

Univerzita Karlova v Praze

1. lékařská fakulta

Studijní program: Specializace ve zdravotnictví

Studijní obor: Adiktologie



Bc. Vendula Kunová

Vzorce užívání kratomu u pravidelných uživatelů: kvalitativní analýza

Patterns of kratom use among regular users: Qualitative analysis

Diplomová práce

Vedoucí závěrečné práce

Mgr. Jaroslav Vacek, Ph.D.

Praha, 2022

Prohlášení:

Prohlašuji, že jsem závěrečnou práci zpracoval/a samostatně a že jsem řádně uvedl/a a citoval/a všechny použité prameny a literaturu. Současně prohlašuji, že práce nebyla využita k získání jiného nebo stejného titulu

Souhlasím s trvalým uložením elektronické verze mé práce v databázi systému meziuniverzitního projektu Theses.cz za účelem soustavné kontroly podobnosti kvalifikačních prací.

V Praze, 15.7. 2022

Vendula Kunová

Podpis

Identifikační záznam:

KUNOVÁ, Vendula. Vzorce užívání kratomu u pravidelných uživatelů: kvalitativní analýza [Patterns of kratom use among regular users: Qualitative analysis]. Praha, 2022. 76 st., 3 příl. Diplomová práce (Mgr.). Univerzita Karlova v Praze, 1. lékařská fakulta, Klinika adiktologie. Vedoucí práce Vacek, Jaroslav.

Poděkování:

Děkuji Mgr. Jaroslavu Vackovi, Ph.D. za odbornou pomoc při vedení této práce. Také bych chtěla vyjádřit poděkování všem respondentům této práce za otevřenost a vstřícnost při rozhovorech. V neposlední řadě děkuji rodině a přátelům za podporu při psaní této práce.

ABSTRAKT:

Východiska: V České republice se kratom stává rozšířenou psychoaktivní látkou. Výzkumné reakce na užívání této látky však nejsou tak rychlé a není tedy mnoho odborných zdrojů popisující kratom, nebo studií, které se zabývají jeho užíváním a užíváním této látky.

Cíle: Primárním cílem je popsat kvalitativními výzkumnými metodami vzorce užívání kratomu u pravidelných uživatelů.

Soubor: Základním souborem pro tento výzkum jsou respondenti ve věku 15–34 let (tzv. mladí dospělí). Výzkumu se zúčastnilo 10 respondentů, z toho 5 žen a 5 mužů. Průměrný věk respondentů byl 27,2 let. Velká většina respondentů (N=9) byla pracujících. Poslední respondent (N=1) byl stále studentem.

Metody: Pro získání respondentů byla vybrána metoda sněhové koule neboli snowball sampling. S respondenty bylo následně realizováno polostrukturované interview. Data byla analyzována pomocí metody vytváření trsů a gestaltů.

Výsledky: Respondenti kratom užívají minimálně jednou týdně, ale jejich frekvenci a množství látky se liší. Ti, co kratom užívají pouze jednou denně, užívají 2,5 – 3 g. Ti, kteří ho užívají 2 – 4krát denně, konzumují dávku od 7,5 – 20 g. Látku uživatelé konzumují v podobě rozdrčeného prášku rozmíchaného ve vodě nebo ochuceném džusu. Většina respondentů užívá kratom sama doma, ostatní v práci, s kolegy nebo s kamarády. Očekávané účinky, kvůli kterým je kratom konzumován jsou hlavně zlepšení nálady, snížení únavy, fyzické a psychické uvolnění, zvýšení výkonu, větší soustředěnost v práci, komunikace, společenskost a snížení bolesti. Projev, který se nejčastěji vyskytoval po vysazení kratomu byla nespavost, únava a snížená nálada. Většina respondentů zažívala craving.

Závěr a doporučení: Práce shrnuje informace o kratomu, jeho užívání, dávkování, neurobiologii, rizicích a vzorců užívání u jeho uživatelů. Užívání kratomu v České republice je narůstající fenomén, který s sebou nese značná rizika. Jeho legální ukotvení není v ČR zcela jasné a je tedy vhodné se zaměřit nejen na další studium jeho účinků a rizik v obecné populaci, ale také na jeho možnou regulaci nebo kontrolu v oblasti složení této látky.

Klíčová slova: kratom – vzorce užívání – závislost – mitragyna speciosa – pravidelný uživatel – abstinenční syndrom – semistrukturované interview – závislost na kratomu

ABSTRAKT:

Background: Kratom is becoming a more famous psychoactive substance in the Czech Republic. However the research field is not as fast as its use so there are not enough-studies in Czech describing kratom or its use across its users.

Aim: The aim of this master thesis is to find out patterns of drug use in regular usage from age 15 to 34.

Sample: The sample for this study is respondents aged 15 – 34 (young adults). The sample consisted of 10 respondents, 5 were women and 5 were men. The average age of the respondents was 27.2 years. The great majority of respondents (N=9) are working and the last respondent (N=1) is still a student.

Methods: Target group is selected by the snowball sampling method. Data will be obtained through semi-structured interviews and screenings questionnaires. The method of pattern formula and tuft creation method will be used to analyze the collected data. We assume that the result of the work will be not only finding patterns of kratom use, a description of its addiction or possible withdrawal syndrome, but also the elaboration of professional text.

Results: Respondents use kratom at least once a week, but their frequency and amount of the substance vary. Those who use kratom only once a day use 2,5 – 3 g. Those who use it 2 – 4 times a day consume a dose of 7,5 – 20 g. Users consume the substance in the form of a crushed powder mixed in water or flavoured juice. Most respondents use kratom alone at home, others at work with colleagues or with friends. The expected effects for which kratom is consumed are mainly improvement of mood, reduction of tiredness, physical relaxation, increased enhance, better cognitive function and concentration at work, communication and reduction of pain. Insomnia, tiredness and low mood were the most common symptoms after kratom withdrawal. Most respondents experienced cravings.

Conclusion and recommendation: This study summarizes information about kratom, its use, dosage, neurobiology, risks and patterns of use among its users. The use of kratom in the Czech Republic is a growing phenomenon that carries significant risks. Its legal anchoring in the Czech Republic is not entirely clear, and it is therefore appropriate to focus not only on further study of its effects and risks in the general population, but also on its possible regulation or control in the area of the composition of this substance.

Key words: kratom – patterns of drug use – *mitragyna speciosa* – regular user – withdrawal syndrome – semi-structured interview – kratom addiction

Obsah

Obsah.....	8
Úvod.....	1
1 Teoretická část.....	2
1.1 Kratom.....	2
1.2 Druhy kratomu	5
1.3 Neurobiologické aspekty účinků kratomu	7
1.4 Toxikologie.....	9
1.5 Účinky.....	10
1.6 Dávkování.....	11
1.7 Způsob užívání.....	11
1.8 Vzorce užívání	13
1.8.1 Vzorce užívání kratomu v jihovýchodní Asii.....	14
1.8.2 USA a Evropa.....	15
1.8.3 Česko.....	16
1.9 Rizika užívání.....	18
1.10 Závislost.....	19
1.11 Legální status	20
1.11.1 Uvádění na trh	21
2 Výzkumná část.....	23
2.1 Cíle výzkumu	23
2.2 Výzkumné otázky.....	23
2.3 Výzkumný soubor	23
2.4 Metody výběru výzkumného souboru	25
2.5 Metody získávání dat	26
2.5.1 The Leeds Dependence Questionnaire.....	27
2.6 Metody analýzy dat	29
2.6.1 Systematizace a redukce dat.....	29
2.6.2 Metody analýzy dat.....	30
2.7 Etické aspekty a limity výzkumu.....	30
3 Výsledky.....	31
3.1 První zkušenost.....	31
3.1.1 První setkání s kratodem.....	31
3.1.2 První konzumace – dávka a způsob.....	32
3.1.3 První zkušenost – účinky.....	34
3.2 Vzorce užívání	35

3.2.1	Frekvence, dávka, způsob užívání a druh kratomu	35
3.2.2	Způsob užívání	37
3.2.3	Ritualizace	38
3.2.4	Nákup a finance	39
3.3	Set a setting	40
3.3.1	Set a důvody k užití.....	40
3.3.2	Setting	41
3.3.3	Účinky	42
3.4	Závislostní potenciál	43
3.4.1	Závislost.....	43
3.4.2	Vysazení	44
3.4.3	Craving	46
3.5	Legální status	47
3.5.1	Věková hranice.....	48
3.5.2	Informovanost	48
3.5.3	Laboratorní testy a certifikace.....	49
4	Shrnutí výsledků.....	51
5	Diskuse a závěr	54
6	Literatura	56
7	Přílohy.....	63

Úvod

Mitragyna speciosa je vždyzelený strom vyskytující se v subtropických a tropických oblastech jihovýchodní Asie a Indočíny. Tento strom se nazývá kratom, ale stejně tak jako kratom označují i jeho listy nebo prášek, do jehož podoby se listy většinou zpracovávají. Tento prášek je uživateli konzumován obvykle v podobě nápoje. Ten je znám pro stimulační a zároveň opioidní účinky. Důležitými alkaloidy, obsaženými v této rostlině, jsou jsou mitragynin, 7-hydroxymitragynin a další. Existují různé druhy kratomu, nejobvyklejšími jsou například kratom zelený, bílý a červený. Do západních zemí se dostává pravděpodobně v důsledku migrace obyvatel z jihovýchodní Asie (Prozialeck, 2021; Henningfield, 2018 in Vostřelová et al., 2021; Veltri & Grundmann, 2019). Od doby proniknutí kratomu na Západ je zneužívání kratomu na vzestupu. V jihovýchodní Asii se užívá zejména pro zvýšení pracovní produktivity nebo pro medicínské účely. I přes to, že je jeho historie užívání poměrně dlouhá, je stále zcela neprozkoumanou látkou jak v Česku, tak ve světě. Nedostatek informací o uživatelích a jejich vzorcích užívání se stal východiskem této diplomové práce.

Výzkumným souborem této práce jsou mladí dospělí (15 – 34 let) z obecné populace. Zpráva o nelegálních drogách v České republice (2021) uvádí, že míra užití nelegálních drog je přibližně 2 – 3krát vyšší u této skupiny a mezi muži. Odhaduje se, že poslední rok užilo drogu 17,4 milionu (16,9 %) mladých dospělých v Evropě. V České republice byla vyšší prevalence za poslední rok také u této věkové skupiny, proto předpokládám vyšší zkušenosti i s rostlinnými drogami (tj. kratom a jiné). Celoživotní prevalence užití těchto rostlinných drog (mimo konopí) je 6,1 % (N=927) u mladých dospělých (Zpráva o nelegálních drogách v České republice, 2021).

V teoretické části se věnuji popisu látky jak z obecného, tak z neurobiologického hlediska, účinkům, dávkování, způsobu užívání a vzorcům chování. V neposlední řadě se také věnuji rizikům, možné závislosti a legislativnímu zakotvení kratomu. V praktické části se soustředím primárně na vzorce užívání u pravidelných uživatelů kratomu (tzn. užívajících kratom alespoň jednou týdně), jejich první zkušenost, set a setting, zkušenosti s vysazením a názorům respondentů na legální ukotvení kratomu.

1 Teoretická část

1.1 Kratom

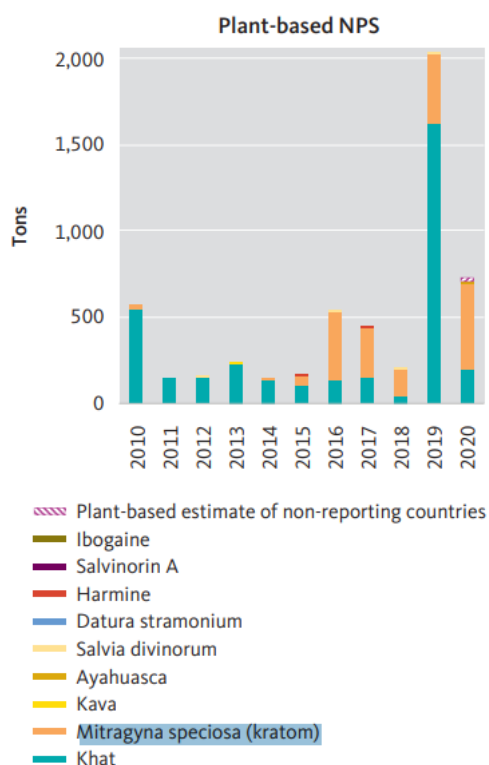
Mitragyna speciosa neboli kratom je vždyzelený strom patřící do čeledi mořenovitých rostlin, které se vyskytují v subtropických a tropických oblastech jihovýchodní Asie a Indočíny (Boffa et al., 2018). Některé zdroje uvádějí jako místo výskytu i tropickou Afriku (Suhaimi et al., 2016). V různých oblastech typických pro kratom se můžeme setkat s názvy jako Ketum, Biak-Biak, Kakuam, Kraton, Ithang nebo Thom (Suhaimi et al., 2016; UNODC, 2021). Evropské monitorovací centrum pro drogy a drogové závislosti (2015) uvádí, že název *Mitragyna*, který dal kratomu holandský botanik Korthals, je na základě podoby listů a květů rostliny s biskupskou mitrou. Jiné zdroje uvádí, že by mohl název pocházet z římského Mithraismus, vnímaného jako zdroj duchovní transcendence (Ruck, Hoffman & Celdrán, 2021).

Samotný kratom a jeho alkaloidy jsou klasifikovány jako atypické opioidy, protože jejich struktura je biologicky odlišná od klasických opioidů, jako např. morfinu (Garcia-Romeu et al., 2020). **Mitragynin** je nejvíce zastoupeným indolovým alkaloidem v listech rostliny, a to až ze 66 % ze všech obsažených alkaloidů (Garcia-Romeu et al., 2020). Poprvé byl izolován v roce 1921, v roce 1964 pak byla jeho chemická struktura ustálena (EMCDDA, 2015). Dalším významným alkaloidem, nalezeným v roce 1993, je **7-hydroxymitragynin**. Ten se v kratomu mezi ostatními alkaloidy vyskytuje v menším poměru, a to ve 2 % (Garcia et al., 2020). Další alkaloidy, které byly nalezeny v thajském kratomu ve významném množství, jsou paynanthein, speciogynin a další (Cinos, E. et al., 2015). Kolem roku 1988 si začali vědci všimnout jeho terapeutického potenciálu jako náhražky metadonu při léčbě opiátové závislosti (Jansen & Prast, 1988).

Kratom je znám pro své stimulační účinky a účinky podobné opioidům. Ve spoustě zemí to vyvolává obavy regulačních úřadů. V jihovýchodní Asii se kratom užívá zejména pro snížení únavy a zvýšení pracovní produktivity, dále pro medicínské účely. Také byl užíván při společensko-náboženských obřadech nebo k léčbě různých zdravotních obtíží. V Thajsku byl například využíván k léčbě závislosti na morfinu, v Malajsii jako substitute opia či jako záměna za opium, pokud bylo cenově nebo jinak nedostupné (Cinos, E. et al., 2015; Ahmad & Aziz, 2012). Kratom se dostává do Evropy a USA v 90. letech 20. století a stává se zde postupně populárnějším. Někteří autoři se domnívají, že rozšíření kratomu mohla pomoci migrace obyvatel jihovýchodní Asie právě do západních zemí v letech 1980 – 1990

(Prozialeck, 2021; Henningfield, 2018 in Vostřelová et al., 2021; Veltri & Grundmann, 2019). Ruck, Hoffman a Celdrán (2021) i UNODC (2021) ho řadí mezi rostlinné New Psychoactive Substances (NPS), mezi které patří také například *Salvia divinorum*, *Amanita muscaria*, „magic mushrooms“ a další převážně psychoaktivní rostliny. V letech 2016 až 2020 byl právě kratom druhou nejvíce zastoupenou látkou zachycených NPS. Následující graf zobrazuje množství zabavených NPS mezi lety 2010 – 2020 celosvětově. V roce 2020 se však množství zabavených rostlinných i syntetických NPS snižuje, a to z důvodu náročnosti sledování tohoto trendu. (UNODC, 2021).

Obrázek 1: Množství zabavených NPS mezi lety 2010 – 2020 celosvětově



Zdroj: UNODC, 2021

Některé zdroje uvádí, že se kratom užíval také pro snížení užívání dávek u opiátových a amfetaminových uživatelů v Thajsku. (Smith et al., 2022). Zatímco v asijských zemích se kratom užíval už dříve, Smithová a kolektiv datují užívání kratomu mimo Asii minimálně od roku 2004 (Smith et al., 2022). Kruegel a kolektiv (2019) uvádí, že zvýšená konzumace této látky v posledních letech zvyšuje obavy ohledně jejího užívání a představuje kratom jako nekontrolovanou látku s potenciální náchylností ke zneužití s potřebou pečlivějšího studia jeho farmakologické aktivity. V letech 2009 – 2010 reportovalo zachycení kratomu cca 28 zemí, kdežto v letech 2019– 2020 se počet zemí zvedl na 37. Stále se však pašování

rostlinných NPS nerozšiřuje z geografického hlediska tak rychle, jako pašování syntetických NPS. Užívání NPS se v době pandemie COVID-19 dle online studie rapidně nezměnilo (UNODC, 2021).

Obrázek 2: Výskyt kratomu v jihovýchodní Asii



Zdroj: *The Unwinder*, 2020

1.2 Druhy kratomu

Farmakologie a potence kratomu souvisí s obsahem alkaloidů, které jsou závislé na geografickém umístění, fázi zralosti a ekotypu (Boffa et al., 2018). Také je ovlivněna postupy při sklizni nebo při posklizňové manipulaci (Smith et al., 2022).

Můžeme se setkávat s druhy jako je **Malay**, vnímaný jako stimulační, s dlouhotrvajícím účinkem a pomáhající redukovat tenzi bez následné ospalosti nebo únavy. Může být často kombinován při užití s jinými druhy kratomu. Existují druhy jako Red Malay nebo Green Malay. Tento druh kratomu pochází z Malajsie (Boffa et al., 2018). Boffa et al. v roce 2018 zkoumali alkaloidy obsažené v této odrůdě a ukázalo se, že Green Malay obsahoval největší procentuální zastoupení (94,9 %) alkaloidů v extraktu.

Dalším druhem je **Sumatra** – jak už název napovídá, je pojmenován podle ostrova v Indonésii. Můžeme se setkat s odrůdami jako Red Sumatra a White Sumatra.

Druh **Maeng Da**, původem z Thajska, se podle některých zdrojů považuje za nejsilnější. Vyskytuje se ve všech barvách. Mezi méně známé druhy nebo jeho odrůdy tohoto kratomu patří Elephant, Entikong, Ketapang, Bentauangie (Shamind, 2022).

Další druhy kratomu jsou známé jako **Bali** a **Indo** (oba z Indonésie), **Borneo** a **Thai**, který se popisuje relaxačními a stimulačními účinky.

