fyzických obtíží (bolest, křeče, vážné onemocnění).



popisována někdy jako pocit jednoty se vším, rozpuštění ega apod. Prožití takové zkušenosti uvedlo 820 (59 %) respondentů, nejčastěji pak v souvislosti s užitím LSD (54 %) či lysohlávek (41 %).

Kontext užití (set a setting)

Většina respondentů získala psychedelika od známých či kamarádů (78 %). Prostředí, ve kterém byly látky nejčastěji užívány, se v závislosti na konkrétní látce velmi lišilo. LSD (42 %) a lysohlávký (53 %) byly nejčastěji užívány venku v přírodě, ayahuasca pak nejčastěji v původním kontextu látky (např. rituální prostor v amazonské džungli) (48 %). MDMA (67 %) a extáze (80 %) byly nejčastěji užívány v prostředí hudebních akcí a festivalů. Konopí bylo nejčastěji užíváno doma či v jiném, důvěrně známém prostředí (49 %).

Pokud jde o přítomnost osob během vlastní psychedelické zkušenosti, pak i zde byly sledovány poměrně významné

rozdíly podle typu látky. O samotě byly užívány nejčastěji konopí, konopné extrakty a muchomůrka červená (28 %, 42 %, resp. 40 %). LSD a lysohlávky byly nejčastěji užívány ve skupině 3 a více lidí (37 %, resp. 36 %). Přítomnost léčitele či šamana byla typičtější pro ayahuascu (83 %), *Bufo alvarius* (76 %), halucinogenní kaktusy (45 %) a ibogy (53 %).

Přibližně polovina uživatelů uvedla, že se před užitím psychedelik informovali o účincích a dbali na setting a dostatek spánku. Až 80 % uživatelů uvedlo, že své zkušenosti poměrně často nějakým způsobem integrovali, nejčastěji pak sdílením s přáteli a reflexí prožitku (77 % z 1089 respondentů).

Motivace k užití

Na otázku týkající se motivace užití mohli respondenti uvádět více odpovědí. U lysohlávek a LSD mezi odpověďmi mírně převládala motivace sebezoroje (57 %, resp. 63 %) a zábavy (55 %, resp. 60 %). Motivace zábavy byla nejvyšším procentem respondentů uváděna v případě užívání ketaminu, konopí, MDMA, 2C-B, MDMA a extáze (76–95 %) a v případě konopných extraktů (63 %). Spirituální motivace dominovala u 5-MeO-DMT, halucinogenních kaktusů, ayahuascy, sekretu z *Bufo alvarius* a ibogy (66–83 %). Léčení psychických potíží bylo nejčastější u konopí, konopných extraktů a ayahuascy (26 %, 21 % a 21 %), a s motivací léčení fyzických potíží byly nejvíce užívány konopné extrakty (24 %). Mezi dalšími uváděnými důvody užití psychedelik byly existenciální a sociální důvody – graf 1.

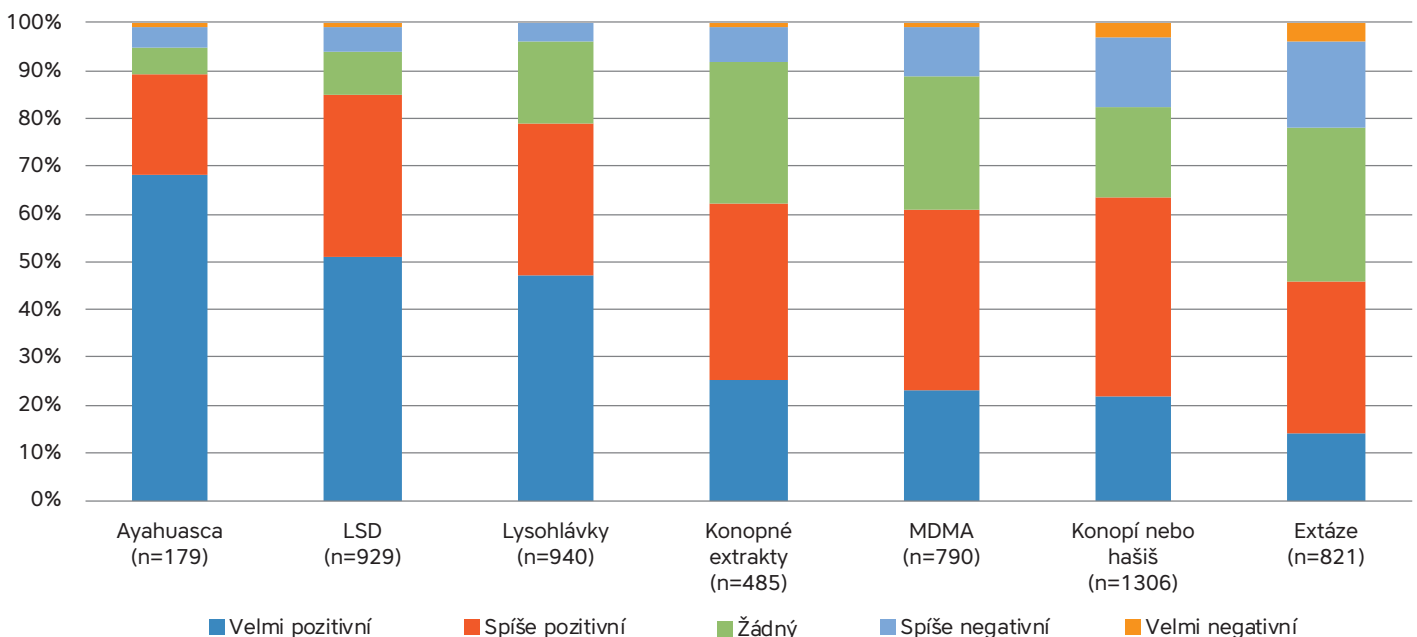
Duševní zdraví a životní spokojenost

Mezi respondenty studie převažovalo celkově pozitivní hodnocení vlivu zkušeností s psychedeliky na životní spokojenost a psychickou pohodu. V případě klasických psychedelik se jednalo o 44–93 % uživatelů dle látky, nejčastěji bylo pozitivní hodnocení uváděno v případě užití sekretu ze žáby *Bufo alvarius* (93 %), ayahuascy (90 %) a LSD (85 %). Negativní hodnocení bylo uváděno 2–6 % uživatelů.

