



# Život ve svobodě!

11

[www.secretsofwellness.org](http://www.secretsofwellness.org)



CÍRKEV ADVENTISTŮ  
SEDMÉHO DNE

150  
LET

ZDRAVOTNÍ OSVĚTY

**Tajemství**  
zdravé  
kondice

health  
MINISTRIES  
INTER-EUROPEAN DIVISION - EUD

**A**merický národní ústav pro drogové závislosti definuje závislost jako „**onemocnění mozku, pro které je charakteristické nutkové vyhledávání a užívání drogy, a to navzdory jejím škodlivým účinkům.**“ Závislosti vedou k tělesným, emocionálním, společenským, pracovním, právním a rodinným problémům.

Mezi nejmarkantnější příklady závislostí patří v Evropě konzumace alkoholu. Spotřeba alkoholu má na společnost i na jedince velký vliv. Společnost s názvem Alcoholics Anonymous tvrdí: „Už první sklenka alkoholického nápoje tě opije.“ I tzv. společenské pití s sebou nese vážné důsledky. Úplná abstinence je jedinou pravou cestou ke svobodě.

Dalším zabijákem je tabák. Nikotin je jednou z nejvíce návykových látek. Mezi běžné důsledky, které vědci spojují s kouřením, patří rakovina plic, emfyzém a srdečně-cévní onemocnění.

Nejvíce propagovanou a konzumovanou psychoaktivní drogou na světě je kofein. Kofein dokáže navodit stavy úzkosti, problémy se spánkem, zvonění v uších, zmatení mysli i srdeční arytmie. Tím, že jej dospívající a mladí často konzumují v podobě energetických nápojů, zvyšují u sebe náchylnost k dalším závislostem.

Mezi vysoce návykové patří ilegální drogy, jako je marihuana, kokain, heroin, halucinogeny, inhalanční látky anebo opiáty. **Pro žádnou z těchto drog neexistuje bezpečná hladina užívání. Pokud trpíte nějakou závislostí, uvědomte si, že nebojujete sami.** Bez ohledu na to, čemu čelíte, Bůh má už pro vás připravenou únikovou cestu. Stačí jej požádat o pomoc! Jsou zde také služby poskytované řadou specializovaných pracovišť. Ve spojení odborné a Boží pomoci je vítězství na dosah!

**Dr. Adrian Horvath**  
Psychiatr