Kratom může být rozlišován i dle typu a barvy žilnatiny na listu. Žilnatina se může lišit na základě zeměpisného původu, stejně tak jako obsah alkaloidů obsažených v kratomu (Boffa et al., 2018). Momentálně nejběžněji vyskytující se barvy kratomu jsou bílá, zelená, červená a žlutá/zlatá. Také se ale můžeme setkat s hnědou.

Bílý kratom

Pokud je žilnatina na kratomu bílá, jedná se o tzv. bílý kratom. Jeho uživatelům by měl dodávat energii a působit euforicky. To je zapříčiněno menší koncentrací 7-hydroxymitragyninu (Desalles, 2021). Dále jeho uživatelé popisují zvýšenou soustředěnost a vytrvalost. Malé až střední dávky jsou stimulační. Vysoké dávky jsou stimulační pouze chvíli a poté přichází opiátový efekt, u citlivých jedinců mohou způsobovat apatii.

Zelený kratom

Svémi účinky se zelený kratom nachází mezi bílým a červeným kratomem. Jeho účinky se liší podle místa sklizně a mohou být více stimulační než ostatní druhy kratomu nebo ve větších dávkách silně tlumící.

Červený kratom

Červenému kratomu jsou připisovány uklidňující, uvolňující účinky a analgetické účinky. Obsahuje větší množství 7-hydroxymitragyninu (Desalles, 2021). Někteří uživatelé ho užívají

i pro zlepšení spánku nebo pro zmírnění bolesti či svalového napětí.

Žlutý/zlatý kratom

Existuje spousta teorií, jak vznikla odrůda tohoto kratomu, a to od pozdního sběru listů ze stromu přes smíchání všech barev kratomu až po tu nejpopulárnější, popisující složité specifické sušení této odrůdy (Huewe, 2020).

1.3 Neurobiologické aspekty účinků kratomu

Mitragynin působí jako agonista opioidního receptoru s vysokou afinitou k μ – *opioidnímu* receptoru. Shamima et al. (2012) potvrdili působení mitragyninu prostřednictvím opioidních receptorů stejně jako u nalaxonu, neselektivního antagonisty opioidních receptorů, který zcela zvrátil antinociceptivní účinky mitragyninu. Tato studie také ukázala, že mitragynin působí parciálně také na κ opioidní receptory (Shamima et al., 2012 in Suhaimi, 2016). Další studie poukazuje na nejvyšší afinitu mitragyninu na κ -opioidní receptory, také na dříve již zmíněné μ -opioidní receptory a δ -opioidní receptory. Tyto rozdíly v afinitách jsou podle Hidayata et al. (2010) zapříčiněny rozdíly mezi polárními strukturami mitragyninu se sadou peptidů a karboxylů transmembrány a smyčkami odlišujícími všechny tyto receptory (Hidayat et al., 2010). Matsumoto et al. (2005) se domnívají, že mitragynin inhibuje kontrakce vasu deferens, kvůli jeho schopnosti blokovat neuronové kanály Ca^{2+} . Autoři věří, že blokování těchto kanálů může být hlavním mechanismem pro fyziologické účinky mitragyninu (Matsumoto et al., 2005 b). Mitragynin také inhibuje forskolinem stimulovaný cAMP (cyklický adenosinmonofosfát) in vitro, který může být blokován opioidním antagonistou, naloxonem. Opakovaná expozice mitragyninu a morfinu způsobila snížení exprese cAMP a CREB proteinové úrovně. Většina studií se věnovala právě působení mitragyninu na opioidní receptory, a tak postrádáme více informací o zapojení mitragyninu na ostatní receptory, například na ty, které způsobují psychostimulační efekt (Suhaimi, 2016).

Farah Idayu et al. (2011) popisují jeho antidepresivní účinky snížením hladin kortikosteronu u myší, které mohou být způsobeny ovlivněním hladin monoaminových neurotransmiterů včetně serotoninu, noradrenalinu a dopaminu skrze neuroendokrinní systém osy hypotalamus – hypofýza – nadledviny.

Kratom obsahuje přes 40 známých alkaloidů, z nichž jsou nejvíce známy mitragynin, 7-hydroxymitragyn, corynoxin a speciociliatin, kteří působí na μ -opioidní receptory. Další alkaloidy, které byly nalezeny v thajském kratomu ve větším množství jsou paynanthein, speciogynin a další (Cinos, E. et al., 2015). Dva nejvíce diskutované a studované, mitragynin a 7-hydroxymitragynin, zdánlivě působí jako parciální agonisté těchto receptorů a je u nich pozorována i neopioidní aktivita. Tyto dva alkaloidy v závislosti na dávce vyvolávají řadu akutních a chronických účinků, a to jak nepříznivých, tak potenciálně terapeutických (Smith et al., 2022).

Některé studie poukazují na opioidní i analgetickou aktivitu mitragyninu na zvířecích modelech, která je v souladu s aktivitou této látky u lidí. Další studie poukazují na roli mitragyninu a dalších sloučenin jako na atypického agonistu, vyvolávající terapeutické účinky jako je analgezie, ale zároveň omezující negativní vedlejší účinky typické pro klasické opioidy, např. respirační deprese (Kruegel et al., 2019).

Autor také uvádí, že se mitragynin in vitro u myši i lidských jaterních preparátech mění na účinnější 7-hydroxymitragynin pomocí cytochromu P4503A. Koncentrace 7-hydroxymitragyninu vysvětlují většinu analgetické aktivity zprostředkované opioidními receptory. Vysoké hladiny mitragyninu v mozku myši současně naznačují, že přímo neaktivuje opioidní receptory (Kruegel et al., 2019).

Poločas rozpadu mitragyninu

Mitragynin se metabolizuje na 7-hydroxymitragynin, 5-desmethylmitragynin a 17-desmethylhydromitragynin v lidské moči (Le et al., 2012). Co se týče stability, studie ukazují, že mitragynin byl nestabilní v simulované žaludeční šťávě s 26 % degradací, ale stabilní v simulované střevní tekutině. Co se týče 7-hydroxymitragyninu, degradoval až z 27 % v simulované žaludeční tekutině, zatímco pouze z 6 % v simulované střevní tekutině. Bylo zjištěno, že mitragynin je stabilní v lidských jaterních mikrosomech. Poločas rozpadu v játrech je u 7-hydroxymitragyninu a mitraphyllinu 24 a 50 minut (Manda et al., 2014).

1.4 Toxikologie

Zvířecí studie mitragyninu a jeho analogů ukázaly poměrně malou míru jejich toxicity. Azizi et al. (2010) popisují, že orální dávka extraktu mitragyninu je 200 mg/kg u krys. To samé potvrzuje ve své studii Janchawee et al (2007). Dávky 100, 500 a 1000 mg/kg podávané po dobu 14 dnů u myši nezpůsobily změny v příjmu potravy, vody nebo hmotnosti orgánů, avšak po jednom užití se zvýšil krevní tlak a hladiny některých enzymů a bílkovin. Pouze nejvyšší dávka (1000 mg/kg) způsobila akutní těžkou hepatotoxicitu a mírnou nefrotoxicitu. Sabetghadam et al. (2013 a) u myši uvádí jako nejvyšší LD50 477 mg/kg pro mitragynin a 691 mg/kg pro jeho extrakt (Sabetghadam et al. 2013 a in Suhaimi, 2016). Dosud nejsou zaznamenána úmrtí způsobená samotným kratomem. Úmrtí v souvislosti s užitím kratomu jsou většinou způsobena syntetickými příměsmi, kterými byl kratom kontaminován. V některých případech byl po úmrtí v krvi nalezen O-esmethyltramadol nebo agonisté μ -opioidních receptorů.

U některých uživatelů byly po užití kratomu bez kombinace jinými látkami reportovány nežádoucí účinky. U jednoho uživatele se objevila horečka, pěna u pusy, záchvatové pohyby, aspirace a hypotenze. Další případ reportuje záchvat a následné kóma. Po užívání kratomového prášku po dobu dvou týdnů byla zaznamenána jaterní cholestáza, přičemž dva týdny po vysazení byly metabolity mitragyninu stále přítomny v moči. Mitragynin může být potenciálně toxický v závislosti na dávce, délce trvání nebo interakci s jinými látkami (Suhaimi et al., 2016).

1.5 Účinky

Účinky kratomu velmi závisí na jeho kvalitě a dávkování. V nízkých dávkách jsou účinky stimulační, zatímco ve vysokých dávkách bývají opioidně-analgetické. Některé studie uvádějí, že v nízkých dávkách (1 – 5 g) má lehké stimulační účinky, opioidní ve středních až vysokých dávkách (5 – 15 g) a sedativní účinky ve vysokých dávkách (> 15 g) (Babu, McCurdy & Boyer, 2008; Takayama et al., 1998).

Dle Vicknasingama et al. (2010), který se dotazoval na krátkodobé a dlouhodobé subjektivní účinky kratomu u obyvatel Malajsie, jsou jako jeho krátkodobé účinky uváděny například zvýšení pracovní schopnosti, zvýšení energie, ale také sexuálního libida. Dlouhodobé užívání mělo za následek snížení hmotnosti, zácpu nebo dehydrataci s nadměrnou žízní. Tyto dopady však mohou být podle autora způsobené i kombinací kratomu s jinými látkami (Vicknasingama et al., 2010). Ahmad & Aziz (2012) ve své studii u uživatelů z Malajsie (N= 3647) uvádějí účinky jako zvýšení energie a soustředěnosti, pocity euforie, relaxace a spokojenosti. Dalšími hojně zastoupenými účinky bylo zvýšení sexuální výkonnosti nebo horko a pocení. Zajímavé bylo zvýšení pigmentace v okolí obličeje u více než 10 % respondentů. Všechny účinky trvaly přibližně 1 – 6 hodin (Ahmad & Aziz, 2012).

Jiní autoři (Sharma et al., 2019) připisují kratomu účinky jako je tlumení akutní bolesti svalů, hlavy nebo k léčbě chronických nemocí díky vazbě aktivních látek na opiátové receptory. Kratom obsahuje mimo jiné alkaloidy, které mají imunostimulační efekt, a to například mitraphyllin, isomitraphyllin, isorgynochophyllin, isopterin. Kratom má také nootropické účinky, které mohou souviset se zvýšenou soustředěností (Česlík, 2020).

V nižších dávkách kratom přináší stimulační účinky. Uživatel může cítit euforii, empatii a zvýšené sexuální libido nebo zvýšenou pracovitost, soustředěnost a společenskost. Jak už bylo zmíněno, je také využíván pro své analgetické účinky. Při vyšších dávkách však působí sedativně. V případě vysokých dávek, uživatelé mohou za i tzv. „bdělé snění“. Co se týče akutních negativních účinků, při užívání vyšších dávek se může vyskytnout nevolnost, závratě nebo zvracení či zvýšená teplota. Uživatelé se často setkávají i se svěděním po celém těle.

1.6 Dávkování

Účinky kratomu jsou závislé na jeho dávkování. To závisí i na potenci a čerstvosti (doba od utržení listů) kratomu. Jak už víme, typické užívání v západních zemích bývá orálně, kde je dávka sušených listů nebo prášku většinou uváděna v gramech.

Někteří z prodejců dříve používali označení pro třídu kratomu jako „Organic Commercial Grade“ s nejmenší účinnou dávkou 5 – 30 gramů, „Premium“ nebo „Instant Premium“ s dávkou 2 – 15 gramů, „Super“ s dávkou 2 – 8 gramů a „Super Enhanced“ s dávkou 1 – 5 gramů. Od roku 2014 jsou na trhu používány stupně kratomu „Enhanced“, „Super“ a „Premium“. Spousta prodejců však tato označení nepoužívá, a tak není účinnost látky nijak standardizována, přičemž se ukazuje, že se v posledních letech zvyšuje (Erowid, 2018).

První účinky můžeme začít pozorovat během 5 – 15 minut a délka trvání účinků bývá kolem 2 – 5 hodin (Erowid, 2018). Jiné zdroje uvádějí dobu trvání účinků 1 – 6 hodin (Ahmad & Aziz, 2012) nebo okolo 1 – 1,5 hodiny (Cinos, E. et al., 2015).

Tabulka 1 Dávkování kratomu (Erowid, 2018)

Orální dávka (sušené listy)	
Prahová dávka	1 – 2 gramy
Nízká	2 – 4 gramy
Běžná	3 – 5 gramů
Silná	4 – 8 gramů

Při 10 – 25 g usušených listů kratomu se uživatelé mohou setkat s nevolností a závratěmi, určitým neklidem či zvracením a pocením (EMCCDA, 2015). Také jsou přítomny zúžené zornice. Tyto účinky mohou být typické pro nezkušené uživatele, kteří neodhadnou dávkování (Erowid, 2018). Při orální dávce 50 mg mitragyninu byly zaznamenány závratě, ztráta koordinace a třes končetin i obličeje (EMCCDA, 2015).

1.7 Způsob užívání

Čerstvě nasekané nebo usušené listy stromu jsou žvýkány nebo je z nich vyráběn čaj. Čerstvé listy mohou být žvýkány společně s betelovým ořechem. Dále se z listů odstraňuje žilnatina a může být k nim přidána sůl, aby se předešlo případné zácpě (EMCCDA, 2015; Hassan et al., 2013). Usušené se dají také kouřit (Ahmad & Aziz, 2012). Usušené listy mohou být semleté na prášek, ze kterého se po smíchání s tekutinou stane kratomový čaj. Do čaje může být přidáván citrón nebo citrónový džus pro snadnější uvolnění požadovaných alkaloidů z

rostliny. Uživatelé kratomu ho mohou také míchat s jinými džusy, horkou vodou, medem nebo cukrem, aby předešli jeho hořké chuti. Jinou přípravou drcených listů je jejich vaření až do konečné podoby sirupu. Ten může být smíchán s listy palmy a z této směsi je možné vyrobit tabletky, v Malajsii známé jako „madatin“. Ty se kouří v dlouhých bambusových dýmkách (Hassan et al., 2013).

V posledních letech se v jižním Thajsku a severní Malajsii stává oblíbený nápoj zvaný „4 x 100“, a to jako legální alternativa nápoji podobnému alkoholu u mladých muslimů. Tento nápoj jako základ obsahuje listy kratomu, kofein a kodein nebo podobné látky obsažené v sirupech proti kašli. Dále jsou do něho přidávány různá anxiolytika, antidepresiva nebo analgetika (Tanguay, 2011). Jak uvádějí někteří autoři, látky v tomto nápoji mohou mít při konzumaci nežádoucí interakce (Tungtanuwat a Lawanprasert, 2018).

Některé z výše zmíněných způsobů užívání jsou typičtější pro právě jihovýchodní Asii. V Česku se setkáváme většinou s rozdrčenými listy na prášek, ze kterých se dělá výše popsaný kratomový čaj. Prášek můžeme koupit i předpřipravený v kapslích pro příjemnější konzumaci (Vostřelová et al., 2021). Americký deník The Herald uvádí, že v kapslích kratomu bývá většinou kolem 0,5 g látky (The Herald, 2021). Čajová lžička zase odpovídá 1,5 – 2 gramům a 1 ml usušených listů 0,3 – 0,4 gramům (Erowid, 2018).

1.8 Vzorce užívání

Motivace k užívání psychoaktivních látek se u každého jedince mohou měnit. Autoři Newcombe & Woods (1999) je shrnují do čtyř skupin, a to:

- snaha o zesílení pozitivních pocitů a emocí,
- zvládání negativních emocionálních stavů a snaha uniknout z obtížné a stresující situace,
- sociální konformita a snaha zapadnout do referenční skupiny,
- závislost a neodolatelné nutkání užít látku.

V rámci těchto skupin můžeme hovořit například o potřebě eliminovat psychickou nepohodu, vnitřní tenzi nebo jako samoléčbu fyzických nebo psychických potíží (Newcombe & Woods, 1999).

Termínem vzorce užívání myslíme rituální, sociální, psychologickou a technickou stránku aplikace psychoaktivní látky. Všechny tyto roviny jsou zásadní pro pochopení souvislostí užívání dané látky (Gabrhelík et al., 2008). Americká studie tvrdí, že ve více než v polovině případů je kratom každodenně a orálně užíván v dávkách 1 – 3 gramy. Jeho uživatelé ho užívají kvůli zmírnění bolesti, úzkosti a depresi. Asi 2 % dotazovaných splňovala kritéria pro střední až závažnou závislost (Garcia-Romeu et al., 2020).

Pravidelný uživatel

Pro potřeby této práce definuji dle Kaliny (2015) pravidelného uživatele jako užívajícího psychoaktivní látky minimálně jednou týdně. Pravidelné užívání může mít určitý škodlivý účinek. Míra škodlivosti závisí i na užívané látce. Dle MKN-10 můžeme hovořit o tzv. „škodlivém užívání“. Pravidelné užívání kratomu může být rizikové a podobně jako u opiátu vést k vytvoření tolerance a fyzické závislosti, kdy při vysazení může dojít k relapsu či recidivě (Vávrová et al., 2020).

1.8.1 Vzorce užívání kratomu v jihovýchodní Asii

První vědecké záznamy o užití kratomu v Malajsii jako substituce pro opium se datují k roku 1836. Kratom se tradičně užíval jako obklad na rány, na horečky, případně pro zmírnění abstinčních příznaků opia a později heroinu. Obyvatelé Malajsie a Thajska kratom užívají pro jeho stimulační účinek primárně pro zvýšení pracovní efektivity, vytrvalosti či z jiných důvodů. Pozdější medicína pracuje s čerstvými či usušenými listy v teplém či studeném nápoji. V tomto případě jsou jeho účinky popisovány jako analgetické, relaxující či dokonce anti-diabetické (Hassan et al., 2013). Kratom se považuje za nejvíce užívanou nelegální látku v Thajsku. Podle dosavadních záznamů to platí také v Malajsii, kde byl kratom třetí primární drogou v léčbě drogových závislostí v roce 2019 a čtvrtou v roce 2020. Počet léčených uživatelů se však od roku 2017 snižuje, což podle některých může značit, že je užívání kratomu v těchto oblastech na ústupu (UNODC, 2021). Jansen & Prast jeho vysokou prevalenci odůvodňují dlouhou historií užívání, a to jak z medicínského, tak z rekreačního hlediska, také jeho snadnou dostupností a vnímání kratomu jako bezpečné látky (Jansen & Prast, 1998). Navzdory jeho medicínskému užití je popsána i závislost na kratomu. Ta se podle některých autorů signifikantně liší od opioidové závislosti tím, že kratom není spojen s takovým stigmatem ve venkovských komunitách, kde je běžné, že ho muži užívají proto, aby obstarali své rodiny. Užívání u žen je v těchto komunitách však méně tolerované (Suwanlert S., 1975). Ze dvou dotazníkových výzkumů v těchto dvou oblastech vyplývá, že dlouhodobí uživatelé kratomu byli ženatí, kolem 30 let, s nízkým vzděláním. Většina uživatelů měla v anamnéze předchozí užívání psychoaktivních látek a kratom užívala pro snížení abstinčních příznaků z opioidů a stimulancií. U těchto uživatelů se také rozvíjela závislost. Ti, kteří měli nižší stupeň vzdělání byli úspěšnější v abstinenci než ti, kteří měli stupeň vzdělání vyšší. Jako jedno z možných vysvětlení tohoto jevu autoři uvádějí, že vysoce vzdělaní lidé, kteří dříve užívali opioidy na předpis, ho užívají jako sebemedikaci proti bolesti nebo ke snížení abstinčních příznaků na těchto nebo jiných látkách. Případná abstinence může také korelovat s příjmem uživatelů, protože pravidelné užívání kratomu je pro obyvatele finančně náročné (Veltri & Grundmann, 2019). Podle několika studií provedených v Malajsii, užívání kratomu nenarušuje sociální fungování. Většina jeho dlouhodobých uživatelů jsou zaměstnaní, v manželství, mající rodinu a zřídka se zdravotními problémy. Podle autorů se stávají stávají uživatelé kratomu kontrastem oproti uživatelům jiných látek jako je alkohol, opioidy nebo amfetaminy, kteří nejsou společností tolik přijímáni (Saingam et al., 2013). V několika dalších studiích u dlouhodobých uživatelů, respondenti uvedli, že kratom působí jako afrodiziakum. Tento účinek se liší od klasických

opiodů, pro které je typičtější spíše snížená sexuální aktivita i libido (Vicknasingam et al., 2010 & Ahmad & Kaziz, 2021).