Převážně pozitivní hodnocení se objevovalo i v případě konopí a konopných extraktů (63 a 62 %), MDMA a extáze (61 a 46 %) a ketaminu (45 %). Negativní hodnocení u těchto látek se objevovalo u 10–22 % uživatelů – graf 2.

GRAF 2

Hodnocení vlivu užívání látek s psychedelickým účinkem na životní spokojenost či psychickou pohodu uživatelů, v %



Respondenti po užití psychedelik uváděli zkušenost jak se zlepšením (60 %), tak zhoršením (39 %) některých duševních symptomů. Ke zlepšení docházelo nejčastěji v případě úzkostných a depresivních psychických potíží, zejména pak v případě většiny klasických psychedelik, dále i MDMA a extáze. V případě konopí a konopných extraktů šlo nejčastěji o zlepšení v případě depresivních obtíží a nespavosti, v případě ketaminu pak významně převažovalo zlepšení depresivních symptomů.

V oblasti zhoršení či vyvolání duševních obtíží byly nejčastěji uváděny symptomy depersonalizace a derealizace, které převažovaly například u lysohlávek, LSD a ketaminu. Další často uváděné obtíže byly úzkostné symptomy a to zejména v případě konopných extraktů a konopí, dále i depresivní obtíže v souvislosti s užitím konopí, extáze anebo MDMA. Zkušenost s nespavostí byla nejčastěji uváděna respondenty po užití extáze.

Necelá polovina (42 %) respondentů vypověděla, že během užití psychedelik někdy zažili traumatickou či zraňující zkušenost. Podobně polovina (53 %) uživatelů uvedla, že jim naopak zkušenost pomohla se zpracováním některé traumatické události z minulosti.

Fyzické zdraví a pohoda

I v případě celkového hodnocení vlivu užití psychedelik na fyzickou pohodu převažovalo pozitivní hodnocení zkušenosti s některou psychedelickou látkou. V případě klasických psychedelik se jednalo o 31–80 % uživatelů dle látky, pozitivní hodnocení se nejčastěji objevovalo opět v případě sekretu z *Bufo alvarius* (80 %) a ayahuascy (73 %).

Převážně pozitivní hodnocení se objevovalo i v případě konopí a konopných extraktů (oboje 56 %), v menší míře pak i u MDMA a extáze (42 a 34 %), a ketaminu (31 %). Negativní hodnocení u těchto látek se objevovalo u 9–28 % uživatelů, nejčastěji v případě extáze. Na úrovni fyzických obtíží většina (84 %) respondentů nepocítovala zhoršení; zlepšení fyzických potíží respondenti přisuzovali zejména konopí.

Kvalita života

Psychedelika byla respondenty hodnocena převážně pozitivně i v případě dopadů na další oblasti života jako např. vztah k sobě samému, životní hodnoty, vztah k přírodě či přátelské vztahy. Negativní dopady na tyto oblasti byly uváděny jen v malé míře.

Souvislost s duševním onemocněním

Psychedelika užívali i lidé s diagnostikovaným duševním onemocněním (13 %), nejčastěji se objevovala úzkostné (69 %) a depresivní (67 %) poruchy. U většiny (76 %) bylo toto onemocnění aktuální během jejich zkušenosti s psychedeliky. Většina z nich (tj. 69 % ze 175 respondentů) pak uvedla, že psychedelika toto onemocnění ovlivnila pozitivně. Většina respondentů (79 %) si navíc myslí, že psychedelická zkušenost u nich nevedla k rozvoji duševního onemocnění, 6 % však uvedlo, že ano. Oproti tomu se 27 % uživatelů domnívalo, že zkušenost s psychedeliky jim mohla napomoci k tomu, aby se u nich žádné duševní onemocnění nerozvinulo.

Náročná a riziková zkušenost

Specifickým typem prožitku je náročná psychedelická zkušenost. V našem průzkumu uvedlo takovou zkušenost 894 osob (64 %). Respondenti mezi nejčastějšími prožitky u své nejnáročnější zkušenosti uváděli pocity úzkosti (56 %), strachu (50 %), velké psychické úsilí (39 %), pocity paniky (36 %), paranoii (36 %) a rozpad ega (35 %). Objevovaly se i prožitky spíše pozitivního charakteru jako příjemné vize či halucinace (31 %),



pocity jednoty se vším (28 %), pochopení smyslu života a bytí (28 %) či pocity radosti (26 %). Mezi další uváděné subjektivní fyziologické projevy patřilo např. bušení srdce, dočasná ztráta nebo zhoršení zraku, neschopnost pohybu, přetrvávající fyzické potíže, ale i zkušenost s hospitalizací na psychiatrii. Mezi pět nejčastěji reportovaných příčin takové zkušenosti patřilo vnitřní rozpoložení (48 %), vlastní účinek látky (44 %), příliš vysoká dávka (36 %), neadekvátní prostředí (34 %), případně nevyhovující set (32 %).

Až 31 % charakterizovalo tuto zkušenost jako traumatickou, 48 % jako „bad trip“ a 67 % jako transformační (tj. způsobila u uživateli významné změny hodnot a postojů či životního směřování) – tabulka 3. Pro 15 % se jednalo o první zkušenost s psychedeliky, 80 % respondentů tato zkušenost neodradila od dalšího užití. 45 % respondentů tuto zkušenost zařadilo mezi 10 nejvýznamnějších zážitků v životě a převažovalo pozitivní hodnocení této zkušenosti.