1.8.2 USA a Evropa

Na rozdíl od Asie, užívání kratomu v západních zemích je poměrně nová záležitost. Předpokládá se, že se kratom do USA dostal v letech 1980 – 1990, kdy byl přivezen imigranty z jihovýchodní Asie. V posledních letech se v západních zemích jeho užívání zvyšuje. Kratom bývá prodáván na internetu nebo s v obchodech s bylinkami, trafikách nebo dalších obchodech, kde je primárně prodáván na léčbu různých nemocí, a to bolesti, duševních problémů nebo jako lék či substituce opioidové závislosti a jejích abstinčních příznaků. Je známý jako „legal high“ nebo „natural high“ nebo je také propagován jako „herbal speedball“. Světová zpráva o drogách (2022) ho řadí mezi NPS (New Psychoactive Substances). EMCDDA (2015) provedlo dotazníkové šetření 27 evropských online obchodů s kratomem v roce 2008. Tyto obchody kratom nejčastěji nabízejí jako „legal highs“ spolu s Šalvějí divotvornou, Hawajskou růží, Spicem a dalšími (EMCDDA, 2015). Jsou však potřeba další studie k porozumění dopadu kratomu a jeho užívání na Západě.

V USA se kratom užívá primárně jako nápoj, ale v posledních letech začíná být populární také konzumace prášku zamíchaného v jídle nebo jiných nápojích nebo konzumace prášku v kapslích. Uživatelé kratomu uvařeného podobně jako čaj nebo káva dají celé listy nebo prášek do vařící vody, nebo se může extrahovat za studena. K vylepšení extrakce se mohou použít kyseliny. Chuť výsledného nápoje bývá většinou nahořklá, a tak si nápoj uživatelé ochucují cukrem, medem nebo jinými sladidly (Veltri & Grundmann, 2019).

Kratom se užívá pouze orálně, a tak nastává prostor pro diskuzi ohledně jeho klasifikace. Existuje minimum reportů ohledně injekční aplikace nebo jiných cest užívání, které by mohly být rizikovější pro samotné užívání a možnou závislost.

Grundmann (2017) popsal vzorce užívání v západních zemích. V online anonymním dotazníku distribuovaném v USA se snažil odpovědět na tyto tři otázky, a to 1) Kdo kratom užívá a za jakým účelem? 2) Jaké jsou pozitivní a negativní účinky užívání kratomu, pokud se bere v úvahu dávka a frekvence užívání? 3) Má kratom závislostní potenciál a vyvolává abstinční příznaky? Z výsledků vyplývá, že uživatelé se pohybují mezi 31 – 50 lety, nejsou Hispánci, jsou v manželství nebo v partnerském vztahu, zaměstnaní, s průměrným nebo vyšším platem, s vysokoškolským vzděláním, pojištěním a kratom užívají více než rok, ale méně než pět let. Primárně uživatelé uvedli pozitivní účinky ulevění od akutní nebo

chronické bolesti a také udržení či zlepšení emocionální a mentální kondice. Dále reportovali zvýšenou energii, snížení bolesti, zvýšené soustředění, méně depresivní náladu a snížení úzkosti, snížení nebo vysazení opiatových léků, snížení symptomů PTSD a zvýšení nálady. Nejvíce uváděné negativní účinky zahrnovaly nevolnost, zácpu, závratě a ospalost. Je důležité podotknout, že účinky závisely na užití dávce. Ti, jejichž dávka byla do 5 g, měli menší sklony k negativním účinkům než ti, kteří užívali 8 g a více. Méně než polovina respondentů zažila abstinenci syndrom 12 – 48 hodin po vysazení kratomu. Na stupnici Likertovy škály od 1 do 5 jej hodnotili 2 nebo 3 s tím, že 1 označuje těžký syndrom a 5 nejlehčí. Podle autora tato studie tedy ukazuje, že užívání kratomu v dávkách nejvýše 5 g maximálně 3krát denně může mít příznivé účinky.

1.8.3 Česko

Kratom se v Česku kvůli nemožnosti konzumace čerstvých listů konzumuje v podobě rozdrcených listů na prášek. Co se týče vzhledu, mívá veškeré odstíny barvy zelené, hnědé až světle hnědé. Prášek je možné konzumovat samotný nebo v předem připravených kapslích. Tento způsob konzumace může být pro hořkou chuť kratomu pro uživatele příjemnější. Můžeme se také setkat s extraktem z listů (EXTC, 2019).

Následující studie sestává ze dvou na sobě nezávisle provedených online dotazníkových průřezových studií se základním vzorkem studentů vysokých škol. Hlavními cíli těchto dvou studií bylo zmapovat míru a vzorce užívání kratomu v populaci vysokoškolských studentů a jejich informovanosti o kratomu. V této studii bylo celkem 197 studentů, z toho 129 žen (65,6 %) a 68 mužů (34,5 %). Převažovali studenti zdravotnického zaměření a technických oborů. Celoživotní prevalence užívání kratomu dosáhla 21,8 %. Za posledních rok kratom užilo 18,3 % respondentů a za poslední měsíc 11,2 %. Celoživotní prevalence u mužů byla 30,9 %, u žen 17,1 %. Největší zastoupení prevalence užití kratomu bylo u studentů uměleckých oborů, kde se celoživotní prevalence objevila u 57,1 %. V posledním roce kratom užilo 50 % studentů uměleckých oborů. Jako další byli zastoupeni studenti přírodovědného nebo technického zaměření. Naopak nižší četnost užívání uvedli studenti ekonomických, společenských a zdravotnických oborů. Věk prvního užití této látky byl 18 až 23 let. Co se týče frekvence užívání, nejvíce byla zastoupena možnost „příležitostně (méně než 1 týdně)“ a „experimentálně (jednorázová zkušenost)“.

Studie týkající se informovanosti o kratomu se zúčastnilo 70 studentů, z toho 50 žen (71,4 %) a 20 mužů (28,5 %). Největší zastoupení měla skupina studentů ve věku 18 – 25 let. O kratomu slyšelo 52,9 % a užilo ho 31,4 % studentů. S žádoucími účinky bylo obeznámeno

celkem

48,5 % respondentů a s nežádoucími účinky 44,3 %. Povědomost o možném riziku závislosti na kratomu uvedlo 10 % respondentů.

Dostupnost v Česku

Podle Zaostřeno se může kratom také objevovat jako přídavek v kombinaci se syntetickými opioidy. Tento fenomén nových syntetických opiodů je na vzestupu, a to hlavně kvůli jejich snadné dostupnosti na internetu, nemožnosti jejich prokázání pomocí standardních drogových testů, ale také v legislativním ukotvení (Zaostřeno, 2020).

V současné době se s prodejem kratomu v západních zemích setkáváme na internetu či v kamenných obchodech (Boyer et al., 2008). Nově se s ním můžeme potkat v automatech na ulici, které s kratomem společně nabízí i CBD (Balvín, 2021). Bývá nabízen jako sběratelský předmět nebo předmět pro výzkumné, studijní či vědecké účely (Kratina, 2017; Státní zemědělská a potravinářská inspekce, 2021). EMCDDA ho řadí do tzv. „legal highs“. V roce 2011 byla monitorována dostupnost těchto látek a nabídka kratomu a šalvěže, jakožto látek rostlinného původu, byla nejčastější (EMCDDA, 2011b).

Vostřelová et al., 2020 o něm hovoří jako o legální látce, která není kontrolovaná jako omamná a psychotropní látka, tudíž jeho užívání a distribuce nejsou trestné. Stejně tak není v současnosti schválen jako potrava nebo doplněk stravy, a tak se vymyká kontrole i jako látka určená ke konzumaci a neexistuje žádný zákonný rámec pro jeho uvádění na trh či kontrolu kvality (Vostřelová, et al 2021).

1.9 Rizika užívání

Rostoucí trend užívání kratomu na západě koresponduje s nárůstem zpráv o kratomu a zpráv o jeho spojení s úmrtím z předávkování. Za účelem shrnutí klinických účinků kratomu byla prováděna od roku 2002 do listopadu 2016 retrospektivní analýza. Tato studie hodnotila 12 případů užití kratomu, hlášených ze zdravotnických zařízení, a popisovala všechny klinické účinky. Mezi ně patřilo změněný stav vědomí, agitace, deprese centrálního nervového systému, záchvaty a tachykardie. Rozsáhlejší studie reportovaných dat do Poison Control Centers využila dat z National Poison Data System databáze z let 2011 až 2017 a identifikovala 1 174 kratomových případů, z nichž 1 020 měli jeden nebo více účinků. Nejvíce byly reportované účinky, a to agitovanost, podrážděnost, tachykardie, nevolnost, ospalost, zvracení, zmatení a hypertenze. Mezi vážnější účinky se řadily záchvaty, respirační deprese, koma, nízká hladina bilirubinu, bradykardie, selhání ledvin, zástava dechu a srdce a cyanóza. Polovina těchto případů byla léčena infuzemi, benzodiazepiny, kyslíkem, nalaxonem nebo tracheální intubací (Post et al., 2019). Vzácně se může objevit i hepatotoxicita spojená s chronickou nebo vysokou konzumací produktu. Při vysokých dávkách mitragyninu (100 mg/kg) nebo metanolového extraktu kratomu (1000 mg/kg) u potkanů se prokázalo poškození orgánů, a to zejména ledvin, jater a jejich buněk. Dávky však překračují akutní i chronické dávkování pro uživatele kratomu a je nutný další výzkum konzumace kratomu na funkci jater a ledvin. I přes to jsou reportovány případy, kdy kratom v kombinaci s léky vedl k hepatotoxicitě nebo smrti. Smrtelné případy spojené s kratomem jsou hlášeny pouze v Evropě a USA. V těchto případech se však jednalo o užití více látek najednou (Veltri & Grundmann, 2019).

Užívání kratomu v kombinaci s jinými látkami může mít za následek vznik nežádoucích účinků. Veltri a Grundmann upozorňují hlavně na kombinaci s antipsychotiky, zejména s quetiapinem. Dále hovoří o míchání kratomu s kofeinovými nápoji, které mimo jiné také pomáhají zakrýt chuť kratomu. Kombinace kratomu, Coca Coly a sirupu na kašel obsahující kodein a difenhydramin, kterou užívají dospívající v městských oblastech, je nazývána „4 x 100“ (Singh et al., 2017). Kombinace kratomu s jinými opiáty nebo depresanty, jako je alkohol, může vést až k smrtelnému předávkování. Dalším rizikem je také neregulovaný trh s touto látkou, kdy bývá kratom kontaminován jinými látkami, které taky neprochází žádnou regulací (Veltri & Grundmann, 2019).

1.10 Závislost

Jak už jsem zmínila výše, kratom může působit stimulačně nebo narkoticky. Oba tyto účinky mohou být potenciálně závislostní. Dřívější záznamy potvrzující dlouhodobé užívání mitragyninu třeba jako substituci pro opium jsou datovány začátkem 18. století, kdy byl kratom dostupnější než opium. Jelikož je kratom rostlinnou látkou, není uživateli tolik vnímán jako potenciálně závislostní droga (Streatfeild, 2001 in Hassan et al., 2013). Existují záznamy, které potvrzují pravidelné užívání a zneužívání mitragyninu. Důvody, kvůli kterým je kratom konzumován mají za úkol zlepšit jedincovo chování. Tento jev popisuje Müller a Schumann (2011) jako „drug instrumentalization“ (užívání látky jako nástroje pro zefektivnění určitého chování), která je typická pro užívání i ostatních psychoaktivních látek.

V 19. století byl kratom v Malajsii a Thajsku využíván jako substitute pro opium nebo jako léčba závislosti na opiátech. Další autoři jako Norakanphadung (1966) popsali užívání kratomových listů v Thajsku jako náhradu za morfin během detoxifikační léčby. Thuan (1957) a Suwanlert (1975) nezávisle na sobě popisují abstinенční příznaky po užívání mitragyninu, což může poukazovat na závislostní potenciál této látky. Projevy abstinенčního syndromu mohou být například podrážděnost, agrese, bolesti svalů a kloubů, snížení hmotnosti, nespavost a také craving. Boyer et al. (2008) uvádí, že v západních zemích je jedním z důvodů konzumace kratomu sebemedikace opiátových nebo alkoholových abstinенčních příznaků.

Je známo, že látky, které způsobují závislost působí na dopaminergní a serotoninergní systém. Vzhledem k tomu, že aktivita mitragyninu připomíná aktivitu morfinu na tyto receptory, můžeme se domnívat, že také může aktivovat tyto systémy. Je však stále zapotřebí věnovat studiu neurobiologie závislosti kratomu větší pozornost.

1.11 Legální status

Ačkoliv EMCCDA (2011) kratom řadí mezi tzv. „legal highs“ nebo „smart drugs“, jeho legalita není zcela jasná (Ruiz, 2017). V roce 1979 zařazuje thajská vláda kratom do zákona o narkotikách. Díky tomuto zákonu se stává prodej, nákup, dovoz nebo držení kratomu nezákonným. Také zakazuje výsadbu nových stromů a vyžaduje kácení stávajících. V Malajsii byl kratom povolen až do roku 2003. Od té doby spadá pod zákon o jidech a jeho prodej je trestným činem s možným trestem odnětí svobody. V Indonésii je kratom legálně pěstován a vyvážen do Asie, Severní Ameriky a Evropy. Kvůli účinkům podobným opioidům nebo možné interakci s opioidními receptory je kratom v některých zemích omezen jistým regulačním dohledem. I přes otevřené hranice mezi členy EU se legalita kratomu v těchto zemích odlišuje. Kratom je veden jako ilegální látka v Dánsku, Finsku, Norsku a Polsku (Veltri & Grundmann, 2019). Dále pak v Bělorusku, Bulharsku, Chorvatsku, Estonsku, Francii, Gruzii, Irsku, Itálii, Kypru, Litvě, Lotyšsku, Lucembursku, Polsku, Rumunsku, Rusku, Slovensku, Slovinsku, Švédsku, Švýcarsku a Turecku. Ve Velké Británii kratom na seznamu kontrolovaných substancí, ale spíše spadá pod termín „psychoaktivní substance“ zákona o psychoaktivních látkách z roku 2016. V USA kratom nespadá pod seznam kontrolovaných substancí, avšak DEA (Drug Enforcement Administration) ho neuznává jako látku sloužící k lékařskému použití. Tento názor zakládá na varování FDA (Food and Drug Administration), která kratom nedoporučuje jako alternativu k opioidům na předpis a neshledává kratom jako bezpečný. Kratom je nelegální v některých státech USA, a to v Alabamě, Arkansasu, Indianě, Rhode Islandu, Tennessee, Vermontu a Wisconsinu. V ostatních státech je kratom legální látkou, ale například ve státě Illinois je spodní hranice pro nákup kratomu 18 let. Státy, ve kterých je kratom legální, avšak kde jej nelze nabízet pro lidskou spotřebu, jsou Belgie, Česko, Maďarsko, Německo, Portugalsko (kde je užívání látek dekriminlizováno), Rakousko a Ukrajina (Rytíř, 2020).

V Česku kratom není kontrolován ani regulován jako omamná a psychotropní látka, tudíž jeho distribuce není trestná. Dle SZPI (Státní zemědělská a potravinářská inspekce) je kratom považován za „potenciální“ novou potravinu, neboť o něm nejsou dochovány dostačující dokumenty před rokem 1997.

1.11.1 Uvádění na trh

V současné době se s prodejem kratomu můžeme setkat převážně na internetu. Velmi často bývá nabízen jako sběratelský předmět nebo předmět pro výzkumné, studijní či vědecké účely. Jako potravinu je nabízen velmi zřídka, ale z prezentace výrobku na internetových obchodech se dá předpokládat, že se o potravinu jedná. Pokud je však kratom zařazen do jedné z těchto kategorií, neměly by u něho být popisovány jakékoliv účinky srovnatelné s požitím kávy nebo alkoholu, jak to na internetových obchodech bývá. Vzhledem k tomu, že se „nejedná“ o schválenou potravinu určenou ke konzumaci, může v tomto případě SZPI případ klasifikovat jako nabízení potravinu zavádějícím způsobem, a tedy porušení nařízení (EU) č. 1169/2011, *o poskytování informací o potravinách spotřebitelům*. V případě, že je kratom prezentován jako potravinu, má SZPI kompetence ke kontrole, kde v posouzení hraje roli popis produktu při prodeji. Při posuzování, zda se jedná, nebo nejedná o potravinu, SZPI vychází z definice potravinu uvedené v nařízení (ES) č. 178/2002, tj. *„jakákoli látka nebo výrobek, zpracované částečně nebo nezpracované, které jsou určeny ke konzumaci člověkem nebo u nichž lze důvodně předpokládat, že je člověk bude konzumovat.“*

Při posuzování nabízeného produktu jako potravinu se SZPI zaměřuje na některé z následujících důkazů či indicií:

- a) Návod k použití vybízející ke konzumaci.
 - a. V případě, že je *Mitragyna speciosa* (kratom) nebo produkty z ní nabízené jako nepotravinářské zboží, ale současně je uveden návod k použití ve smyslu konzumace, je to hodnoceno jako prodej potravinu. Jsou tak rovněž hodnoceny i případy, kdy jsou informace na internetových obchodech uváděny pomocí dalších odkazů a zdrojů, které popisují způsob konzumace.
- b) Recenze uživatelů, ve kterých je uváděna konzumace.
 - a. Pokud se z recenzí uváděného produktu dá předpokládat, že je možné výrobek konzumovat.
- c) Forma produktu při jeho nabízení.
 - a. Pokud je produkt nabízen např. v želatinových kapslích nebo jako čajové sáčky s obsahem prášku či extraktu rostliny, případně jako nápoj, lze předpokládat, že je může spotřebitel konzumovat, a tedy uvádění výrobku jako nepotravinářského zboží je zavádějící.
- d) Odkazy na potravinářskou legislativu v nabídce produktu nebo při propagaci.

- a. Pokud je kratom nabízen jako nepotravinářské zboží a zároveň prodejce uvádí odkaz na potravinářskou legislativu. Tento prodej může být označen za zavádějící.
- e) Informace o účincích v souvislosti s konzumací.
 - a. V případě, kdy je produkt prodáván jako nepotravinářské zboží, ale zároveň jsou uvedeny účinky na člověka, je možné produkt hodnotit jako určený ke konzumaci.

Kdy není kratom považován jako potravina:

- a) Pokud je výrobek na obalu i v nabídce označen jako nepotravinářské zboží. Výrobek tedy může být označen upozorněním, že *„výrobek není potravinou – v žádném případě neslouží ke konzumaci samostatně ani ve směsi s jinými látkami.“*
- b) Pokud je u výrobku uvedeno, do jaké kategorie je zařazen (kosmetika, čisticí prostředek, apod.) a jaký je návod k použití takového výrobku (jiný než konzumace).
- c) Součástí nabídky není žádný návod k použití ve smyslu konzumace a nejsou uváděny informace, ze kterých by mělo být jasné, že produkt určen ke konzumaci. Není možné na tyto návody ani odkazovat.
- d) V recenzích uživatelů nejsou uváděny žádné indicie vedoucí k možnému odvození, že je kratom konzumován.
- e) V nabídkách a reklamních sděleních nejsou uvedeny účinky výrobku, při jejichž popisu je zjevný způsob konzumace.

2 Výzkumná část

2.1 Cíle výzkumu

Cílem tohoto výzkumu je popsat vzorce užívání kratomu u pravidelných uživatelů.

Výzkum by měl především:

- a) Poskytnout základní informace o uživatelích kratomu a jejich první zkušenosti s touto látkou.
- b) Popsat vzorce užívání kratomu, a to jakým způsobem je užíván, v jaké dávce a případné kombinace. Také se zaměříme na finanční stránku.
- c) Mapovat set (náladě) a settingu (okolí) nejčastějšího užívání kratomu, motivace a frekvenci jeho užívání.
- d) Mapovat možné projevy abstinenčního syndromu po jeho vysazení.

2.2 Výzkumné otázky

Dle výše uvedeného byly stanoveny tyto výzkumné otázky:

1. Jaké jsou vzorce užívání kratomu mezi pravidelnými uživateli?
2. Jaké účinky uživatelé popisují?
3. Jaké fyzické a psychické pocity mají uživatelé po vysazení kratomu?

2.3 Výzkumný soubor

Základním souborem pro tento výzkum jsou respondenti ve věku 15–34 let (tzv. mladí dospělí) z obecné populace (Výroční zpráva o stavu ve věcech drog v České republice, 2019). Užívání psychoaktivních látek se vyskytuje převážně právě u této cílové skupiny. Odhadem v posledním roce užilo jakoukoliv psychoaktivní látku 17,4 milionu (16,9 %) mladých dospělých v Evropě, z toho dvakrát více mužů než žen (EMCDDA, 2021). V České republice byla vyšší prevalence za poslední rok také u této věkové skupiny (Zpráva o nelegálních drogách v české republice, 2021). Tuto věkovou kategorii jsem vybrala z důvodu, abych data mohla porovnávat s daty z EMCDDA a Zprávou o nelegálních drogách v České republice 2021. Dle Singha (2019), který se dotazoval 116 každodenních uživatelů kratomu v Malajsií, byl průměrný věk prvního užití 24,9 let. Předpokládám, že věk prvního užití v České republice se nebude zásadně lišit.

Výzkumu se zúčastnilo 10 respondentů, z toho 5 žen a 5 mužů. I přes velký zájem zapojení mužů, bylo zastoupení obou biologických pohlaví záměrné, aby byl vzorek reprezentativní pro obecnou populaci. Průměrný věk respondentů byl 27,2 let. Průměrný věk první zkušenosti byl 23,7 let. Velká většina respondentů (N=9) byla pracujících. Poslední

respondent (N=1) byl stále studentem. Participanti museli splňovat kritéria pro zapojení do výzkumu uvedená níže.

Součástí byl také prevalenční dotazník, ze kterého vychází, že všichni respondenti pravidelně konzumují alkohol a mají zkušenost alespoň se dvěma nelegálními návykovými látkami (marihuana, MDMA). V posledních 30 dnech byly respondenty vyhledávané látky kokain, LSD a psilocybin. V posledních 12 měsících respondenti reportují užití marihuany, MDMA, kokainu, psilocybinu, poppers, GHB a ketaminu. Celoživotní prevalence se týkala těchto látek: marihuany, MDMA, poppers, kokainu, amfetaminu, LSD, GHB a ketaminu.

Následující tabulka zobrazuje počet respondentů, pohlaví, věk, první zkušenost s kratomem.

Tabulka 2 Základní údaje respondentů

Kód respondenta	Pohlaví	Věk	První zkušenost
R1	Ž	25	23
R2	M	25	22
R3	M	26	24
R4	Ž	29	22
R5	Ž	31	27
R6	M	28	21
R7	M	27	24
R8	M	22	20
R9	Ž	31	29
R10	Ž	28	25

Kritéria pro zapojení do výzkumu

Kritériem pro zapojení do výzkumu je užívání kratomu minimálně jednou týdně. Všichni respondenti musí souhlasit s účastí ve výzkumu. Respondenti byli seznámeny s účelem výzkumu a s anonymizací dat. Souhlas s výzkumem byl udělen ústně na začátku rozhovoru.

Souhrn kritérií:

- Věková hranice 15 – 34 let (tzv. mladí dospělí),)
- užívání kratomu minimálně jednou týdně,
- souhlas s účastí ve výzkumu,
- dobrovolná spolupráce ve výzkumu.

2.4 Metody výběru výzkumného souboru

Pro získání respondentů byla vybrána metoda sněhové koule neboli snowball sampling. (Coleman & Goodman, 1961 in Heckathorn, 2011). Tato metoda patří mezi nejčastěji používané metody sběru kvalitativních. Je kombinací účelového a prostého náhodného výběru a, její hlavní výhodou je aplikovatelnost v obtížně dosažitelných populacích s možností proniknout do populacích skrytých. Výhodiskem pro aplikaci metody sněhové koule je navázání kontaktu s první vlnou či „generací“ účastníků v daném výzkumu. nulté fázi, kterou jsem do výzkumu nominovala pomocí sdílením plakátu s informacemi ohledně výzkumu na sociálních sítí. V tomto případě hovoříme o tzv. nulté fázi. První vlnou generace tak byly kontakty z řad mých přátel. Ti, které nominovali další vlnu respondentů, se kterými proběhla interview s informovaným souhlasem. V nulté fázi používám kombinaci s prostým záměrným výběrem, kde uvádím kritéria, které je nutné splňovat pro zapojení do výzkumu.

Hartnoll (2003) upozorňuje na možnost kombinace metody sněhové koule s prostým náhodným výběrem anebo jinými metodami. Podle něho je problematické dosáhnout reprezentativního výsledného souboru. Princip této metody se znemožňuje dostat z rámce díky navázané sérii. Ačkoliv může být vzorek na jednu stranu velmi bohatý, můžeme hledat jeho omezení např. sociálními či kulturními vazbami. Potenciálnímu zkreslení dat v této práci předcházím triangulací zdrojů, kdy bude osloveno vícero prvotních respondentů z řad mých známých a z členů internetových skupin nebo sociálních sítí, kteří budou pocházet z jiného kraje a budou zastupovat mužské, ženské, případně jiné pohlaví.

2.5 Metody získávání dat

Pro sběr dat byla použita metoda polostrukturovaného interview, která je podle Miovského (2010) nejrozšířenější podobou interview a vyžaduje náročnější technickou přípravu. Tato metoda spočívá v přípravě schématu, které specifikuje okruhy otázek, na které se budeme respondentů ptát. Je možné měnit pořadí otázek tak, abychom z interview vytěžili maximum. Při této metodě se soustředíme na použití následného „inquiry“, tj., upřesnění a vysvětlení odpovědi respondenta, proto, abychom předešli špatnému pochopení odpovědi respondenta. Inquiry nám umožní téma rozpracovat do hloubky vzhledem k cílům a výzkumným otázkám této práce. Je také definováno jádro interview – minimum témat a otázek, které má tazatel za povinnost probrat, a je tedy jisté, že tato témata probrána budou. Na jádro je možné navázat doplňujícími tématy a otázkami, které se jeví jako smysluplné pro získání dalších důležitých informací.

Rozhovor se skládal z pěti částí, a to z úvodu („introduction“), kdy tazatel představuje sebe a cíl studie, zdůrazňuje respondentovu anonymitu a žádá ho o povolení k audionahrávce rozhovoru. Následuje rozehrání („warm up“), vedoucí k prohloubení vztahu mezi tazatelem a respondentem. V tomto případě se jednalo o sbírání sociodemografických dat respondenta. Na rozehrání navazuje hlavní rozhovor („main body of the interview“). Hlavní část rozhovoru byla primárně rozdělena do 5 obsahových kategorií. Po prvním rozhovoru se však ukázalo, že bude pro výzkum přínosné se zaměřit také na oblast legality kratomu. Kategorie tedy byly stanoveny jako následující: první zkušenost, vzorce užívání kratomu, setu a legální status kratomu. Po hlavní části rozhovoru přichází tzv. chladnutí („cool off“), které samovolně přechází do uzavření („closure“), ve kterém tazatel děkuje a s respondentem se rozloučí (Wildemuth, 2009 in Wikiknihovna, 2012). Rozhovory probíhaly online pomocí platformy Google Meets s časovou dotací 30 – 40 minut bez vyplňování prevalence a LDQ dotazníku.

Pro zjednodušení zápisu odpovědí a lehčí průběh rozhovoru byl použit záznamový arch pro zaznamenání nutných a důležitých údajů. Také byla připravena osnova pro udržení strukturu a pro připomenutí otázek definovaných jako jádro interview a dalších. Tu používám v části hlavního rozhovoru. Rozhovory byly se souhlasem zúčastněných nahrávány na diktafon a po přepisu rozhovoru odstraněny.

V rámci interview jsme s respondenty vyplnili tabulku prevalence užívání, která ukazuje na respondentovy zkušenosti s jinými psychoaktivními látkami. Sledují měsíční, roční a celoživotní prevalenci. V neposlední řadě respondenti vyplnili „The Leeds Dependence

Questionnaire“ – dotazník, který je určen k měření závažnosti závislosti na jakékoli látce včetně alkoholu (Raistrick et al., 1994). Jedná se o stručný dotazník o 10 otázkách, který je ideálním nástrojem pro rychlou potřebu identifikace užívání návykových látek. Otázky v tomto dotazníku se však nezaměřují na toleranci a abstinenční příznaky (Smith et. al, 2017).

2.5.1 The Leeds Dependence Questionnaire

Tento dotazník byl vyvinut v roce 1994 skupinou autorů, jako nástroj pro zhodnocení míry závislosti a pro nastavení léčebného plánu. Jedná se o 10 – položkový, sebe posuzující dotazník zaměřující se na různé látky. V průběhu let se ukázalo, že je srozumitelný pro uživatele alkoholu a opiátu. Vychází z psychologického chápání podstaty závislosti a je proto vhodným nástrojem pro měření závislosti během užívání návykových látek nebo abstinence. Položky jsou hodnoceny na stupnici 0-1-2-3, kde 0 je minimum a 3 je maximum, maximální možné dosažení bodů je 30.

Výsledky jsou prezentovány následovně:

< 10 = nízká závislost,

10 – 22 = střední závislost,

> 22 = vysoká závislost.

Otázky se týkají následujících témat:

- Přemýšlení o látce; jak a kde si ji opatřit a užít ji. Tyto myšlenky mohou mít někdy vtíravý potenciál.
- Prioritizace; upřednostňování shánění látky a jejího užívání nad jinou dříve důležitou činností, a to i přes opakující se psychické, sociální a fyzické problémy spojené s užíváním konkrétní látky.
- Nutkavost; neschopnost odolat látce. Trvalá touha nebo selhání v omezení užívání.
- Plánování; plánování dne podle užívání nebo shánění látky.
- Maximalizace účinku; užití látky konkrétním způsobem, který maximalizuje účinek. Může to být spojené s už zvýšenou tolerancí na danou látku nebo nutkavou touhou urychlit nástup účinku.
- Zúžení užívání; užívání stejné látky, určitým způsobem a ve stejných intervalech bez ohledu na sociální omezení.

- Potřeba pokračovat; v užívání látky za účelem posílení nebo prodloužení jejího účinku.
- Účinek; potřeba dosáhnout jakéhokoli účinku bez ohledu na látku nebo okolnosti užití.
- Udržování stavu; intoxikace, za účelem vyhnout se vysazení nebo střízlivého stavu. Toto je obtížnější pro uživatele se zvýšenou tolerancí kvůli zrychlenému klesání hodnot v krvi.
- Vyrovnání; zda je pro uživatele obtížné si představit život bez psychoaktivních látek. Látka se stává ústřední pro daného uživatele (Raistrick, D., Bradshaw, J., Tober, G. et al., 1994).

Následující tabulka zobrazuje výsledky LDQ screeningového dotazníku (The Leeds Dependence Questionnaire, 2014).

Tabulka 3: Výsledky dotazníku The Leeds Dependence Questionnaire

Kód respondenta	LDQ
R1	11
R2	10
R3	11
R4	18
R5	10
R6	1
R7	16
R8	7
R9	6
R10	6

V případě respondentů (R2, R5, R6, R8, R9, R10) se dle LDQ dotazníku jedná o nízkou nebo téměř žádnou závislost, zatím co u respondentů (R1, R3, R4, R7) se podle výsledků už jedná už o střední závislost. Všichni tyto poslední respondenti v rozhovorech zmiňují, že vnímají psychickou nebo fyzickou závislost.

2.6 Metody analýzy dat

2.6.1 Systematizace a redukce dat

Před samotnou analýzou byla data transkribována z audionahrávek a papírových záznamových archů do elektronické textové formy pomocí vlastnoručního přepisu do MS Word. Kontrola transkripce byla prováděna opakovaným poslechem po dokončení přepisu. Přepisy jsou pro lepší přehlednost uloženy podle specifického kódu uživatele, který se sestává z kódu respondenta a data realizace rozhovoru. V případě realizace více rozhovorů v jeden den bylo přidáno pořadové číslo rozhovoru.

Pro usnadnění práce a pro úpravu byla zaznamenaná data podrobena redukci prvního řádu. Ta zajistila přepis audiozáznamů do plynulejší podoby a byla vynechána data, která nesdělují určitou informaci, jako například ruchy či vyplňující slova.

Zkreslení bylo předcházeno pomocí kontroly při získávání dat, prvotnímu zpracování a analýze dat. Kontrola probíhala opakovaným poslechem audionahrávek spolu s jeho transkripcí a zpětnou kontrolou textů po redukci prvního řádu.

2.6.2 Metody analýzy dat

Byly použity dva postupy analýzy kvalitativních dat, a to metoda vytváření trsů a metoda zachycení vzorců (gestaltů). Metoda vytváření trsů nám umožňuje seskupit určité výroky do skupin, např. dle rozlišení místa, jevů nebo případů. Touto metodou vznikají obecnější kategorie, jejichž zařazení do skupin je na základě opakující se ho znaku na základě tematického překryvu. U respondentů tedy můžeme hledat pasáže, týkající se jednoho tématu nebo popisu událostí v konkrétním čase nebo prostoru. Metoda zachycení vzorců (gestaltů) nám umožnila v datech hledat určité opakující se vzorce nebo témata, a hledat tak obecnější principy. Jde o vyhledávání vzorců či struktur odpovídajícím zaznamenaným jevům vázaným na určitý kontext, osobu, aj. U této metody dochází k určité redukci dat (Miovský, 2010).

2.7 Etické aspekty a limity výzkumu

Participantů byli seznámeni s cílem výzkumu, o průběhu sbírání dat a nakládání s nimi. Po seznámení s výzkumem byl na audionahrávku nahrán souhlas s účastí ve výzkumu a povolením nahrávat rozhovor. V této práci dbám na maximální anonymizaci získaných dat a respondenty budu uvádět pouze pod jejich kódy, nikoliv jmény, a přístup k nim budu mít pouze já jakožto tazatel. Po analýze dat budou veškeré audiozáznamy smazány. V případě, že si respondenti rozmyslí účast ve výzkumu, mohou mne kontaktovat a účast ve výzkumu zrušit.

Limitem výzkumu se může stát nedostatečné množství respondentů, které může vést k nedostatečnému množství dat. Respondenti se například nebudou chtít zúčastnit výzkumu, protože ho mohou vnímat jako výzkum proti kratomu, mohoucí vést k podpoře případné illegality kratomu. Metoda sněhové koule je však celkem variabilní a můžeme s ní pracovat do té doby, než dojde k saturaci dat (Miovský, 2010). Dalším limitem může být online rozhovor, protože nemusí být vnímána všechna vizuální a nonverbální komunikace respondenta (O'Connor et al., 2008). Potenciálním rizikem u online rozhovorů byla možná ztráta nebo přerušení internetového připojení, to se ale nestalo.

V případě administrace interview a dotazníků může být velkým limitem časová dotace nebo únava obou participantů. Toto riziko mohu eliminovat řádnou přípravou na interview a dostatečnými znalostmi všech dokumentů, které budu respondentům představovat (Miovský, 2010).

3 Výsledky

Následující výsledky jsou prezentovány dle stanovených kategorií polostrukturovaného interview. Nejprve se věnuji první zkušenosti s kratomem, poté samotným vzorcům užívání, setu a settingu, účinkům a vysazení a v neposlední řadě legálnímu zakotvení kratomu.

Vždy nejprve začínám definicí kategorie a vytýkám její hlavní vlastnosti, které jsou následně podpořeny citacemi odpovědí respondentů z polostrukturovaného interview. Ty jsou pro rozeznání odlišností psány kurzívou a označeny indexem daného respondenta s pořadovým číslem, např. (R5).