Zkušenost s nějakou další obtížnou, rizikovou či zdravím nebo život ohrožující situací uvedlo 23 % respondentů. Nejčastěji se jednalo o následné psychické obtíže (14 %), méně často pak serotoninový syndrom (4 %) či fyzické zranění během zkušenosti (3 %). Jako nejčastější příčinu vzniku obtížných, nebezpečných nebo život ohrožujících situací respondenti

TABULKA 3
Náročná psychedelická zkušenost, v %

Otázka	% souhlasných odpovědí
Zažili jste někdy náročnou zkušenost s psychedeliky? (n=1403)	63,8
Byla tato zkušenost traumatická? (n=889)	30,6
Byla tato zkušenost transformační? (n=889)	67,4
Charakterizovali byste tuto zkušenost jako „bad trip“? (n=885)	47,9
Jednalo se o vaši první psychedelickou zkušenost? (n=885)	15,0
Odradila vás tato zkušenost od dalšího užití látky? (n=888)	20,5

uváděli příliš vysokou dávku (38 %), nevyhovující psychické rozpoložení (set) (34 %), nežádoucí účinek látky jako takové (28 %), neadekvátní prostředí (setting) (25 %), neznámé dávkování (21 %) či neznámou kvalitu látky (20 %).

Mezi specifické fenomény v souvislosti s užitím psychedelik s rizikovým potenciálem patří flashbacky, které zažilo 43 % respondentů, či psychospirituální krize, kterou prožil více než 1 ze 4 respondentů (28 %). Tyto zkušenosti byly častěji zpětně hodnoceny jako pozitivní.

Užívání psychedelik a frekvence užívání dalších látek

Celkem 51 % uživatelů uvedlo, že jejich zkušenost s psychedeliky ovlivnila jejich užívání jiných psychoaktivních látek, přičemž častěji se jednalo o snížení míry užívání. V případě klasických psychedelik uživatelé uváděli např. významné snížení míry užívání alkoholu, tabáku, pervitinu, kokainu, ale i psychoaktivních léků. V menší míře docházelo i ke zvýšení míry užívání, v případě atypických psychedelik pak zejména u tabáku.

Mikrodávkování

Zkušenost s mikrodávkováním (užitím extrémně nízkých dávek látky k podpoře kreativity a kognitivních funkcí, přičemž nemá docházet k ovlivnění vědomí) uvedlo 453 osob (33 %). Nejčastěji takto užitá látka byly LSD (58 %), lysohlávky (psilocybin) (51 %) a konopí nebo hašiš (31 %). Nejvíce udávanou motivací mikrodávkování byla zvědavost (62 %), zvýšení kreativity (54 %) a produktivity (44 %), dále pak možné zlepšení psychických potíží (40 %). Až 84 % osob hodnotilo dopady mikrodávkování během užívání pozitivně – graf 3. Po ukončení užívání však 42 % osob neuvádělo žádné dopady nebo je hodnotilo jako pozitivní (50 %). Přes 84 % osob nezažilo během či po skončení mikrodávkování žádné komplikace či nepříjemné stavy. Případné obtíže byly spíše psychického charakteru.

Služby pro uživatele psychedelik

Polovina (49 %) respondentů nepovažovala v současnosti dostupnou pomoc pro uživatele psychedelik za dostatečnou a dalších 38 % uvedlo, že neví. Pouze 16 % respondentů považovalo služby pro uživatele psychedelik za dostatečné. Celkem 48 % respondentů uvedlo, že neví, kam se obrátit v případě, že by oni nebo někdo v jejich okolí zažíval potíže (psychické či fyzické) související s užitím psychedelik včetně konopí. Celkem 146 respondentů (12 %) některou službu

vyhledalo pro sebe či pro své známé, 8 % uživatelů uvedlo, že pomoc nevyhledali, ačkoliv ji potřebovali, dalších 7 % ji vyhledat chtělo, ale nebyla k dispozici či byla mimo jejich finanční možnosti. U využití pomoci šlo zejména o konzultaci s psychoterapeutem (55 %), léčitelem/šamanem (25 %) a psychiatrickou péčí (24 %). Studie nezjišťovala spokojenost s poskytnutou pomocí.

V rozdílné míře dle typu služby bylo 1–56 % respondentů obeznámeno s některou službou poskytující péči pro uživatele psychedelik v ČR. Z 1056 respondentů, kteří některou službu znali, ji využilo pouze 13 % respondentů.

TABULKA 4
Míra zájmu o různé typy specializovaných služeb pro uživatele psychedelik (n = 962)

Služba	Míra zájmu, v %
Česká on-line encyklopedie psychedelik	60,1
Psychoterapeutické centrum	57,4
Katalog organizací/odborníků poskytujících péči	53,6
On-line poradenství	53,6
Videa o těchto látkách a jejich bezpečnosti	50,4
Osobní služba sittera nebo terapeuta během samotné zkušenosti	43,7
Komunitní centrum se vzdělávacím programem	41,6
Místnost / prostor pro bezpečné projití psychodelickou zkušeností	40,2
Anonymní telefonická linka pro dotazy	38,7
On-line krizová linka	36,4
Možnost vstupního vyšetření (psychologického a fyzického)	35,1
Rekreační pobyt	34,7
Integrační skupiny	31,7
Výjezdní týmy / "psychodelická záchranka"	31,7
Nízkoprahové centrum pro uživatele	31,6
Setkání anonymních uživatelů psychedelik / podpůrná skupina	31,6
Telefonická linka	23,3
Lůžkové zařízení pro integraci zážitku	21,5

GRAF 3
Hodnocení dopadů mikrodávkování



Navzdory tomu by přes dvě třetiny (69 %) uživatelů specializované služby uvítalo, zájem byl o edukativní (on-line encyklopedie psychedelík, katalog organizací/odborníků poskytujících péči a informační videa, tj. 60 %, 54 % a 50 %), dále i intervenční, např. psychotherapeutické centrum (57 %), on-line poradenství (54 %), osobní službu sitters nebo terapeuta během samotné zkušenosti (44 %), komunitní centrum se vzdělávacím programem (42 %), prostor pro bezpečné prožití psychedelickou zkušeností (40 %) a další – tabulka 4.