3.1 První zkušenost

V této kategorii se ptám na první zkušenost s kratomem.

Kategorii rozdělují do subkategorií, podle toho, kde se respondenti s kratomem poprvé setkali nebo kdo jim o něm poprvé řekl, jaká byla dávka při první konzumaci a jaké subjektivní účinky respondenti po jeho užití prožili.

3.1.1 První setkání s kratomem

Respondenti v této části odpovídají na otázku *Kde a jak jste se s kratomem poprvé setkal*a?* Nejvíce respondentů (R1, R2, R3, R5, R7, R8) uvedlo, že **se s kratomem setkali skrze přátele nebo známé**, kteří jim o něm řekli. Jedna z respondentek (R10) se s ním setkala skrze **svého přítele** a další respondenti (R6, R9) se s ním setkali skrze **kolegu v nyní již bývalé práci**. Poslední respondentka (R4) se s ním setkala **v diskuzi** na sociálních sítích, kde bylo tématem jak uvolnit odd bolesti u psů.

Následující respondenti se s kratomem setkali poprvé skrze kamaráda, a to **na nějakých veřejných akcích** typické pro více lidí (ples, festival, sešlost) nebo **v menším okruhu svých přátel**.

„Dozvěděla jsem se o tom od kamaráda...to bylo tenkrát jak byl covid. Já jsem ještě dodělávala školu a byla jsem v prvním ročníku magisterského studia. My jsme tenkrát chodili ven povídat si a říkal mi, že to zná od nějakého kamaráda.“ (R1)

„Poprvé jsem se s ním setkal na plese, kdy mě ho dala ozkoušet jedna holka z Prahy.“ (R2)

„V Brně s kamarády.“ (R3)

„To si pamatuju. To zrovna byl festival, kde tam právě známý měl stánek s kratomem.“ (R5)

„Kamarád o tom slyšel dobrý zprávy, že to je vlastně... Za prvé tou dobou to bylo ještě legální a slyšel samý dobrý věci, a tak sehnal různé samplý, jak jsou ty různé odrůdy z různých oblastí...“ (R7)

„To bylo na nějaké sešlosti, dejme tomu, a někdo tu přišel právě s tím čajem, takhle mi to řekli, že je to čaj a že je to fakt dobrý a musím to vyzkoušet.“ (R8)

Jedna z respondentek se s kratomem poprvé setkala skrze svého přítele, který však kratom objevil také v práci od svého kolegy.

„Poprvé to vlastně bylo... jsem se to dozvěděla od mého přítele, se kterým žiju a kdy to přinesl od kolegy z práce, že to dostal a že je to jako fajn věc na povzbuzení.“ (R10)

Další dva respondenti se s kratomem setkali skrze svoji bývalou práci, kde jim o něm řekl kolega.

„Budou to asi tři roky, kdy to kolega donesl do bývalé práce, nějaký zkušební balíček... myslím od (uvádí značku) nebo od koho to bylo... dal k tomu nějaké informace a jestli to taky nechci vyzkoušet. Tak jsem to vyzkoušel, a to byla moje první zkušenost.“ (R6)

„Setkala jsem se s tím v minulé práci, kde kolegové neustále něco popijeli... něco zeleného a celý den. Tak jsem se rozhodla, že to vyzkouším taky.“ (R9)

3.1.2 První konzumace – dávka a způsob

U několika respondentů (R1, R2, R4, R9) se **první dávka pohybovala mezi 1 – 2 g kratomu**, přičemž dvakrát z toho byl užit zelený kratom a jednou červený. Zbytek respondentů (R3, R5, R6, R7, R10) užilo kratom **poprvé v dávkách 2,5 – 5 g**, přičemž dvakrát z toho užili červený kratom a jednou v kombinaci s bílým nebo zeleným. Ostatní respondenti si na druh kratomu nevzpomínají a jeden respondent si nevzpomíná ani na užitou dávku, ani na druh kratomu. Otázka zjišťující tyto informace zněla: *„Kdy jste kratom poprvé užil*a a v jaké dávce?“*

Způsob konzumace, jaký respondenti uvádějí, se lišil v nápoji, ve kterém byl kratom namíchan. Někteří dostali namíchaný nápoj **společně s džusem** (R9), **vodou** (R5, R7, R8), nebo **v jogurtu** (R3).

„Tenkrát jsem si dala asi tak půl lžičky, to mohl být nějaký gram.“ (R1)

„Pamatuješ si, jaká to byla dávka při tom prvním užití, když teď zpětně víš, jak to dávkování je?“

„Lžička, 1,5 g.“ (R2)

„Ta první dávka byla teda asi ten 1 g.“ (R4)

„Nalili mi tam vodu a dali do toho citron. Myslím, že to dokonce uvařili ještě jako čaj, že tam dali vařící vodu.“ (R8)

„Takový větší pohár, mohla to být 0,4 s jednou lžičkou kratomu. Udělali mi drink s tím, že jsme to smíchali s džusem a ne vodou, protože to má takovou zvláštní chuť...“ (R9)

„Ne, počkat, nejdřív jsem to zkoušel vařit, to jsem měl prášek. Zkoušel jsem to vařit jako čaj a dát tam trochu citrónu. Já se obávám, že to asi ty alkaloidy docela asi poškodilo, že se mi úplně nepodařilo dostat pod těch 100 stupňů a pak už jsem zkoušel jenom...“ (R7)

Ostatní respondenti uvádějí dávky vyšší než 2,5 g.

„Jo, tak 2,5 g. Měli jsme to v jogurtu s malinama a borůvkama, kamarádka v tomhle byla skvělá.“ (R3)

„Já si myslím, že to bylo asi víc než 3 g a méně než 5 g. Jsem si to tam zalila horkou vodou a tenkrát mi to tam ještě dosladil medem, citronem.“ (R5)

„To byl ten testovací balíček, kde bylo asi 12 vzorků a všechny byly po 3 gramech, takže to byly 3 gramy.“ (R6)

„Myslím si, že tehdy jako první mi dal přítel zelený kratom a myslím si, že to byla dávka 3 g tehdy.“ (R10)

Co se týče **sehnání nebo obdržení** kratomu, respondenti nejvíce uvádí **namíchání kratomu od druhé osoby** (R2, R3, R5, R8, R9, R10) nebo **společně s kamarádem** (R1). Zbytek respondentů (4) si objednalo **tzv. testovací balíčky**, které jsou prodejné na internetových stránkách. Většinou se jednalo o několik druhů kratomu, přibližně po 3 g.

„... a tak jsem objednala z jednoho e-shopu balíček vzorků. Bylo tam myslím 8-10 druhů a většina byla červený kratom, balíčky po 3 g.“ (R2)

„To byl ten testovací balíček, kde bylo asi 12 vzorků a všechny byly po 3 gramech, takže to byly 3 gramy.“ (R6)

„My jsme tehdy koupili takový ten startovací balíček, kde byly vlastně všechny ty druhy toho kratomu a mám pocit nebo...“ (R10)

3.1.3 První zkušenost – účinky

Účinky, které respondenti popisují u první zkušenosti, **jsou z větší části pozitivní** (R1, R2, R4, R5, R6, R10). Ostatní respondenti (R3, R7) uvádějí **slabé účinky** a další dva účinky **negativní** (R8, R9). Z těchto respondentů byla první zkušenost v kombinaci s alkoholem (R3, R8) a jedna respondentka (R9) uvádí užití na lačno, kterým si odůvodňuje následný pocit na zvracení.

Obecně respondenti při prvním užití popisují **odbourání stresu nebo napětí, euforické stavy a lepší náladu, zvýšenou sociální interakci s ostatními lidmi a chuť komunikovat. Celkově příjemný pocit a klid.** Respondenti odpovídají na otázku: „*Jaká byla vaše první zkušenost s kratomem?*“

„Měla jsem lepší náladu, nějaké problémy, co jsem měla, tak jsem je jako tolik neřešila. Přišlo mi, že vlastně je všechno v pohodě a tak nějak mě to zbavilo nějakého stresu a že to byla takhle jako první zkušenost... Tak jak jsem říkala, byla to mírná euforie, odbouralo to stres, co jsem měla... Byla jsem asi víc sociální, to už teď nevím úplně a asi takhle no.“ (R1)

„Dodalo mi to energii, pocit toho, že si ten večer můžu víc užít. Víc jsem se bavil s lidma a měl jsem lepší náladu.“ (R2)

„Ten červený fungoval na to tlumení těch bolestí a i při té nízké dávce i tak fungoval. Byla jsem z toho červeného v takovém útlumu, když jsem zkoušela ten zelený... tak taky pomáhal na tu bolest, ale zároveň jsem měla euforické stavy, skvělou náladu, byla jsem upovídaná, komunikativní...“ (R4)

„Zhruba po nějakých 20 minutách jsem se cítila opravdu jako taková společenštější, že vlastně s lidma, který jsem vůbec neznala, tak jako introvert jsem s nima navázala hovor a cítila se taková klidnější, spokojenější... bezdůvodně nějak, ale ne samozřejmě nějak v extrémních vyšších. Ale takovej strašnej klid, uvolněná atmosféra. Cítila jsem přívál energie o něco větší, než jsem měla, než jsem si ho dala a trošku se jako víc rozjela ta komunikace a připadalo mi, že je všechno lepší.“ (R5)

„Byli jsme v práci v kanceláři a bylo to příjemný, lehce euforický, pohodový a žádný extrém, prostě fajn nálada.“ (R6)

„...opravdu mě to hodně nabudilo a neuvěřitelné mě to uvolnilo jako celé tělo, jako to napětí. Zároveň jsem měla pocit, že mám dlouhodobě problém se studenýma rukama a nohama a

najednou jsem cítila, že ten problém najednou odezněl a že mi je příjemně teplo, mám energii a že se cítím hrozně příjemně.“ (R10)

Někteří respondenti první zkušenost uvedli jako slabou nebo negativní. U respondenta (R3) se jednalo o kombinaci s alkoholem, kterému spíše přiřazuje účinky než kratomu. Druhý respondent, který také kombinoval kratom s alkoholem (R8), popisuje zkušenost sice jako příjemnou, ale uspávací. Tento respondent si dávku ještě přidal a poté byl „KO“. Jiná respondentka uvádí konzumaci na lačno, po které jí bylo na zvracení (R9).

„... měla jsem prázdný žaludek, a tak mi to neudělalo dobře. Bylo mi takové až na zvracení, točila se mi hlava a nebylo mi příjemně.“ (R9)

3.2 Vzorce užívání

Kategorie vzorce užívání kratomu byla rozdělena podle otázek ve strukturovaném interview na subkategorie jako frekvence užívání, způsob užívání, běžná dávka kratomu, nákup kratomu (zahrnuje i finanční částku, za kterou respondent kratom nakupuje), kombinace s kratomem a popis běžného užití kratomu.

3.2.1 Frekvence, dávka, způsob užívání a druh kratomu

Respondenty jsem rozdělila na následující skupiny podle frekvence užívání. Skupina č. 1 užívá kratom **jednou denně, pravidelně, alespoň 5 dní v týdnu** (R6, R9, R10). Skupina č. 2 užívá **dvakrát až čtyřikrát denně, alespoň 5 dní v týdnu** (R1, R3, R4, R7, R8). U některých respondentů se to odlišuje v závislosti na práci (R1, R3). Dva respondenti (R2, R5) užívají minimálně dvakrát až čtyřikrát týdně, z toho respondent (R2) pouze jednou denně a respondentka (R5) dvakrát denně. Respondenti odpovídají na otázku: *„Jaká je vaše běžná dávka a druh kratomu?“*

Skupina č. 1, užívání jednou denně, alespoň 5 dní v týdnu

„Ono v podstatě poslední rok a půl je to jednou denně, 3 gramy, kolem 5. – 6. hodiny večer. Takové to, když je člověk doma a má takovou tu pohodu a chce si něco pustit nebo zahrát. Prakticky každý den ve stejný čas, 3 g už rok a půl. Je to takový rituál spíš už si myslím.“ (R6)

„Nejdříve to bylo jednou týdně, poté každý druhý den a teď je to v práci skoro každý den, takže pětkrát do týdne.“ (R9)

„Tehdy jsme přešli vlastně na každodenní užívání... v nějakých odpoledních/večerních hodinách, ale ne před spaním. Takže třeba kolem té páté nebo šesté hodiny. Vždycky je to jenom jedna dávka a s přítelem takhle spolu doma.“ (R10)

Skupina č. 2, dvakrát až čtyřikrát denně, alespoň 5 dní v týdnu

„Teď si dávám ráno, třeba jako po snídani necelou lžičku, kde jsou ty 2 g, abych měla vůbec energii a cítím se, když si to nedám, že jsem taková přejetá, jak kdybych neměla dobrou náladu, soustředěnost, energii třeba do práce... Pak si dám třeba ještě lžičku nějak dopoledne a odpoledne. Takže takhle bych řekla třeba 3x – 4x denně.“ (R1)

„Záleží... záleží na situaci. Když jsem v práci, tak si dám 2x – 3x v práci a 1x večer doma.“ (R3)

„Takže první dávku dám třeba... dnes to bylo asi v 10:00 hodin a když jsem v kanceláři, tak to bývá i v 9:00 hodin. Přijedu v 7:00, dám si snídani, začnu pracovat, padá na mě únava, a tak kolem té 9:00 dávám. Dávám si ráno vždy 3 g a dávám si jenom bílý nebo bílý v kombinaci se zeleným a podle toho, jak se cítím, tak přidávám gram nebo dva, a to s odstupem třeba 3 – 5 hodin.“ (R4)

„Třeba poslední dobou to mám tak, že si dávám nějak tak kolem 5 g ráno, odpoledne a večer.“ (R7)

„No můj oblíbený čas je hned ráno, co se vzbudím a jsem na lačno. To vím, že to pak něco dá a pak i odpoledne třeba kolem 15:00. Pak v podvečer no, to je kolem 18:00, nějak takhle.“ (R8)

Dávka, kterou každodenní uživatelé konzumují za den, je **2 – 3 g**, a to se týká čtyř respondentů (R5, R6, R9, R10), dále je to dávka **7,5 – 10 g** za den, která se týká tří respondentů (R1, R3, R4), další dva respondenti (R7, R8) se pohybují v dávkách **15 – 20 g** za den a poslední respondent (R2) kratom užívá po 2 g pravidelně dvakrát týdně. Níže uvádím tabulku pro lepší přehled.

Tabulka 4 Frekvence a množství užívané látky

Kód respondenta	Užívaná dávka
R1	8 – 10 g/den
R2	2 g 2x týdně
R3	7,5 – 9 g/den
R4	8 – 10 g/den
R5	3 g/den
R6	3 g/den
R7	15 g/den
R8	15 – 20 g/den
R9	2 – 3 g/den
R10	2 – 3 g/den

3.2.2 Způsob užívání

Aktuální způsob užívání kratomu u všech respondentů byl **v podobě nápoje**. Respondenti **míchají kratom převážně s vodou** (R1, R2, R3, R4, R5, R8). Ostatní respondenti míchají kratom **s pomerančovým** (R6, R7, R10), nebo **jablečným džusem** (R9). Někteří respondenti to **střídají** a míchají ho třeba s bezinkovou šťávou (R3) nebo si nápoj ochucují citrónem (R4). Ti, kteří si ho míchají s džusem, to dělají **kvůli přebití hořké chuti kratomu**. Ostatní respondenti si na chuť už zvykli nebo jim nevadí.

Na otázku: „*Jakým způsobem kratom užíváte?*“ respondenti odpovídají následovně.

Tito respondenti kratom pijí primárně **smíchaný s vodou**, občas to vystřídají za džus nebo šťávu. Jeden z respondentů (R3) přešel k míchání s vodou z důvodu obsahu cukru v džusech, další kvůli financím (R8).

„*Dám si to do vody nebo do džusu... studené a zamíchám.*“ (R1)

„*Prášek, voda, šťáva nebo jenom voda. Většinou málo vody, abych to do sebe kopl a...*“ (R2)

„*Jo, takže jakým způsobem. Momentálně prášek se šťávou a vodou.*“ (R3)

„*Míchám ho s vodou, někdy s vodou a citrónem a hodně občas i s džusem, nějakým ovocným.*“ (R4)

„A pak to zaleju převařenou vodou, úplně nějak na dno hrníčku, tady mám speciální hrníček na kratom, z toho nic jiného nepiju.“ (R5)

„No. Já s tou chutí nemám problém, jsem si na to zvykla a právě mi to přestává chutnat s tím doslazováním.“ (R5)

„Jo, normálně do kelímku, dám tam tu dávku a zaleju to celý vodou a snažím se to vypít no... trpím u toho, ale jo, vypiju to no.“ (R8)

Tito respondenti míchají kratom **primárně s džusem nebo citrónem**. Důvodem je přebití chuti kratomu.

„S pomerančovým džusem určité značky, celou dobu, vždycky stejně, úplně.“ (R6)

„Zjistil jsem, že teď je nejpříjemnější kombinace s pomerančovým džusem, protože to je dost silná chuť na to, aby to tu hořkost přebylo a vlastně ani tomu ani moc neškodilo.“ (R7)

„Od začátku to máme stejně, a to je vždycky s pomerančovým džusem. Konkrétní značky, který má vymačkaný džus i s tou dužinou.“ (R10)

„My si to teď mícháme s jablečným džusem, trochu s ananasovým, je to takové vláčnější. Ono to samotné nemá vůbec dobrou chuť, ani s vodou.“ (R9)

3.2.3 Ritualizace

Znak, který se vyskytoval u několika respondentů (R3, R4, R5, R6, R8, R9) byla **ritualizace** v různých podobách. Někteří respondenti měli svůj rituální předmět, a to buď **lžičku, nebo skleničku**, určený pouze ke konzumaci kratomu (R3, R4, R5, R6, R8). Další tři respondenti popisují celou konzumaci **jako tzv. „domácí rituál“**, kdy konzumace připadá na stejnou hodinu, každý den za podobných podmínek.

Předměty

„Jojo. Takže mám lžiči, která už je fakt taková, že na ní poznám 2,5 – 3 g. Naberu si ze sáčku, teda vlastně ze sklenice (ukazuje ji) a prostě si to hodím do hrníčku, naleju si tam tu šťávu, zaleju to vodou, exnu to.“ (R3)

„Naleju si do svojí zelené lahve vodu, ...“ (R4)

„A pak to zaleju převařenou vodou, úplně nějak na dno hrníčku, tady mám speciální hrníček na kratom, z toho nic jiného nepiju.“ (R5)

„Přijdu do kuchyně, otevřu si spížku, tam mám kratom v takových skleněných uzavřených dózách, vytáhnu to spolu s shakerem a váhou.“ (R6)

„Vezmu si pytlíček, otevřu ho, vezmu čajovou lžičku, otevřu ho, dám si tam jednu a půl čajové lžičky, ...“ (R8)

Rituál

„Já si ho dávám nejčastěji doma, protože pracuji na homeoffice v covidu. Takže je to takový domácí rituál.“ (R5)

„Prakticky každý den ve stejný čas, 3 g už rok a půl. Je to takový rituál spíš už si myslím.“ (R6)

„Máme to spojené jako s rituálem, že jsme doma, máme po práci a je to takový relax.“ Nebo „Máme to takový ten večerní rituál pohody, kdy je ten klídeček, neřešíme práci, nic jiného...“ (R10)

3.2.4 Nákup a finance

Většina respondentů uvádí jako zdroj získávání kratomu **e-shopy** (R1, R4, R6, R7, R10). Ze začátku nakupovali na vícero e-shopech, ale poté se to ve většině případů ustálilo na jeden. Další respondenti nakupují přímo od dodavatelů z jihovýchodní Asie.

„Většinou teď přes e-shop.“ (R1)

„Prozkoušela jsem teda několik českých e-shopů, až jsem skončila teď už delší dobu u jednoho, se kterým jsem spokojená. Takže klasicky e-shop.“ (R4)

„Na internetu. Mám takové 2-3 oblíbené e-shopy a protože toho kupujeme docela málo...“ (R6)

„Sháním to přes e-shop.“ (R7)

„teď jsme vlastně zůstali u jednoho, u kterého bereme vlastně naše veškeré zásob, které máme. Má vlastně e-shop a dá se říct, že přes něj.“ (R10)

Tři z respondentů (R2, R3, R5) mají kratom přímo od **dodavatele** z jihovýchodní Asie, zejména z Indonésie, nebo je jejich český dodavatel napojen na někoho z JA (R5).

„Mám týpka, co mi ho posílá z Indonésie. Většinou po 20 kilech.“ (R2)

„No jelikož ho i přeprodávám, tak mám týpka, co má přímo dodavatele z Indonésie a dává nám to za takovou lepší cenu než se to prodává na e-shopech.“ (R3)

„Přes známýho... Vlastně od mého partnera, který má známého, který to prostě... nevím tu distribuci, ale má nějaké dobré konexe v jihovýchodní Asii. Takže to semka tahaj do Čech a myslím, že většinou v Praze to má pod palcem on...“ (R5)

3.3 Set a setting

Set v této práci chápeme jako celkové nastavení jedince, tedy jeho náladu, životní situaci, ve které se právě nachází a zároveň i jeho neurochemickou citlivost vůči substanci. Setting zde chápeme jako prostředí nebo společnost, ve které se uživatel při konzumaci nachází. Oba tyto faktory mohou hrát velkou roli a mít vliv na prožitek.

3.3.1 Set a důvody k užití

Respondenti konzumují kratom obecně **při únavě a vyčerpání, stresu, při bolestech, nervozitě nebo při tzv. nijaké náladě**. Někteří (R1, R2, R7) ho také konzumovali **pro zvýšení fyzického výkonu při sportu**. Totéž zmiňuje i respondent (R8), kde mluví o zkušenostech svého kamaráda. Respondent (R2) uvádí jako primární důvod zvýšení fyzického výkonu, protože kratom užívá primárně před ním a má ho spojen se sportem a regenerací. Respondenti (R6, R8) ho užívají, když mají „normální“ nebo „pohodovou“ náladu primárně pro pocit pohody a k relaxaci.

3.3.1.1 Zvýšení fyzického výkonu

„Jojo. Dřív to bylo i když jsem šla cvičit, že mě to jako nakoplo a dávala jsem i třeba lepší fyzické výkony, třeba když jsem šla běhat a uběhla jsem toho víc a bavilo mě to.“ (R1)

„Hele já naštěstí před výkonem, hlavně před tím výkonem no. To je třeba 70 – 80 % užití...“ (R2)

„Možná ještě, že to taky bývá právě před nějakýma, co považuju za náročnějšíma úkolama nebo situacema třeba... Minulý víkend jsme byli pod širákem a šli jsme na track, chtěl jsem být při síle...“ (R7)

„Třeba můj kamarád právě chodí do gyму a říká, že mu ten kratom pomáhá na svaly, že to tlumí tu bolest z toho cvičení.“ (R8)

Důvody k užití kratomu jsou hlavně zlepšení nálady, snížení únavy, fyzické i psychické uvolnění, větší soustředěnost v práci, komunikace, společenskost a snížení bolesti. Dva z respondentů (R1, R3) uvádí i **konzumaci při učení**, kde byla patrná **zvýšená soustředěnost a odpadnutí stresu ze zkoušek**. Zvýšenou, ale i sníženou kognitivní schopnost reportují i ostatní respondenti (R1, R4, R5, R7, R10). Respondent (R7) také uvádí

konzumaci z důvodu snížení úzkosti před cestou hromadnou dopravou nebo před místy se spoustou lidí.

3.3.1.2 Konzumace při učení

„... jsem si vzpomněla o kratomu, že je to na učení dobrý, a tak jsem to zkusila a dala si čtvrtku té lžičky nebo půlku. Pak jsem se 4 hodiny učila, bavilo mě to a pamatovala jsem si to. Úplně jsem odbourala ten stres a že když tu zkoušku neudělám, tak nebudu moc postoupit do dalšího ročníku...“ (R1)

„Třeba když jsem se učil na státnice, tak jsem se v podstatě zásobil jenom červeným kratomem, protože se mi na něm dobře učilo. Minimálně to mělo ten placebo efekt, že jsem si myslel, že se mi na něm dobře učí. Takže to jsem byl v nervu, potřeboval jsem se vychillovat a potřeboval jsem se soustředit.“ (R3)

„Možná ještě, že to taky bývá právě před nějakýma, co považuju za náročnějšíma úkolama nebo situacema třeba...“ (R7)

3.3.2 Setting

Respondenti (R1, R2, R3, R4, R7) **užívají kratom převážně sami, většinou nemají vyhrazené místo, kde kratom užívají, ale i přes to zmiňují konzumaci doma nebo v práci.** Ostatní respondenti (R5, R6, R8, R9, R10) také převážně užívají sami, ale také **s přítelem/přítelkyní (R5, R6, R10), s kolegy v práci (R9) nebo se spolubydlícím (R3, R8).** Respondenti (R5, R6, R10) konzumují kratom převážně doma společně právě s přítelem nebo přítelkyní a zmiňují konzumaci jako takový „**pohodový rituál**“. Ostatní (R3, R4, R7, R9) konzumují kratom z velké části i **v práci.** Respondenti (R1, R3, R4, R9) kratom občas konzumují nebo konzumovali kratom **kvůli stresu z práce,** se kterým jim kratom pomáhal. Uvádějí například větší chuť do práce nebo komunikace s lidmi a zlepšení nálady.

3.3.3 Účinky

Na veškeré účinky po užití kratomu jsem se ptala otázkou: „*Jaké vnímáte po užití účinky?*“ Možnost odpovědi jsem nechala záměrně otevřenou a pozorovala, čím respondenti nejvíce začínali. Začínali spíše pozitivními účinky a v průběhu rozhovoru jsme se dostali k těm negativním. Zajímavým zjištěním bylo, že ženy kratom často používají na snížení menstruační bolesti. Následující **účinky jsou rozdělené na psychické a fyzické** a jsou seřazeny od nejvíce po nejméně zastoupené.

3.3.3.1 Psychické účinky

- Zlepšení nálady, euforie, příjemné pocity (R1, R2, R3, R4, R5, R6, R7, R7, R10).
- Zlepšení kognitivních funkcí – soustředěnost, paměť, mluva, řešení úkolů (R1, R2, R3, R4, R5, R7, R10).
- Zvýšená energie, nabuzení (R1, R2, R4, R9, R10).
- Uvolnění a odbourání stresu (R1, R3, R6, R8, R10).
- Zvýšená komunikativnost a společenskost (R4, R8, R9, R10).
- Zvýšení výkonu (sportovního nebo v práci) (R1, R2, R7).
- Regenerace, relaxace (R2, R6, R10).
- Zvýšené sebevědomí (R2, R7).

3.3.3.2 Fyzické účinky

- Snížení bolesti (menstruační, svalová) (R2, R4, R5, R9, R10).
- Nevolnost, závratě, snížený tlak (R1, R4, R7, R8, R10).
- Uvolnění svalů (R2, R6, R10).
- Snížená chuť k jídlu (R1, R3, R7).
- Prokrvení končetin, teplo (R3, R4, R10).
- Svědění pokožky (R4, R5).
- Třes končetin (R5, R8).
- Zarudnutí v obličeji (R3).
- Snížené libido (R8).
- Tzv. body high (R7).
- Zácpa (R3).

3.4 Závislostní potenciál

Cílem této kategorie bylo najít potenciální znaky závislosti, případně abstinčního syndromu. Respondenti se v této části setkávají s otázkami týkajícími se vysazení kratomu, nepříjemných pocitů souvisejících s jeho vysazením nebo s nutkavou touhou užít kratom.

3.4.1 Závislost

Někteří respondenti se vyjadřují k závislosti nebo k riziku vzniku závislosti. Respondentka (R1) popisuje zvýšenou toleranci na kratom, protože jí kratom už nedává to, co ze začátku. Podobnou zkušenosti popisuje i respondent (R6). Respondentka (R1) také kratom užívá ihned po ránu, aby mohla vůbec fungovat. Respondent (R2) podle jeho slov pocíval, jak si kratom hraje s dopaminem a kratom dříve používal jako úlevu od strastí.

Respondenti hovořící o zvýšené toleranci na kratom:

„Namíchám si kratom, vypiju to a právě v tenhle moment mi přijde, že už mi to ani nedává to, co mi to dávalo dřív a že už tam je nějaká tolerance. Je tam takový příval energie, té lepší nálady a třeba když něco řeším, tak to trošku omezí ten stres. Ale už to vůbec není v té míře jako na začátku, když jsem si to dala poprvé.“ (R1)

„Myslím si, že to platí pořád stejně i teď, akorát to už není v takové míře. Nesnažím se to ale nahánět tím zvyšováním dávek nebo snahou brát častěji denně“ (R6)

Respondenti (R3, R4, R5 ...) začínající zkušenosti s kratomem, kdy ho každý popisoval jako velmi bezpečnou látku, na které se nedá udělat závislost. S odstupem času to vnímají s větším respektem a jejich názor se změnil.

„No trošku mě jakoby mrzí, ale v době, když jsem začínal, ale to je na každém jak tomu uvěří... že kolovalo, že je to naprosto bezpečná záležitost a že se na tom nedá udělat závislost a tak podobně.“ (R3)

„Na kávě samozřejmě také může existovat závislost, ale nemyslím si, že je nebezpečná tak, jako závislost na kratomu.“ (R4)

„Jsem si z počátku myslela, že kratom je vlastně fakt jako bezproblémová věc a že se na tom člověk třeba ani nemůže stát závislý, a co jsem se pak dostala do nějakého okruhu lidí (...)“ (R5)

„Co je na tom kratomu nejlákavější a zároveň nebezpečný, že jo, protože člověk si potom může zničit to chápání té reality.“ (R7)

3.4.2 Vysazení

Kromě jednoho respondenta, mají ostatní **zkušenost s vysazením kratomu**. Respondenti (R1, R5, R6, R8, R10) **vysadili kratom většinou na týden**, ale vždy se měli v plánu vrátit k užívání. **Důvody** k vysazení byla primárně **dovolená v zahraničí nebo nástup do nové práce**. Jeden z respondentů (R8) látku vysadil z důvodu **sníženého libida**. Jak jeden z respondentů sám popisuje, má pravděpodobně na užívání vliv i změna prostředí. Respondent (R7) kratom vysadil už třikrát, přičemž dvakrát to pro něho nebyl problém. Nepříjemné pocity spojené s vysazením se dostavily při užívání 16 g za den. Podařilo se mu dávku snížit na 5 g denně, ale kvůli stresu v práci je opět cca na 15 g za den. Při budoucí abstinenci chce **kratom postupně snižovat**. Vysadit postupným snižováním mají do budoucna v plánu také další dva respondenti (R1, R8).

Respondentka vysazující kratom na týden kvůli práci a strach z vysazení kratomu a následných abstinčních příznaků:

„(...) a teď v tom posledním půl roce jsem vysadila asi na týden (...)“ (R1)

„A to, protože jsem četla spoustu různých příspěvků, jaký mají lidi následky po tom vysazení a nějak jsem si nemohla najít vhodný týden, kdy bych mohla třeba nefungovat... a vlastně jako je to v té hlavě. Člověk si jako nechce říct, teď mi bude 5 dní špatně a nebudu spát, budu chodit do práce úplně bez energie... takže nevysadila no.“ (R1)

„Jo, občas si říkám, že není na škodu se odnaučit lpět trochu na těch věcech, ale vždycky to je jako s vidinou toho, že se k tomu zase vrátím.“ (R5)

„Nevysadil. Jo jako vysadil, když jsem jel třeba na dovolenou na týden... jestli se to dá brát jako vysazení, když si to neberu třeba, když jedeme někam na dovolenou, tak asi jo v tom případě.“ (R6)

Důvodem vysazení bylo snížené libido po užívání kratomu.

„No a úplně to nebylo fajn a tak jsem si řekl, že vysadím právě na týden.“ (R8)

„(...) například vloni na jaře na operaci s kolenem, takže jsem kratom prostě vysadila asi na týden...“ (R10)

Nejčastějším **projevem po vysazení kratomu byla nespavost, většinou první nebo druhý den** (R1, R8, R10). Společně s tou respondenti reportují také **únavu** (R1, R2, R4) nebo

sníženou, horší náladu (R1, R2, R7). Respondenti (R2, R5) popisují stavy po vysazení jako pocit, kdy jim „něco“ chybí. Respondent (R7) také popisuje **horečnaté stavy a amotivaci**.

Nespavost:

„No tak byla tam ta nespavost první dny, i když řekla bych, že to jsem brala třeba trošku méně, než teď. A celkově taková ta nervozita, neklid bych řekla a horší nálada, únava.“ (R1)

„Jediné, co se mi stalo, že jsem jeden večer nemohl usnout nějakou dobou, třeba tři hodiny mi nešlo usnout (...).“ (R8)

„Jediné co, tak že jsem jeden den trochu hůř spala, ale jestli to nebylo třeba o tom, že mě bolela ta noha před tou operací a nic mi tu bolest netišilo.“ (R10)

Únava a zhoršená nálada:

„Neklid bych řekla a horší nálada, únava.“ (R1)

Respondent (R2) popisuje zhoršení nálady a zhoršenou možnost být šťastný.

„(...) tak 2-3 dny určitě přicházeli takový jako abstinenční příznaky. Třeba ohledně toho štěstí jo, asi nějaká únava trošku (...) Samozřejmě, když jsem to užíval dýl, tak jsem pociťoval, jak si to vlastně hraje s tím dopaminem a tak dále. Takže... Že takové to vlastní štěstí přichází jako hůř. Jakože prostě se to tím vyplejtvá jo...“ (R2)

„(...) vyloženě ze začátku jsem zkoušel okamžitě přestat a druhý den byl poměrně už nesnesitelný. Jak jsem říkal ty horečnatý stavy, ty různé problémy s motivací a pak ještě špatné nálady a tohleto.“ (R7)

3.4.3 Craving

Všichni respondenti **popisují zkušenost s nutkavou touhou nebo myšlenkou užít kratom**. Respondenti (R1, R2, R3, R4, R8) popisují zažívání myšlenky „*ted' bych si dal*a kratom / ted' by se hodil*“ při různých situacích. Respondenti (R7, R8) také popisují nutkavou potřebu užít látku, **když ji neměli u sebe**, a tak si ji museli opatřit. Respondent (R7) popisuje zmírnění neklidné nálady při vědomí, že za chvíli látku užije.

„No není to vidět na první pohled, to je prostě jenom v hlavě, když si člověk říká... dala bych si kratom, jsem taková neklidná, ale to spíš je jako uvnitř mě takový pocit...“ (R1)

„(...) 100 % jsem si hodněkrát řekl u různých situacích jako... ted' se ten kratom hodí. Jó, když si dáš ted' kratom, tak se ti určitě uleví. Ted' je dobrej.“ (R2)

„Spíš to bylo asi jakože tak, že jsem si říkal, ty jo, ted' bych si dal docela kratom.“ (R3)

„Třeba někam jdu mezi kamarády nebo i mezi cizí lidi a nemám kratom v sobě, ani ho nemám s sebou, a tak prostě myslím na to, že jsem si ho měla vzít, bylo by mi ted' lépe, lépe by se mi existovalo, takže asi takhle.“ (R4)

„No a když jsem si nakonec pro ten batoh stejně dojel, abych si ten kratom vyzvedl, tak jsem pozoroval, že půl hodiny předtím se mi udělalo líp. Ne jenom po té psychické stránce, ale přišlo mi, že i to tělo si uvědomovalo, že bude další dávka, a tak jako ulevilo jo... nemělo ty abstinenční příznaky.“ (R7)

„(...) že se z Prahy vrátím do Liberce ke kámošovi, který mi právě koupil kratom, měl jsem ho u něj a nechtěl jsem si kupovat tady. Přemýšlel jsem, že fakt pojedu do Liberce a pojedu za ním, takže jako jo no.“ (R8)

3.5 Legální status

Po prvním rozhovoru se vynořila ještě jedna důležitá kategorie týkající se kratomu, a to jeho legální status. Zahrnula jsem tedy do rozhovoru následující otázky, a to: „*Co si myslíte o legalitě/nelegalitě kratomu a co si myslíte o jeho regulaci?*“ Většina respondentů prosazuje názor, že by měl kratom **zůstat legální a nezařazen na seznam zakázaných látek**, zároveň však určitým způsobem **regulován**. Úplný zákaz hodnotí negativně ze subjektivních důvodů a také z té stránky, že kratom podle nich může pomoci při mnoha symptomech. Nejčastěji se respondenti zmiňují o následujících doporučeních pro regulaci kratomu, a to **nastavení věkové hranice prodeje a užívání, informovanost zákazníka, laboratorní testy a následná certifikace**.

„Myslím si, že by to teda mělo regulovaný. Nejsem pro úplný zákaz, protože jak jsme četla spoustu zkušeností, tak to lidem pomáhá od toho, aby brali třeba antidepresiva (...)“ (R1)

„Ty lidi pak... No setkal jsem se s případama, který prostě nevěděli, o co vůbec jde. Jakou si dát dávku nebo jak to užít a tam byl právě ten problém...“ (R2)

Respondentka (R4) zmiňuje možnou regulaci státem.