Pokud jde o kompetence, které by podle uživatelů měl mít odborník v přípravě a následné péči o uživatele psychedelík a jaké během samotné zkušenosti, nejčastěji byla uváděna vlastní psychedelická zkušenost (84 a 81 %) a zkušenost s provázením psychedelickou zkušeností (67 a 74 %), specializovaný kurz pro práci s uživateli psychedelík (64 a 60 %). Následovaly více tradiční kompetence jako psychotherapeutické vzdělání (62 a 52 %), kurz první pomoci (58 a 69 %), základy krizové intervence (55,2 a 58,8 %) či psychologické vzdělání (39 a 34 %). Zdravotnické vzdělání považovalo za důležité pouze 15 a 21 % uživatelů.



Dále byl v průzkumu zjišťován zájem o služby konopných klubů (angl. Social Cannabis Clubs),¹ pokud by takové kluby v ČR vznikly. Většina (63 %) respondentů uvedla zájem o využívání konopných klubů, přičemž mezi nejvíce preferovanými službami, které by tyto kluby mohly nabízet, byl zájem o testování obsahu účinných látek (82 %), poradenství ohledně vhodných odrůd (81 %), bezpečné prostředí k užívání (79 %), společné pěstování konopí (79 %).

¹ Tzv. Společenské kluby konopí (Social Cannabis Clubs) v zahraničí fungují jako transparentní neziskové organizace, jejichž plnoletí členové legálně společně pěstují v kontrolovaných podmínkách konopí, nebo své právo k pěstování delegují na jiné členy klubu. Vypěstované konopí, které je testováno na obsah účinných látek, a obsah případných škodlivin, je následně distribuováno mezi členy klubu na základě jejich individuálních potřeb. V klubu je dostupný bezpečný prostor k užívání látky, poradenství v případě potíží a informace i kontakty na odborníky pro nemocné, kteří vyhledávají léčebné konopí.

Názory a postoje k současné regulaci psychedelík

Uživatelé psychedelík většinou nebyli spokojeni se současnou regulací klasických psychedelík (86 %) a konopí (89 %) a navrhovali by její zmírnění. V případě klasických psychedelík by umožnili užívání v rámci rituálů vedených kompetentními osobami (školenými a registrovanými sitters – 51 % nebo tradičními léčiteli, šamany – 43 %), pod dozorem odborníka na duševní zdraví (34 %), případně prodej v lékárně, a to pro terapeutické účely (16 %) i pro zdravé osoby (20 %). Celkem 28 % respondentů si myslí, že by mělo být možné získat licenci na nákup těchto látek. V případě konopí pak převládala názor, že by mělo být umožněno samopěstování (69 %). ✕

On-line průzkum mezi pracovníky pomáhajících služeb

Metodika

> Průzkum mezi pracovníky v pomáhajících službách byl také koncipován jako on-line dotazníkové průřezové šetření. Dotazník byl umístěn také na webu projektu a byl rozeslán elektronickou poštou mezi poskytovateli adiktologických, sociálních, zdravotnických, psychologických a terapeutických služeb, dále i sdílen na sociálních sítích. V rámci výzkumu byly zkoumány zkušenosti pracovníků pomáhajících profesí s uživateli těchto látek i jejich vlastní zkušenosti, postoje a názory na možnou podobu služeb a legislativní situaci. Tento průzkum zahrnoval 99 otázek a jeho cílem bylo získat data mapující současný stav pomáhajících služeb v praxi a definovat slabá místa. Dotazník až do konce vyplnilo 65 odborníků, uváděná procenta jsou z různého počtu respondentů, kteří poskytli odpověď na konkrétní otázku (n=59-65).

Popis souboru

Dotázaní pracovníci pracovali nejčastěji v sociálních (51 %), dále adiktologických (15 %), zdravotnických (12 %), psychotherapeutických (9 %), pedagogických (2 %) a psychologických (2 %) službách. Jako primární skupinu klientů či pacientů, se kterou poskytovatelé pracovali, uvedli nejčastěji uživatele nelegálních psychoaktivních látek (57 %) a osoby s duševními potížemi (51 %). Většina pracovníků měla absolvovaný kurz první pomoci (71 %) a kurz krizové intervence (63 %). Téměř polovina poskytovatelů měla psychotherapeutický výcvik (48 %), kurzy soft skills (46 %) nebo vysokoškolské vzdělání v sociální práci (45 %). V menší míře pak respondenti uváděli další typy vzdělání (např. expresivní terapie, motivační rozhovory, kurzy ohledně drogové problematiky, kurzy harm reduction atd.). Kurzy věnující se psychedelické tematice měla pouze 3 % respondentů. Většina (78 %) poskytovatelů péče měla vlastní psychedelickou zkušenost. Nejčastěji to bylo s konopím (92 %), pak s lysohlávkami (62 %), tabletami extáze (46 %), MDMA (44 %), LSD (42 %) a někteří uvedli i zkušenost s ayahuascou (12 %) či ketaminem (10 %).

Zkušenosti s uživateli psychedelík

Celkem 80 % dotázaných uvedlo, že se v rámci své praxe setkala s uživateli psychedelík. Jejich klienti či pacienti měli z psychedelických látek nejčastěji zkušenost s konopím (92 %), dále často taky s extází (86 %), LSD (75 %), lysohlávkami (71 %), MDMA (49 %), ketaminem (31 %), konopními extrakty (26 %), ale i se šalvějí divotvornou (18 %), ayahuascou (12 %),



MDA (12 %), sekretem žáby *Bufo alvarius* (10 %), rostlinnými delirogeny (10 %) či syntetickým DMT (8 %), v menší míře pak i s dalšími psychedeliky.

Souvislost mezi užíváním psychedelik a duševním onemocněním

Až 63 % respondentů uvedlo, že u svých klientů pozorovalo rozvoj některého duševního onemocnění. Nejčastěji šlo o psychotické onemocnění (schizofrenie) (69 %), akutní psychózy (63 %), poruchy spánku (63 %), syndrom závislosti (56 %), fobie (47 %), jiné úzkostné poruchy (47 %) či depresivní onemocnění (41 %). Jako spouštěč bylo nejčastěji dle pracovníků uváděno konopí (84 %), méně často pak LSD (28 %), lysohlávky (25 %) a extáze (15,6 %), ale i další látky (méně než 7 %).

Z 50 respondentů z řad pracovníků služeb 32 % uvedlo, že se u klientů již před psychedelickou zkušeností vyskytovalo nějaké duševní onemocnění. Nejčastěji pak šlo o depresivní (75 %) a úzkostná onemocnění (56–63 %), poruchy spánku (63 %), psychotická onemocnění (56 %) a poruchy osobnosti (50 %). Podle 31 % respondentů měla zkušenost klientů s užíváním psychedelik na toto onemocnění spíše negativní vliv.

Přímá zkušenost s uživateli psychedelik pod akutním vlivem látky

S klientem pod akutním vlivem psychedelické látky se setkalo 47 % poskytovatelů, 41 % z nich pak opakovaně. Klienti byli dle poskytovatelů nejčastěji pod vlivem konopí (96 %) a méně

často pod vlivem lysohlávek (33 %), extáze (29 %), LSD (25 %), MDMA (21 %) nebo ketaminu (8 %).

Více než polovina (54 %) z těch, kteří se s klienty pod vlivem psychedelik setkali, uvedla, že tato zkušenost byla pro ně či pro klienta/pacienta náročná, z nich 25 % pak tuto zkušenost považovalo za náročnou pro obě strany. Nejčastěji uváděný důvod náročnosti bylo vnitřní rozpoložení klienta (set) (100 %), jeho agresivní projevy (46 %), prostředí (39 %), kombinace různých látek (vč. jiných psychedelik, 39 %; alkoholu, 31 % či konopí, 31 %). Pouze méně než polovina pracovníků (42 % z 24) uvedla, že dokázala svým klientům pomoci.

Přímá zkušenost s uživateli psychedelik popisujícími předchozí zkušenost s psychedeliky

Většina z 50 pracovníků (84 %) se setkala s klienty, kteří jim popisovali svou dřívější psychedelickou zkušenost, nejčastěji v souvislosti s konopím nebo hašišem (62 %) a LSD (57 %), dále s lysohlávkami (50 %), extází (50 %), MDMA (38 %) a méně často i s ketaminem (21 %) či ayahuascou (12 %). Z nich většina (74 %) uvedla, že klienti tuto zkušenost hodnotili spíše pozitivně a 26 % spíše negativně. Čtvrtina z nich odpověděla, že jejich klienti potřebovali pomoc s integrací zkušenosti, a že většinou (82 %) jim dovedli pomoci.

Respondenti také často (75 %) uváděli, že jim už klienti někdy popisovali negativní stavy spojené s užitím psychedelik. Šlo zejména o úzkostné stavy (79 %), bad trip (76 %), psychotické symptomy (63 %), smutek nebo deprese (53 %), flashbacky (50 %) a depersonalizace a/nebo derealizace (50 %). Poskytovateli odhadovanou příčinou bylo nejčastěji nevhodné psychické rozpoložení (65 %) nebo účinek látky jako takové (60 %).

Názory na služby pro uživatele psychedelik

Celkem 62 % respondentů z řad poskytovatelů služeb se domnívalo, že v ČR není dostatečná pomoc a podpora uživatelům psychedelik, 23 % uvedlo, že neví. Polovina pracovníků si myslí, že v ČR není dostatečná podpora ani pro profesionály přicházejícími do kontaktu s uživateli psychedelik. Téměř všichni (94 %) pracovníci si myslí, že pokud by byl systém služeb organizován jinak, dalo by se předejít nežádoucím událostem spojeným s užíváním psychedelik.

Mezi službami, které by měly být dostupné pro uživatele psychedelik, se objevovalo nejčastěji on-line poradenství (73 %), anonymní telefonická linka pro dotazy (69 %), katalog organizací či odborníků (66 %), psychoterapeutické centrum (66 %) a podpůrná skupina (59 %). Přibližně polovina poskytovatelů by ocenila také online krizovou linku, nízkoprahové centrum



pro uživatele psychedelík, integrační skupiny či osobní služby sittera nebo terapeuta během samotné zkušenosti.

Mezi důležité kompetence poskytovatelů služeb v rámci *přípravné a následné péče* o uživatele psychedelík patřily z pohledu 72 % poskytovatelů kurz první pomoci, psychoterapeutické vzdělání a specializovaný kurz pro práci s uživateli psychedelík. V případě kompetencí odborníků přítomných *během psychedelické zkušenosti* šlo nejčastěji o kurz první pomoci (84 %), základy krizové intervence (75 %), zkušenost s provázením psychedelickou zkušeností (73 %), specializovaný kurz pro práci s uživateli psychedelík (68 %), psychoterapeutické vzdělání (52 %) a vlastní psychedelická zkušenost (43 %). Většina (79 %) poskytovatelů bylo pro zavedení testování čistoty a kvality substancí.