„A nevím, jak by to bylo s daněmi...myslím si, že by pro stát bylo asi výhodnější, kdyby měli nastavený kratom na stejné úrovni jako cigarety a alkohol.“ (R4)

„Jojo, a že by se snažili jít tou cestou, aby ten kratom byl regulovanou látkou, co si myslím, že je potřeba. To, jak to funguje teď je úplně špatně, aby se k tomu dostávaly děti v automatu a tak podobně (...) Jsem pro, aby se s tím něco udělalo, a to ne ve smyslu, že to zakážeme, ale že to budeme prostě nějak regulovat, aby lidi měli dostupné informace k tomu a aby to nebylo možné prodávat mladistvým a tak podobně. Jsem jednoznačně pro nějakou regulaci.“ (R6)

„Ano, to dává docela smysl, aby se to legalizovalo a zároveň nějak zregulovalo.“ (R7)

Respondenti (R8) o regulaci nepřemýšleli.

„Já si myslím, že vzhledem k tomu, jak to začíná být čím dál víc populární, tak si myslím, že je hodně špatně, že to tady není nějak řešené. A to ne jenom z pohledu toho, jaké by to mohlo mít případně účinky na mladistvý, kteří si to můžou takto vlastně úplně v pohodě koupit, ale i z hlediska toho kratomu jako takového.“ (R10)

3.5.1 Věková hranice

Dle respondentů by měla být nastavena **věková hranice pro prodej, nákup a užívání kratomu na 18 let**, jak je tomu u alkoholu a nikotinových výrobků a případné odstranění automatů s kratomem, kde se stal volně prodejným pro kohokoliv. Užívání kratomu mladistvými, vnímají někteří respondenti jako **rizikové pro vývoj mozku a raný vznik závislosti**.

„Asi bych to taky dal od 18cti si myslím, protože to je...Myslím si, že by to bylo nezodpovědné to dát hlavě, která ještě nedospěla. Dětský...“ (R2)

„(...) Takže alespoň tu hranici nastavit alespoň na 18 let...“ (R4)

„No, rozhodně od 18 let (...) (R6)

„(...) ale když je to takhle látka pro dospělé, tak jasný, třeba od 18, aby to nebylo přístupné dětem.“ (R9)

3.5.2 Informovanost

Dostupnost informací dříve

Několik respondentů (R1, R4, R6) se vyjadřuje k dostupnosti informací kratomu v minulých letech, které podle nich nebyly dostačující a poukazovali pouze na pozitivní účinky kratomu bez poukázání na možná rizika jeho užívání nebo riziko vzniku závislosti. Ačkoliv se informovanost za poslední roky zlepšila, pořád to je dle respondentů nedostačující.

„Tenkrát o tom nebylo ani moc článků na internetu a co jsem tam většinou našla, byly spíše ty benefity a nenašla jsem tam moc záporů, které jsou, když to člověk užívá v malých dávkách, a ani žádný vliv na zdraví.“ (R1)

„Nikdy dříve jsem to slovo neviděla, takže jsem začala googlit... Bylo to asi 6 – 7 roků zpátky. Pročítala jsem spíše jen české weby a moc těch dostupných informací tam nebylo a většinou se to opakovalo. Bylo mi to sympatické, ty účinky, které popisovali...“ (R4)

„No před těma třema rokama to bylo ještě takové, že k tomu moc informací nebylo...“ (R6)

Dostupnost informací teď

Většina respondentů si stěžovala na nemožnost se dostat k informacím o účincích a rizicích kratomu při jeho koupi. Nedostatek informací nebo nemožnost informovat přisuzují právě legálnímu zakotvení kratomu. Vzhledem k tomu, že se prodává jako sběratelský předmět,

který není určen ke konzumaci, není tedy možné k němu psát doporučení o konzumaci. Dle respondentů je **důležité nové potenciální uživatele informovat o rizicích kratomu spojených se vznikem závislosti nebo jeho dávkování, původu a předcházení možným nežádoucím účinkům** či špatným stavům spojených s jeho konzumací. Respondenti by ocenili mít napsané informaci buď k látce nebo přímo na jeho obalu.

„No, jelikož kratom není legální prodávat za účelem konzumace, ale můžeš ho legálně prodávat pouze za účelem sběratelských etnobotanických vzorků. V podstatě žádný e-shop neodkazuje na to nebo pokud odkazuje, tak ho hned zruší – na to, že bys ho měla konzumovat. Účinky nic, protože to je nelegální.“ (R3)

„Některé weby popisují kratom jako kávu, že je to v podstatě to samé jako káva, ale asi není... Takže si nemyslím, že je v pořádku, aby to fakt braly děti. Na kávu samozřejmě také může existovat závislost, ale nemyslím si, že je nebezpečná tak, jako závislost na kratomu. Takže alespoň tu hranici nastavit alespoň na 18 let... A nevím, jak by to bylo s daněmi... Myslím si, že by pro stát bylo asi výhodnější, kdyby měli nastavený kratom na stejné úrovni jako cigarety a alkohol.“ (R4)

„(...) a možnost popsat nějak ty účinky a nějaký ten závislostní potenciál přímo na tom webu (...)“ (R6)

„A co je za mě úplně nejhorší je to, že díky té legislativě nemůže ten prodejce poskytovat vůbec žádné informace, takže i kdyby chtěl ty mladistvé varovat, že na tom může vzniknout závislost nebo cokoliv, tak přece nemůže, protože to je sběratelský předmět a u toho nemůžeš nikoho varovat, protože to nemá sloužit k užití.“ (R10)

Někteří respondenti zmiňují také větší důraz na prevenci spojenou s kratomem.

3.5.3 Laboratorní testy a certifikace

Několik respondentů zmiňuje možnou **kontaminaci látky např. těžkými kovy, plísněmi nebo pesticidy**. Vzniká tedy doporučení pro **kontrolu kvality** kratomu např. laboratorními testy a následná **certifikace** dovozců této látky.

„Jo, laboratorní testy třeba ty povinné... Teď si taky ty prodejci mohou napsat, že je to laboratorně napsané, ale nikdo to nehlídá, jen je to tam napsané.“ (R1)

„No, určitě by měla být kontrolovaná kvalita, že by se to jako mohlo objednávat čistě od nějakých certifikovaných vývozců (...)“ (R2)

Respondent (R2) zmiňuje i případné zvýšení ceny kratomu v důsledku jeho kontroly.

„Jak říkám, bohužel by to bylo určitě dražší o kus...“ (R2)

„(...) nebo aby ti prodejci museli nějak testovat ten kratom na nějaké těžké kovy a cizorodé látky, aby to bylo dostupné pro ty kupující, ty obsahy těch látek a tak podobně.“ (R6)

„Minimálně v tom, aby každý prodejce, než bude kratom prodávat, ho mohl podrobit nějakým testům na obsahy těžkých kovů a pesticidů a těchto věcí.“ (R10)

Jedna z respondentek (R4) se dotýká také tématu řízení a konzumace kratomu, kde hovoří o případné **možnosti testování intoxikace kratomem za volantem.**

4 Shrnutí výsledků

Výsledky jsou prezentovány dle stanovených výzkumných otázek znovu a stručněji, pro přehled výzkumu.

VO 1: Jaké jsou vzorce užívání kratomu mezi pravidelnými uživateli?

Nákup látky a finance

První setkání respondentů s kratomem bylo převážně přes přátelé, ale několik respondentů (N=4) si ze začátku nakoupilo tzv. testovací balíčky přes e-shop. E-shopy se poté staly nejčastějším zdrojem nákupu při dlouhodobém užívání. Někteří respondenti (N=2) kratom nakupují přímo od dodavatelů z jihovýchodní Asie a sami ho poté prodávají. Pouze jeden respondent občas nekupuje v kamenném obchodu. Finanční částka, kterou respondenti za kratom za měsíc zaplatí se pohybuje u čtyř respondentů (N=4) 400 – 800 Kč/měsíc, u dalších čtyřech (N=4) mezi 1000 – 1 500 Kč/měsíc a poslední dva respondenti (N=2) finance vůbec neřeší, protože s kratomem obchodují a jejich výdělek jim pokryje vlastní spotřebu.

Frekvence a množství užívané látky

Z rozhovorů vyplynulo rozdělení respondentů do dvou skupin, a to: ti, co užívají kratom jednou denně, alespoň 5 dní v týdnu a druhá, kde respondenti užívají dvakrát až čtyřikrát denně, alespoň 5 dní v týdnu. Rozdíly v užívání byly tedy primárně ve frekvenci užívání, ale také i v množství užívané látky. První skupina užívala maximálně 2-3 g, kdežto ve druhé skupině se množství pohybovalo mezi 7,5 – 20 g.

Způsob užívání

Všichni respondenti konzumují kratom v podobě rozemletého prášku v nápoji. Míchají si ho převážně s vodou, poté s pomerančovým nebo jablečným džusem, kvůli přebití hořké chuti kratomu. Někteří respondenti si na chuť kratomu už zvykli nebo ho užívají s vodou kvůli nižší finanční náročnosti. Několik respondentů (N=5) má ke konzumaci kratomu určený předmět. Jednalo se hlavně o skleničku nebo lžičku. Ostatní respondenti (R=3) mají konzumaci spojenou s domácím rituálem, kdy jinde kratom neuvžívají.

Set a důvody k užití

Nálada vedoucí ke konzumaci kratomu jsou únava a vyčerpání, stres, bolesti, nervozita, relaxace, regenerace nebo pokleslá nálada. Očekávané účinky, kvůli kterým je kratom

konzumován jsou hlavně zlepšení nálady, snížení únavy, fyzické a psychické uvolnění, zvýšení výkonu, větší soustředěnost v práci, komunikace, společenskost a snížení bolesti.

Setting

Převážná většina respondentů konzumuje kratom sama, a to doma nebo v práci. Ostatní respondenti kratom konzumují také doma nebo v práci, ale společně s přítelem/přítečkou, spolubydlícím nebo s kolegy v práci.

VO 2: Jaké účinky uživatelé popisují?

Veškeré účinky, které uživatelé po konzumaci kratomu popisují byly rozděleny na psychické a fyzické. V následujícím výčtu jsou respondenty všechny zmíněné účinky. Řadím je od nejvíce po nejméně zastoupené.

Psychické účinky:

- Zlepšení nálady, euforie, příjemné pocity.
- Zlepšení kognitivních funkcí – soustředěnost, paměť, mluva, řešení úkolů.
- Zvýšená energie, nabuzení.
- Uvolnění a odbourání stresu.
- Zvýšená komunikativnost a společenskost.
- Zvýšení výkonu (sportovního nebo v práci).
- Regenerace, relaxace.
- Zvýšené sebevědomí.

Fyzické účinky:

- Snížení bolesti (menstruační, svalová).
- Nevolnost, závratě, snížený tlak.
- Uvolnění svalů.
- Snížená chuť k jídlu.
- Prokrvení končetin, teplo.
- Svědění pokožky.
- Třes končetin.
- Zarudnutí v obličeji.
- Snížené libido.
- Tzv. body high.

- Zácpa.

VO 3: Jaké fyzické a psychické pocity mají uživatelé po vysazení kratomu?

Převážná většina respondentů (N=9) má zkušenost s vysazením kratomu. Několik respondentů (N=5) vysadilo kratom alespoň na týden. Motivace k vysazení se lišili, ale primárně bylo důvod vycestování do zahraničí nebo nástup do nové práce. Jeden z respondentů kratom vysadil z důvodu snížení libida, který po užívání pociťoval, avšak i přes pozitivní účinky vysazení, kratom začal znovu užívat. Dva respondenti vnímají abstinenci od kratomu jako náročnou a popisují, že si nemohou dovolit zažívat potenciální abstinenci syndrom během pracovního týdne. Do budoucna chtějí k abstinenci dojít postupným snižováním kratomu na minimální nebo žádnou dávku.

Projevy, které se dostavily po vysazení látky byla primárně nespavost, která se projevovala první nebo druhý den. Dále pak únava, která je pravděpodobně spojena s nespavostí. V neposlední řadě se objevovala snížená nebo horší nálada. Jeden z respondentů popisuje horečnaté stavy a amotivaci.

Další projev, který respondenti zažívali, avšak ne přímo úměrně s vysazením kratomu, je craving. Zažívali ho například v situacích, kdy neměli kratom u sebe nebo ho nemohli konzumovat (např. když byli ve společnosti, ve které se to podle nich nehodilo nebo neměli namíchaný nápoj). Respondenti v těchto případech popisují nutkavé myšlenky na užití kratomu nebo zhodnocování situací, kde by se konzumace momentálně hodila nebo jak by se cítili, kdyby měli látku u sebe a mohli ji zkonsumovat.

5 Diskuse a závěr

V této části se pojednává o výsledcích mé diplomové práce s jejím teoretickým zakotvením.

Výzkumný soubor byl od začátku koncipován na mladé dospělé (15 – 34 let), kteří pravidelně (tj. alespoň jednou týdně) užívají kratom. Míra užívání nelegálních látek je u této skupiny 2 – 3krát vyšší než u ostatních skupin. Také je častější užívání mezi muži (Zpráva o nelegálních drogách v České republice 2021). Součástí výzkumu byl také prevalenční dotazník, kde respondenti v posledních 12 měsících uvádějí užití marihuany, MDMA, kokainu, psilocybinu, poppers, GHB a ketaminu. Dle Zprávy o nelegálních drogách v České republice (2021) míra prevalence užití konopných látek a kokainu roste. Průměrný věk prvního užití respondentů byl 23,7 let. Dle Singha (2019) je průměrný věk prvního užití uživatelů v Malajsii 24,9 let.

Respondenti kratom shánějí převážně na e-shopech. To potvrzuje i Boyer et al. (2008), který k internetovému prodeji přidává ještě prodej v kamenných obchodech. Všichni respondenti kratom konzumují v podobě prášku smíchaného ve vodě či s ochuceným džusem. Veltri a Grundmann (2019) hovoří také o konzumaci prášku v kapslích nebo o přípravě kratomových listů jako běžného čaje. Smíchání s džusem, cukrem či jinými sladidly napomáhá předejít hořké chuti kratomu (Veltri & Grundmann, 2019). Hořká chuť kratomu byla i u respondentů důvodem, proč ho míchali s džusem nebo si ho oslazovali.

Subjektivní účinky, které jsou respondenty uváděny jsem rozdělila na psychické a fyzické. Mezi psychické účinky řadím zlepšení nálady, euforii, příjemné pocity, zlepšení kognitivních funkcí, zvýšenou energii, nabuzení, uvolnění a odbourání od stresu, zvýšenou komunikativnost a společenskost, zvýšení výkonu, regeneraci a relaxaci, zvýšené sebevědomí. Zvýšenou pracovní schopnost a zvýšení energie uvádí i Vicknasingama et. al (2010) ve své studii u obyvatel Malajsie. Další autoři Ahmad & Aziz (2012) uvádí zvýšení soustředěnosti, pocity euforie, relaxace a spokojenosti. Zvýšená soustředěnost a kognice mohou být důsledkem nootropického účinku kratomu (Česlík, 2020). Někteří z respondentů také uvádí užívání pro analgetické účinky kratomu, o kterých hovoří i ostatní autoři (Babu, McCurdy & Boyer, 2008; Takayama et al., 1998).

Téma, které vnímám jako důležité a které se objevilo při prvním rozhovoru se týká legislativního zakotvení kratomu. V České republice je momentálně kratom nabízen jako sběratelský předmět nebo předmět pro výzkumné, studijní nebo vědecké účely. Kratom není tedy látkou určenou ke konzumaci a neměly by u něho být popisovány jakékoliv účinky,

případně ostatní informace spojené s jeho konzumací. Vostřelová et al. (2021) ve své studii mapující informovanost o kratomu uvádí, že 11,4 % (N=70) studentů ví, jak je na tom kratom s legislativním zakotvením v ČR. Nemožnost informovat širokou veřejnost o jeho účincích a rizicích vnímá většina respondentů jako negativní. V již výše zmíněné studii však 48,6 % respondentů zná žádoucí účinky a 44,3 % ty nežádoucí. Většina respondentů (N=6) je pro regulaci kratomu, a to alespoň v případě nastavení věkové hranice od 18 let jak je tomu u alkoholu a cigaret, v možnosti informovat o účincích a rizicích této látky nebo v možnosti laboratorně testovat a certifikovat kratom putující do České republiky.

Obávaným limitem výzkumu bylo vedení polostrukturovaného interview online, kdy respondenti nemuseli souhlasit s videohovorem, což se mi ani v jednom z případů nestalo. Dalším rizikem, které zmiňuje i O'Connor et al. (2008) mohla být náročnost pozorování veškeré nonverbální komunikace respondenta způsobena také tím, že jsme s respondenty viděli pouze od pasu dolů.

Bylo by dobré kratomu věnovat větší pozornosti v odborné oblasti a zahrnout ho například do populačního šetření jako samostatně sledovanou látku. V nejnovější Zprávě o nelegálních drogách v České republice (2021) je sice zahrnut spolu s dalšími látkami pod pojmem „rostlinné drogy (*mimo konopí*), ale samotné jeho užívání není přímo jasné. Dalé se také věnovat neurobiologii závislosti, protože jeho fungování není zcela jasné. Jak už zmiňuje Vostřelová et al. (2021) a většina respondentů této práce, bylo by dobré, vyjasnit legální zakotvení kratomu v legislativě ČR, případně regulovat jeho uvádění na trh a možnost potenciální uživatele informovat o účincích a rizicích této látky. V rámci jeho uvádění na trh by bylo také vhodné zajistit laboratorní testování vzorků kratomu přicházejících ze zahraničí a certifikace dovozců. V neposlední řadě také implementace informací o kratomu do primárně preventivních, ale i harm reduction programů.

6 Literatura

Ahmad, K., & Aziz, Z. (2012). *Mitragyna speciosa* use in the northern states of Malaysia: A cross-sectional study. *Journal of Ethnopharmacology*, 141, 446-450. <https://doi.org/10.1016/j.jep.2012.03.009>

Appendix 7: The Leeds Dependence Questionnaire (pp. 368–369). (n.d.). *Appendix 7: The Leeds Dependence Questionnaire* (pp. 368–369). <https://doi.org/10.1002/9780470693742.app7>

Babu, K. M., McCurdy, C. R., & Boyer, E. W. (2008). Opioid receptors and legal highs: *Salvia divinorum* and Kratom. *Clinical toxicology (Philadelphia, Pa.)*, 46(2), 146–152. <https://doi.org/10.1080/15563650701241795>

Balvín, J. (2021). *Po konopí i kratom. Další spornou látku si můžou pořídít z automatu i děti.* https://www.denik.cz/z_domova/kratom-konopi-automat-deti-20211215.html

Boyer, E. W., Babu, K. M., Adkins, J. E., Mccurdy, C. R., & Halpern, J. H.. (2008). Self-treatment of opioid withdrawal using kratom (*Mitragyna speciosa* korth). *Addiction*, 103(6), 1048–1050. <https://doi.org/10.1111/j.1360-0443.2008.02209.x>

Cinosi, E., Martinotti, G., Simonato, P., Singh, D., Demetrovics, Z., Roman-Urrestarazu, A., Bersani, F. S., Vicknasingam, B., Piazzon, G., Li, J.-H., Yu, W.-J., Kapitány-Fövény, M., Farkas, J., Di Giannantonio, M., & Corazza, O. (2015). Following “the Roots” of Kratom (*Mitragyna speciosa*): The Evolution of an Enhancer from a Traditional Use to Increase Work and Productivity in Southeast Asia to a Recreational Psychoactive Drug in Western Countries. *BioMed Research International*, 2015, 968786. <https://doi.org/10.1155/2015/968786>

Danda, H., Leca, N., Štefková, K., Syrová, K., Páleníček, T. 2020. Nové psychoaktivní substance. *Zaostřeno* 6 (1), 1–20.