Názory na legislativní situaci ve věci psychedelík a konopí

Více než polovina poskytovatelů (53 %) si myslí, že by klasická psychedelika měla být dostupnější v rámci sezení vedených školenými a registrovanými sittersy; 40 % by bylo za jejich přístupnější užívání výhradně pod dozorem odborníka na duševní zdraví (např. lékaře, psychologa, psychoterapeuta) a 39 % uvedlo, že by měla být dostupná v rámci rituálů vedených tradičními léčiteli a šamany. Stávající stav by neměnilo 13 % poskytovatelů a legislativu a její vymáhání by zpřísnilo 8 %.

V případě konopí si více než polovina (57 %) myslí, že by mělo být umožněno samopěstování a 46 % by bylo za vznik tzv. společenských klubů konopí (social cannabis clubs). Oproti tomu 8 % považuje naopak stávající stav za vyhovující a 5 % by legislativu a její vymáhání ještě zpřísnilo. ✕



Shrnutí výsledků projektu

> Míra zkušeností české populace s užíváním látek s psychedelickým účinkem je značná. Užití psychedelík je i mimo formální léčbu spojeno s řadou příznivých účinků v oblasti životní spokojenosti a duševního zdraví, psychické i fyzické pohody a kvality života, ale také s řadou rizik včetně po různou dobu přetrvávajících psychických obtíží po nezpracované náročné psychedelické zkušenosti.

Ze strany uživatelů i profesionálů pracujících v pomáhajících službách existuje poptávka po rozšíření nabídky služeb v ČR, aby dokázaly nabídnout kvalifikovanou, dostupnou a adekvátní odbornou pomoc všem uživatelům psychedelík. Důkazní báze o účinnosti a bezpečnosti psychedelík při léčbě širokého

spektra duševních nemocí (např. depresivních a úzkostných onemocnění, traumatu a závislosti) i péče o duševní zdraví u zdravých osob se rozšiřuje. Dosud je použití psychedelík v rámci formální i neformální péče o duševní zdraví komplikováno jejich přísnou legislativní kontrolou, s čímž se pojí i výskyt rizik, která nejsou adekvátně podchycena současnou nabídkou služeb. ✕

Hlavní výsledky projektu Národní psychedelický výzkum

- > V České republice užilo některou psychedelickou látku přibližně 30 % české populace ve věku 15–64 let (tj. 2 miliony obyvatel), z toho 9–11 % (590–750 tis. obyvatel) je užilo v posledních 12 měsících. Klasická psychedelika (po vyloučení konopí, extáze a ketaminu; tj. halucinogenní houby, LSD a ayahuasca), užilo v životě přibližně 350–430 tis. osob a v posledních 12 měsících odhadem 50–130 tis. osob.
- > **Motivací** pro užití byla nejčastěji zábava, seberozvoj a sebepéče, spirituální, existenciální nebo sociální důvody a léčba psychických či fyzických obtíží.
- > Převažovalo **pozitivní hodnocení dopadů** zkušeností s psychedelickou látkou na životní spokojenost, psychickou i fyzickou pohodu a kvalitu života respondenta.
- > Mezi rizikové či náročné **zkušenosti** patřily negativní prožitky během akutního působení látky, neadekvátní kontext užití, nevhodná intervence od průvodce zkušeností či poskytovatelů zdravotnických služeb nebo její úplná absence, rozvoj duševních obtíží, opětovný prožitek psychedelického stavu po uplynutí účinku látky či rozvoj psychospirituální krize.
- > Přes dvě třetiny (70 %) uživatelů by uvítalo existenci **specializovaných služeb** pro bezpečný průběh zkušeností, např. krizovou linku, on-line poradenství, psychoterapeutické centrum či prostor pro bezpečné absolvování zkušenosti.
- > **Polovina uživatelů** uvedla, že jejich zkušenost s psychedeliky ovlivnila jejich užívání **jiných psychoaktivních látek**, přičemž častěji se jednalo o snížení míry užívání návykových látek, jako např. alkoholu, tabáku, pervitinu, kokainu, ale i psychoaktivních léků.
- > Téměř všichni poskytovatelé pomáhajících služeb uvedli, že jejich klienti měli **zkušenost** s některým psychedelikem; přes 40 % respondentů se dokonce setkala s klientem pod akutním vlivem látky, pro polovinu z nich byla tato zkušenost **náročná**.
- > Pouze 4 z 10 pracovníků (42 %) uvedli, že dokázalo svým klientům **pomoci**.
- > 62 % pracovníků si myslí, že v ČR není dostatečná pomoc a podpora uživatelům psychedelík.
- > Polovina pracovníků se domnívá, že v ČR **není dostatečná podpora** pro profesionály přicházejícími do kontaktu s uživateli psychedelík.

Doporučení pro rozvoj služeb a politiku v oblasti psychedelik

> Následující doporučení byla diskutována v rámci dvou seminářů (kulatých stolů) realizovaných v rámci projektu *Národní psychedelický výzkum* s odborníky ze služeb pro uživatele psychedelik a adiktologických služeb, psychedelického a adiktologického výzkumu i členů institucí činných v protidrogové politice.

Hlavní doporučení:

> Rozvoj pomáhajících služeb pro uživatele psychedelik.

V současnosti se uživatelé omamných a psychotropních látek (OPL) zabývá zejména systém adiktologických služeb, který je primárně zaměřen na řešení problémů spojených se závislostní symptomatikou. Psychedelika však mají jen nepodstatný závislostní potenciál a s jejich užitím se pojí spíše jiné typy rizik. Služby pro uživatele psychedelik by měly být zaměřeny na specifické formy obtíží než je návykové chování, např. terapeutickou či podpůrnou integrační práci s psychedelickou zkušeností nebo podporu během akutní fáze účinku látky. V současnosti tuto specializovanou péči již částečně nabízí některé programy, jejichž dostupnost i nabídka je ale limitovaná.

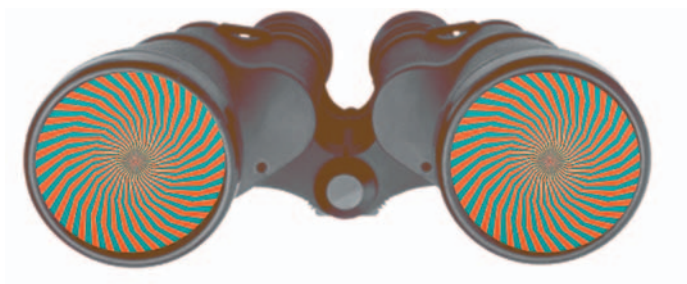
> Podpora využití terapeutického potenciálu psychedelik.

Psychedelika mají významný terapeutický potenciál,



a to včetně oblasti léčby závislostí, pokud jsou adekvátním způsobem indikována a aplikována (např. v psychotherapeutickém kontextu, s jinou psychosociální podporou). Tento potenciál je žádoucí promítnout do doporučených postupů v oblasti léčby závislostí, péče o duševní zdraví a osobnostního rozvoje a specializovaných služeb v oblasti psychedelické péče.





adiktologické služby pečovat, současně však doposud používaná terminologie i zaměření aktivit oblast psychedelik opomíjí, resp. nereflexuje jejich specifika.

- > **Podpora výzkumu psychedelik.** Výzkum by se měl zaměřit jak na analýzu užívání psychedelik a nabídku stávajících služeb, tak na využití psychedelik v péči o duševní zdraví, sebezvoji a v adiktologii. ✕

- > **Zavedení systematického vzdělávání odborníků v pomáhajících profesích i peer podpory a vznik metodik pro práci s uživateli psychedelik.** Možnosti vzdělávání v oblasti psychedelické péče v českém prostředí jsou v současnosti velmi limitované. Komplexní specializované akreditované vzdělávání v ČR neexistuje.

- > **Úprava legislativního rámce kontroly psychedelik.** Současná legislativa většinu psychedelik zařazuje mezi přísně kontrolované látky a jejich držení, přechovávání, šíření či výroba jsou přísně postihovány. Tato situace vede ke zvýšení rizik při užívání psychedelik z nelegálního trhu a ke kriminalizaci jejich uživatelů, a to včetně těch, kteří užívají psychedelika v kontextu sebezvoje nebo léčby.

- > **Adekvátní zahrnutí problematiky psychedelik do strategických dokumentů politiky v oblasti závislostí.** Psychedelika jako specifická skupina psychoaktivních látek sice nejsou explicitně vyloučena z typů látek, které jsou zahrnuty do politiky v oblasti závislostí a o jejichž uživatele by měly

Odkazy na organizace zabývající se v ČR tématem psychedelik

- > Beyond Psychedelics: www.beyondpsychedelics.cz
- > Česká psychedelická společnost: www.czeps.org
- > Diabasis: www.diabasis.cz
- > Nadační fond pro výzkum psychedelik (PSYRES): www.psyres.eu
- > Psychedelická klinika (PSYON): www.psyon.cz
- > Holos Centrum: www.holos.cz
- > Centrum spirituálního rozvoje Asaya: www.asaya.cz
- > Spolek Legalizace.cz: www.legalizace.cz



Tato zpráva vznikla v rámci projektu „Aplikace výzkumných metod při tvorbě návrhu systému služeb pro uživatele psychedelických látek“ (TJ02000156) (dále jen „Národní psychedelický výzkum“ / „NPV“) realizovaného Národním ústavem duševního zdraví a spolufinancovaného se státní podporou Technologické agentury České republiky; projektem číslo LO1611 za finanční podpory MŠMT v rámci programu NPU I. a podpořeného darem od firmy REDOX s.r.o.