Desalles, H. (2021). *Kratom Strains Explained: Kratom Color, Kratom Effects, and Kratom Strength Comparison Charts.* <https://the-unwinder.com/science/kratom-strains-chart/>

EMCDDA. (2015). *Kratom drug profile.* European Monitoring Center for Drugs and Drug Addiction https://www.emcdda.europa.eu/publications/drug-profiles/kratom_en#bibliography

EMCDDA. 2011 ???

Erowid. (2018). Kratom Dosage. *The Vaults of Erowid*.
https://erowid.org/plants/kratom/kratom_dose.shtml

Evropské monitorovací centrum pro drogy a drogovou závislost (2021), Evropská zpráva o drogách 2021: Trendy a vývoj, Úřad pro publikace Evropské unie, Lucemburk

EXTC. (2019). *Kratom*. <https://www.extc.cz/kratom.html>

Gabrhelík, R., Miovský, M., Zábranský, T., & Kubů, P. (2008). *Vzorové užívání konopných drog a parafernálie*. *Adiktologie* 8(2): 98-111.

Garcia-Romeu, A., Cox, D. J., Smith, K. E., Dunn, K. E., & Griffiths, R. R. (2020). Kratom (*Mitragyna speciosa*): User demographics, use patterns, and implications for the opioid epidemic. *Drug and alcohol dependence*, 208, 107849.

<https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2020.107849> Grundmann, O. (2017). Patterns of Kratom use and health impact in the US—Results from an online survey. *Drug and Alcohol Dependence*, 176, 63–70. <https://doi.org/10.1016/j.drugalcdep.2017.03.007>

Hassan, Z., Muzaimi, M., Navaratnam, V., Yusoff, N. H. M., Suhaimi, F. W., Vadivelu, R., Vicknasingam, B. K., Amato, D., Von Hörsten, S., Ismail, N. I. W., Jayabalan, N., Hazim, A. I., Mansor, S. M., & Müller, C. P. (2013). From Kratom to mitragynine and its derivatives: Physiological and behavioural effects related to use, abuse, and addiction. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 37(2), 138–151.
<https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2012.11.012>

Is Kratom Legal in My State? (2022). <https://www.therecoveryvillage.com/kratom-addiction/is-kratom-legal-in-my-state/>

Janchawee, B., Keawpradub, N., Chittrakarn, S., Prasetho, S., Wararatananurak, P., & Sawangjareon, K. (2007). A high-performance liquid chromatographic method for determination of mitragynine in serum and its application to a pharmacokinetic study in rats. *Biomedical Chromatography*, 21(2), 176-183.
<https://doi.org/https://doi.org/10.1002/bmc.731>

Jansen, K. L. R., & Prast, C. J. (1988). Ethnopharmacology of kratom and the Mitragyna alkaloids. *Journal of Ethnopharmacology*, 23(1), 115-119. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0378-8741\(88\)90121-3](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/0378-8741(88)90121-3)

Kalina, K. (2015). *Klinická adiktologie*. <http://www.medvik.cz/link/MED00186226>

Kratina, T. (2017). Kratom - Specifikace nové návykové látky v Evropě [Recenzovaný přehledový článek]. *Drugs & Forensics bulletin*, XXIII, 4. file:///C:/Users/kunov/Downloads/Bulletin_04_2017_men%C5%A1%C3%AD.pdf

Miovský, M. (2010). *Kvalitativní přístup a metody v psychologickém výzkumu*. Grada.

Manda, V. K., Avula, B., Ali, Z., Khan, I. A., Walker, L. A., & Khan, S. I. (2014). Evaluation of In Vitro Absorption, Distribution, Metabolism, and Excretion (ADME) Properties of Mitragynine, 7-Hydroxymitragynine, and Mitrephylline. *Planta Med*, 80(07), 568-576.

Mravčík, V., Chomynová, P., Grohmannová, K., Janíková, B., Černíková, T., Rous, Z., Tion Leštíková, Z., Nechanská, B., Cibulka, J. T., 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., Cibulka, J., Franková, E., Nechanská, B., Fidesová H., Vopravil, J. (2021) Zpráva o nelegálních drogách v České republice 2021. Praha: Úřad vlády České republiky.

Norakaphadung, P., 1966. Pramuan Khuamru Ruang Yaseptit Hai Thot. Thanyarak Hospital, Bangkok

Newcombe, R. & Woods, S. (1999). How risky is ecstasy? A model for assessing and comparing the mortality risk of ecstasy use, dance parties and related activities. Working paper for students: 3D Research Bureau. Liverpool: John Moores University.

O'Connor, H., Madge, C., Wellens, J., & Robert, S. (2008). Internet based interviewing. In (pp. 271-289). <https://doi.org/10.4135/9780857020055.n15>

Post, S., Spiller, H. A., Chounthirath, T., & Smith, G. A. (2019). Kratom exposures reported to United States poison control centers: 2011–2017. *Clinical Toxicology*, 57(10), 847-854. <https://doi.org/10.1080/15563650.2019.1569236>

Přístup SZPI k produktům získaných z rostliny Mitragyna speciosa nazývané též "Kratom". (2021). https://www.szpi.gov.cz/clanek/pristup-szpi-k-produktum-ziskanych-z-rostliny-mitragyna-speciosa-nazyvane-tez-kratom.aspx#_ftn1

Raistrick, D., Bradshaw, J., Tober, G., et al. (1994) Development of the Leeds Dependence Questionnaire (LDQ): a questionnaire to measure alcohol and opiate dependence in the context of a treatment evaluation package. *Addiction*, 89, 563–72.

Ruck, C., Hoffman, M. A., & Celdrán, J. A. G. (2021). *Mushrooms, Myth and Mithras: The Drug Cult That Civilized Europe*. City Lights Publishers. <https://books.google.cz/books?id=jzsfEAAAQBAJ>

Ruiz S, D.. (2017). Kratom, Legal or Illegal Drug?. *Journal of Forensic Sciences & Criminal Investigation*, 4(2). <https://doi.org/10.19080/jfsci.2017.04.555633>

Rytíř, V. (2020). *Legalita kratomu v Evropě*. <https://kratomania.cz/legalita-kratomu-v-evrope/>

Shamima, A. R., Fakurazi, S., Hidayat, M. T., Hairuszah, I., Moklas, M. A. M., & Arulselvan, P.. (2012). Antinociceptive Action of Isolated Mitragynine from *Mitragyna Speciosa* through Activation of Opioid Receptor System. *International Journal of Molecular Sciences*, 13(9), 11427–11442. <https://doi.org/10.3390/ijms130911427>

Sabetghadam, A., Navaratnam, V., & Mansor, S. M. (2013). Dose–Response Relationship, Acute Toxicity, and Therapeutic Index between the Alkaloid Extract of *Mitragyna speciosa* and Its Main Active Compound Mitragynine in Mice. *Drug Development Research*, 74(1), 23-30. <https://doi.org/https://doi.org/10.1002/ddr.21052>

Saingam, D., Assanangkornchai, S., Geater, A. F., & Balthip, Q. (2013). Pattern and consequences of kratom (*Mitragyna speciosa* Korth.) use among male villagers in southern Thailand: a qualitative study. *The International journal on drug policy*, 24(4), 351–358. <https://doi.org/10.1016/j.drugpo.2012.09.004>

Shamind. (2022). *Co je kratom?* https://shamind.cz/produkt/kratom-gold-bali/?gclid=Cj0KCQiApL2QBhC8ARIsAGMm-KE2grGOA0uJs5bUYjcL6PbL2OW05JNfsin-OzsIwqvkW LC6vCV4saAhLDEALw_wcB

Sharma, A., Kamble, S. H., León, F., Chear, N. J., King, T. I., Berthold, E. C., Ramanathan, S., McCurdy, C. R., & Avery, B. A. (2019). Simultaneous quantification of ten key Kratom alkaloids in *Mitragyna speciosa* leaf extracts and commercial products by ultra-performance liquid chromatography-tandem mass spectrometry. *Drug testing and analysis*, 11(8), 1162–1171. <https://doi.org/10.1002/dta.2604>

Singh, D., Narayanan, S., Vicknasingam, B., Corazza, O., Santacroce, R., & Roman-Urrestarazu, A.. (2017). Changing trends in the use of kratom (*Mitragyna speciosa*) in Southeast Asia. *Human Psychopharmacology: Clinical and Experimental*, 32(3), e2582. <https://doi.org/10.1002/hup.2582>

Singh, D., Narayanan, S., Müller, C. P., Swogger, M. T., Chear, N. J. Y., Dzulkapli, E. B., Yusoff, N. S. M., Ramachandram, D. S., León, F., Mccurdy, C. R., & Vicknasingam, B.. (2019). Motives for using Kratom (*Mitragyna speciosa* Korth.) among regular users in Malaysia. *Journal of Ethnopharmacology*, 233, 34–40. <https://doi.org/10.1016/j.jep.2018.12.038>

Matsumoto, K., Yamamoto, L. T., Watanabe, K., Yano, S., Shan, J., Pang, P. K. T., Ponglux, D., Takayama, H., & Horie, S. (2005). Inhibitory effect of mitragynine, an analgesic alkaloid from Thai herbal medicine, on neurogenic contraction of the vas deferens. *Life Sciences*, 78(2), 187-194. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.lfs.2005.04.042>

Smith, D. (2017). *Emerging Adults and Substance Use Disorder Treatment: Developmental Considerations and Innovative Approaches*.

Smith, K. E., Rogers, J. M., Dunn, K. E., Grundmann, O., Mccurdy, C. R., Schriefer, D., & Epstein, D. H. (2022). Searching for a Signal: Self-Reported Kratom Dose-Effect Relationships Among a Sample of US Adults With Regular Kratom Use Histories. *Frontiers in pharmacology*, 13. <https://doi.org/10.3389/fphar.2022.765917>

- Suhaimi, F. W., Yusoff, N. H. M., Hassan, R., Mansor, S. M., Navaratnam, V., Müller, C. P., & Hassan, Z. (2016). Neurobiology of Kratom and its main alkaloid mitragynine. *Brain Research Bulletin*, *126*, 29-40. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.brainresbull.2016.03.015>
- Suwanlert S. (1975). A study of kratom eaters in Thailand. *Bulletin on narcotics*, *27*(3), 21–27.
- Takayama, H., Kurihara, M., Kitajima, M., Said, I. M., & Aimi, N. (1998). New indole alkaloids from the leaves of Malaysian *Mitragyna speciosa*. *Tetrahedron*, *54*(29), 8433-8440. [https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0040-4020\(98\)00464-](https://doi.org/https://doi.org/10.1016/S0040-4020(98)00464-)
- Tanguay, P. (2011). Kratom in Thailand. *Legislative Reform of Drug Policies*, *13*. <https://www.tni.org/files/download/kratom-briefing-dlr13.pdf>
- Taufik Hidayat M., Evhy Apriyani, Nabishah, B.M., Moklas M.A.A., Sharida F. and Farhan M.A.: Determination of Mitragynine Bound Opioid Receptors: Adv. in Med. Dent. Sci., *3*(3): 65-70, 2010
- Thuan, L. C. , 1957. Addiction to *Mitragyna speciosa*. In: Proceeding sof the Alumni Association, vol. 10, Malaya. University Malaya, Kuala Lumpur, pp.322–324.
- Tungtanawanuwat, W., & Lawanprasert, S. (2018). Fatal 4x100; Home-Made Kratom Juice Cocktail. *Journal of Health Research*, *24*(1), 43–47. Retrieved from <https://he01.tci-thaijo.org/index.php/jhealthres/article/view/156668>
- Vávrová, P., Majewská, P., Břoušková, B., Koch, R., & Rambousek, T. (2020). Kratom a opiáty - riziko relapsu? *Psychiatrie. 62. česko-slovenská psychofarmakologická konference Farmakologie duše. Jeseník, 15.-19. ledna 2020*, *24*(Suppl. 1), 45-46. <http://www.tigis.cz/>
- Veltri, C., & Grundmann, O.. (2019). <p>Current perspectives on the impact of Kratom use</p>. *Substance Abuse and Rehabilitation, Volume 10*, 23–31. <https://doi.org/10.2147/sar.s164261>
- Vostřelová, Z., Vajdllová D., Vacek J. & Mravčík,V. (2021). Užívání a informovanost o kratomu: dotazníková šetření mezi vysokoškolskými studenty [Online]. *Adiktologie v preventivní a léčebné praxi*, *4*, 142-148. <https://doi.org/10.35198/APLP/2021-003-0001>

Vicknasingam, B., Narayanan, S., Beng, G. T., & Mansor, S. M. (2010). The informal use of ketum (*Mitragyna speciosa*) for opioid withdrawal in the northern states of peninsular Malaysia and implications for drug substitution therapy. *The International journal on drug policy*, 21(4), 283–288. <https://doi.org/10.1016/j.drugpo.2009.12.003>

Kratom Dosage - How much to Take Based on Effect & Forms. (2021). *The Herald*. <https://www.heraldnet.com/national-marketplace/kratom-dosage-how-much-to-take-based-on-effects-forms/>

Kruegel, A. C., Uprety, R., Grinnell, S. G., Langreck, C., Pekarskaya, E. A., Le Rouzic, V., Ansonoff, M., Gassaway, M. M., Pintar, J. E., Pasternak, G. W., Javitch, J. A., Majumdar, S., & Sames, D. (2019). 7-Hydroxymitragynine Is an Active Metabolite of Mitragynine and a Key Mediator of Its Analgesic Effects. *ACS Central Science*, 5(6), 992-1001. <https://doi.org/10.1021/acscentsci.9b00141>

7 Přílohy

Příloha č. 1: Osnova polostrukturovaného rozhovoru

Osnova polostrukturovaného rozhovoru

1. Sociodemografická data
 - a. Věk
 - b. Pohlaví (Jak chce být respondent osloven)
 - c. Dosažené vzdělání
2. První zkušenost
 - a. Kde jste se s kratomem setkal*a poprvé?
 - b. Kdy jste kratom poprvé užil*a v jaké dávce? (Druh kratomu)
 - c. Jaká byla vaše první zkušenost s kratomem?
3. Vzorce užívání kratomu
 - a. Kdy a jak často kratom užíváte? (denní doba, dny v týdnu)
 - b. Jakým způsobem kratom užíváte?
 - c. Jaká je vaše běžná dávka a druh kratomu?
 - d. Kde a jak kratom sháníte?
 - e. Kombinujete kratom s nějakou jinou látkou a pokud ano, s jakou?
 - f. Jaký finanční obnos utratíte za kratom za týden?
 - g. Prosím popište běžné užití kratomu.
4. Set a setting
 - a. V jaké stavu (náladě) kratom nejčastěji užíváte?
 - b. Jaké jsou důvody užití kratomu?
 - c. S kým kratom užíváte?
 - d. V jakém prostředí kratom užíváte?
5. Závislostní potenciál
 - a. Jaké účinky vnímáte po užití kratomu?
 - b. Vysadil*a jste někdy kratom? Pokud ano, jaké to bylo?
 - c. Zažil*a jste někdy touhu užít kratom?
 - d. Setkal*a jste se někdy s nepříjemnými pocity, pokud jste kratom neužil*a? Pokud ano, s jakými a po jaké době?
6. Legální status
 - a. Co si myslíte o legalitě/nelegalitě kratomu?

b. Co si myslíte o regulaci?

7. Doplnění informací

a. Chtěl/a byste k jakémukoliv probranému nebo souvisejícímu tématu vrátit
nebo něco dodat?

b. Vynechali jsme něco, co Vám přišlo ke kratomu důležité?

Příloha č. 2: Záznamový arch

ZÁZNAMOVÝ ARCH

Datum rozhovoru	
Kód respondenta	
Pohlaví	
Věk	
Dosažené Vzdělání	

Látka	Alespoň 1x v posledních 30 dnech	Alespoň 1x v posledních 12 měsících	Alespoň 1x v životě	Nikdy neužil*a
Alkohol				
Marihuana				
MDMA/Extc				
Pervitin				
Kokain				
Amfetamin				
LSD				
Psilocybin/Psilocin				
GHB				
Mefedron				
Ketamin				
Poppers				
Crack				
NSD				
Heroin				
Subutex/Subuxone				

Příloha č. 3 The Leeds Dependence Questionnaire

Dotazník určený k měření závažnosti závislosti na jakékoli látce včetně alkoholu.

Při zodpovězení tohoto dotazníku se zamyslete:

- nad minulým týdnem
- zamyslete se nad hlavními skupinami látek, prosím specifikujte
- zaškrtněte odpověď, která je pro vás nejvhodnější

(1) Přemýšlíte někdy o tom, kdy si budete moc dát drink nebo si vzít jiné psychoaktivní látky?

Nikdy Někdy Často Téměř vždy

(2) Je pití nebo užívání psychoaktivních látek důležitější než něco jiného, co byste mohl*a během dne dělat?

Nikdy Někdy Často Téměř vždy

(3) Máte pocit, že vaše potřeba pití nebo užívání psychoaktivních látek je natolik silná, že je těžké ji ovládat?

Nikdy Někdy Často Téměř vždy

(4) Plánujete si dny tak, abyste mohli pít nebo užívat jakékoliv psychoaktivní látky?

Nikdy Někdy Často Téměř vždy

(5) Pijete nebo užíváte psychoaktivní látky určitým způsobem tak, aby se zvýšil jejich efekt?

Nikdy Někdy Často Téměř vždy

(6) Pijete nebo užíváte psychoaktivní látky ráno, odpoledne a večer?

Nikdy Někdy Často Téměř vždy

(7) Máte pocit, že jakmile se napijete nebo užijete nějakou látku, musíte pokračovat?

Nikdy Někdy Často Téměř vždy

(8) Je pro získání efektu určité látky důležitější než konkrétní nápoj nebo látka?

Nikdy Někdy Často Téměř vždy

(9) Chcete si dát více pití nebo látky, když se efekt látek snižuje?

Nikdy

Někdy

Často

Téměř vždy

(10) Je pro vás obtížné se vyrovnat s představou života bez pití nebo psychoaktivních látek?

Nikdy

Někdy

Často

Téměř vždy