Zdroje

- ANDERSEN, K. A., CARHART-HARRIS, R., NUTT, D. J. & ERRITZOE, D. 2021. Therapeutic Effects of Classic Serotonergic Psychedelics: A Systematic Review of Modernera Clinical Studies. *Acta Psychiatrica Scandinavica*, 143, 101–118.
- CALVEY, T. & HOWELLS, F. M. 2018. An Introduction to Psychedelic Neuroscience. *Progress in Brain Research*, 242, 1–23.
- CARHART-HARRIS, R. L., ROSEMAN, L., HAIJEN, E., ERRITZOE, D., WATTS, R., BRANCHI, I. & KAELEN, M. 2018. Psychedelics and the Essential Importance of Context. *Journal of Psychopharmacology*, 32, 725–731.
- DALGARNO, P. & SHEWAN, D. 2005. Reducing the Risks of Drug Use: The Case for Set and Setting. *Addiction Research & Theory*, 13, 259–265.
- FREEDMAN, D. X. 1969. The Psychopharmacology of Hallucinogenic Agents. *Annual Review of Medicine*, 20, 409–418.
- GALLIMORE, A. R. 2015. Restructuring Consciousness – the Psychedelic State in Light of Integrated Information Theory. *Frontiers in Human Neuroscience*, 9, 346.
- GRIFFITHS, R. R., JOHNSON, M. W., RICHARDS, W. A., RICHARDS, B. D., MCCANN, U. & JESSE, R. 2011. Psilocybin Occasioned Mystical-type Experiences: Immediate and Persisting Dose-related Effects. *Psychopharmacology*, 218, 649–665.
- GRINSPOON, L. & BAKALAR, J. B. 1979. *Psychedelic Drugs Reconsidered*, New York, Basic Books.
- GUERRA-DOCE, E. 2015. Psychoactive Substances in Prehistoric Times: Examining the Archaeological Evidence. *Time and Mind*, 8, 91–112.
- HARTOGSOHN, I. 2016. Set and Setting, Psychedelics and the Placebo Response: An Extra-pharmacological Perspective on Psychopharmacology. *Journal of Psychopharmacology*, 30, 1259–1267.
- CHOMYNOVÁ, P., KOČÁROVÁ, R., KŇAŽEK, F., PLEVKOVÁ, M., BLÁHOVÁ, B., VALEŠ, K. & MRAVČÍK, V. 2021. The Use of Psychedelics in the Czech Republic: Results of Recent Population Surveys. Under review.
- JIČÍNSKÁ, L. 2018. *Adiktologické programy v prostředí zábavy – současný stav, potřeby a bariéry dalšího rozvoje*. Diplomová práce, Univerzita Karlova v Praze.
- JOHNSON, M. W., RICHARDS, W. A. & GRIFFITHS, R. R. 2008. Human Hallucinogen Research: Guidelines for Safety. *Journal of Psychopharmacology*, 22, 603–620.
- KOČÁROVÁ, R. & PREISS, M. 2020. Psychedelika v péči o duševní zdraví. *Československá psychologie*, 64, 590–607.
- KREDIET, E., BOSTOEN, T., BREEKSEMA, J., VAN SCHAGEN, A., PASSIE, T. & VERMETTEN, E. 2020. Reviewing the Potential of Psychedelics for the Treatment of PTSD. *International Journal of Neuropsychopharmacology*, 23, 385–400.
- MRAVČÍK, V., CHOMYNOVÁ, P., GROHMANNOVÁ, K., JANÍKOVÁ, B., ČERNÍKOVÁ, T., ROUS, Z., CIBULKA, J., FIDESOVÁ, H. & VOPRAVIL, J. 2020. *Výroční zpráva o stavu ve věcech drog v České republice v roce 2019*, Praha, Úřad vlády České republiky.
- MRAVČÍK, V., CHOMYNOVÁ, P., GROHMANNOVÁ, K., JANÍKOVÁ, B., ČERNÍKOVÁ, T., ROUS, Z., TION LEŠTINOVÁ, Z., NECHANSKÁ, B., CIBULKA, J., FIDESOVÁ, H. & VOPRAVIL, J. 2019. *Výroční zpráva o stavu ve věcech drog v České republice v roce 2018*, Praha, Úřad vlády České republiky.
- 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.
- NICHOLS, D. E. 2016. Psychedelics. *Pharmacological Reviews*, 68, 264–355.
- NUTT, D. J., KING, L. A. & PHILLIPS, L. D. 2010. Drug Harms in the UK: A Multicriteria Decision Analysis. *The Lancet*, 376, 1558–1565.
- POSTRÁNECKÁ, Z., VEJMOLA, Č. & TYLŠ, F. 2019. Psychedelic Therapy in the Czech Republic: A Theoretical Concept or a Realistic Goal? *Journal of Psychedelic Studies*, 3, 19–31.
- SESSA, B. 2012. *The Psychedelic Renaissance: Reassessing the Role of Psychedelic Drugs in 21st Century Psychiatry and Society*, Muswell Hill Press.
- WINKLER, P., GORMAN, I. & KOČÁROVÁ, R. 2016. Use of LSD by Mental Health Professionals. In: PREEDY, V. R. (ed.) *Neuro-pathology of Drug Addictions and Substance Misuse*. London: Academic Press.
- ZUARDI, A. W. 2006. History of Cannabis as a Medicine: A Review. *Brazilian Journal of Psychiatry*, 28, 153–157.

Poděkování

Autoři by rádi poděkovali aplikačním garantům projektu: Společnosti Podané ruce, A.N.O. – Asociace nestátních organizací a Národnímu monitorovacímu středisku pro drogy a závislosti; Karlu Valešovi, Miroslavu Horákovi, Janě Michailidovi, Viktoru Mravčíkovi a dalším odborníkům za připomínky k projektu i této publikaci.

Doporučená citace

Kočárová, R., Kňážek, F., Bláhová, B., Plevková, M., Postránecká, Z., Klobušnicková, K. & Chomynová, P. (2021). Národní psychodelický výzkum 2019–2021. Zaostřeno 7 (2), 1–16.



Národní monitorovací
středisko pro drogy
a závislosti

OZNÁMENÍ / ODKAZY

Informace o drogové situaci a o situaci v oblasti hazardního hraní v ČR <https://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 <https://www.drogy-info.cz/publikace/>.
Případné objednávky tištěných publikací zasílejte na e-mail: drogyinfo@vlada.cz.

Mapa pomoci

<https://www.drogy-info.cz/mapa-pomoci/>.
– změny kontaktních údajů zasílejte na e-mail: drogyinfo@vlada.cz.

Kalendář akcí

<https://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: drogyinfo@vlada.cz.

Reedice projektu „Když musíš, tak musíš“

DVD s 6 dokumentárními filmy o drogách – objednávky zasílejte na e-mail: drogyinfo@vlada.cz.

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

<http://www.drogozesluzby.cz/>.

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

Portál dobré praxe EMCDDA:

https://www.emcdda.europa.eu/publications/edr/trends-developments/2021_en.

Evropská zpráva o drogách EMCDDA

<http://www.emcdda.europa.eu/edr2021>.

Národní stránky na podporu odvykání kouření

<https://www.koureni-zabiji.cz/>.

Národní stránky pro snížení rizik hazardního hraní

<https://www.hazardni-hrani.cz/>.

Národní stránky pro podporu omezení konzumace alkoholu:

<https://www.alkohol-skodi.cz/>.

Národní linka pro odvykání kouření 800 35 00 00.

Projekt „Systémová podpora rozvoje adiktologických služeb v rámci integrované protidrogové politiky“

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