

Adverse Childhood Experiences

a jejich dopady na psychické a somatické zdraví člověka

Ing. et Ing. Martin Zikmund



www.13hrichurodicovstvi.cz

"And, when you want
something, all the
universe conspires in
helping you to achieve it."

Paulo Coelho, *The Alchemist*

QuiteContemporary.com



Naše možnosti nejsou
neomezené, ale cesta není
předem určená...

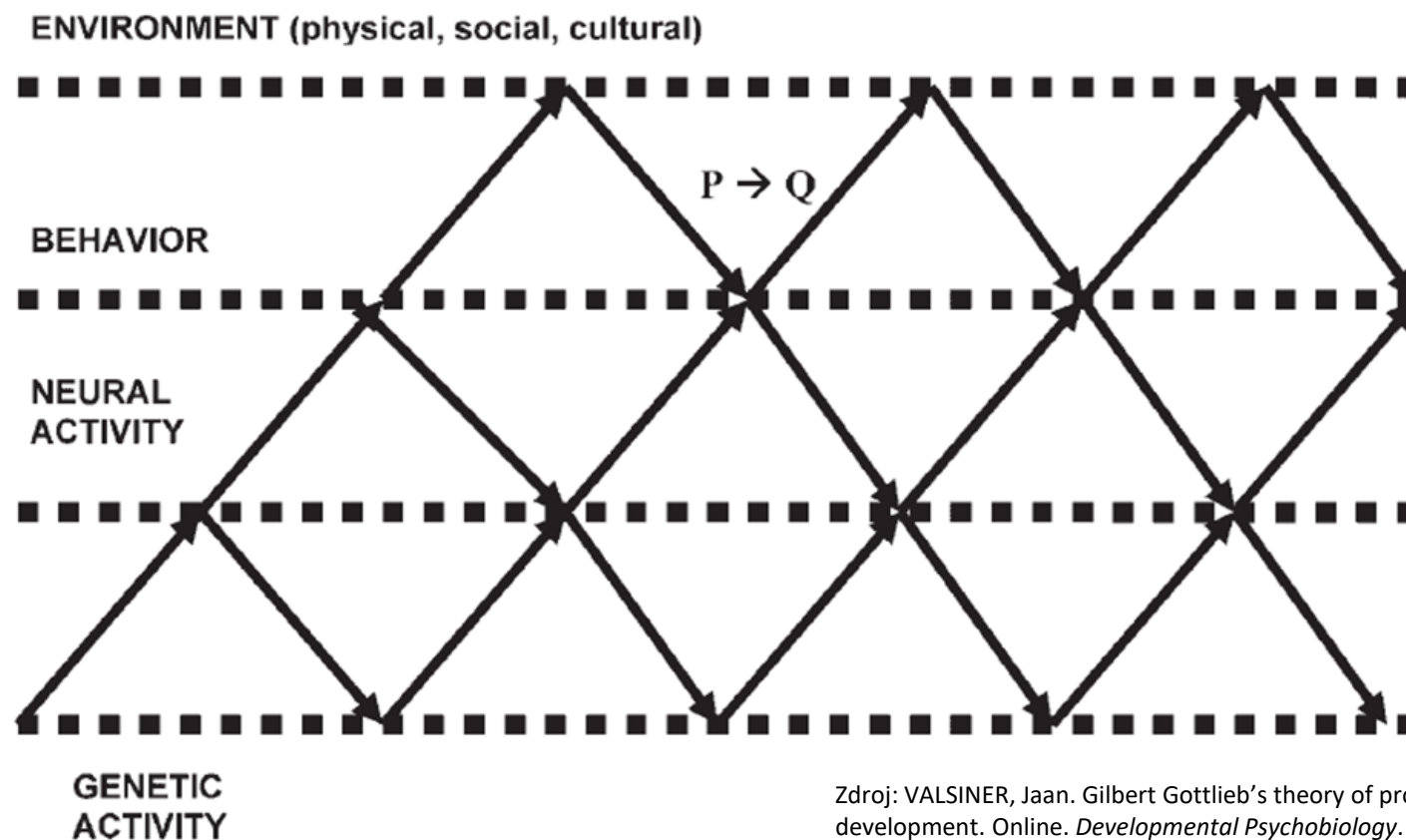
Některé věci jí ale vytyčí:

- Životní prostředí
- První 3 roky stravování dítěte
- Strava matky a otce před početím
- Strava a zdravotní stav matky v těhotenství
- Strava matky během kojení
- A mnoho dalšího, včetně toho, co jsme prožili s rodiči

Vlivy prostředí na naše zdraví a životní příběh

Teorie pravděpodobnostní epigeneze – BEHAVIORÁLNÍ VÝVOJ NEMÁ PŘEDURČENÝ SMĚR

V roce 1977 za ní Gilbert Gottlieb získal cenu za významný vědecký přínos od Society in Research in Child Development



Zdroj: VALSINER, Jaan. Gilbert Gottlieb's theory of probabilistic epigenesis: Probabilities and realities in development. Online. *Developmental Psychobiology*. 2007, roč. 49, č. 8, s. 832-840. ISSN 0012-1630.

Pacient 0 aneb jak vznikly ACEs

Anekdotický objev v klinice obezity 1985–1988

- Program na redukci hmotnosti americké zdravotní pojišťovny Kaiser Permanente. Vedl ho Dr. Vincent Felitti, primář preventivní medicíny v San Diegu.

Partnerství s Centers for Disease Control 1990–1993

- Felitti na odborné konferenci svým příspěvkem zaujal Dr. Roberta Andu, epidemiologa ze CDC.

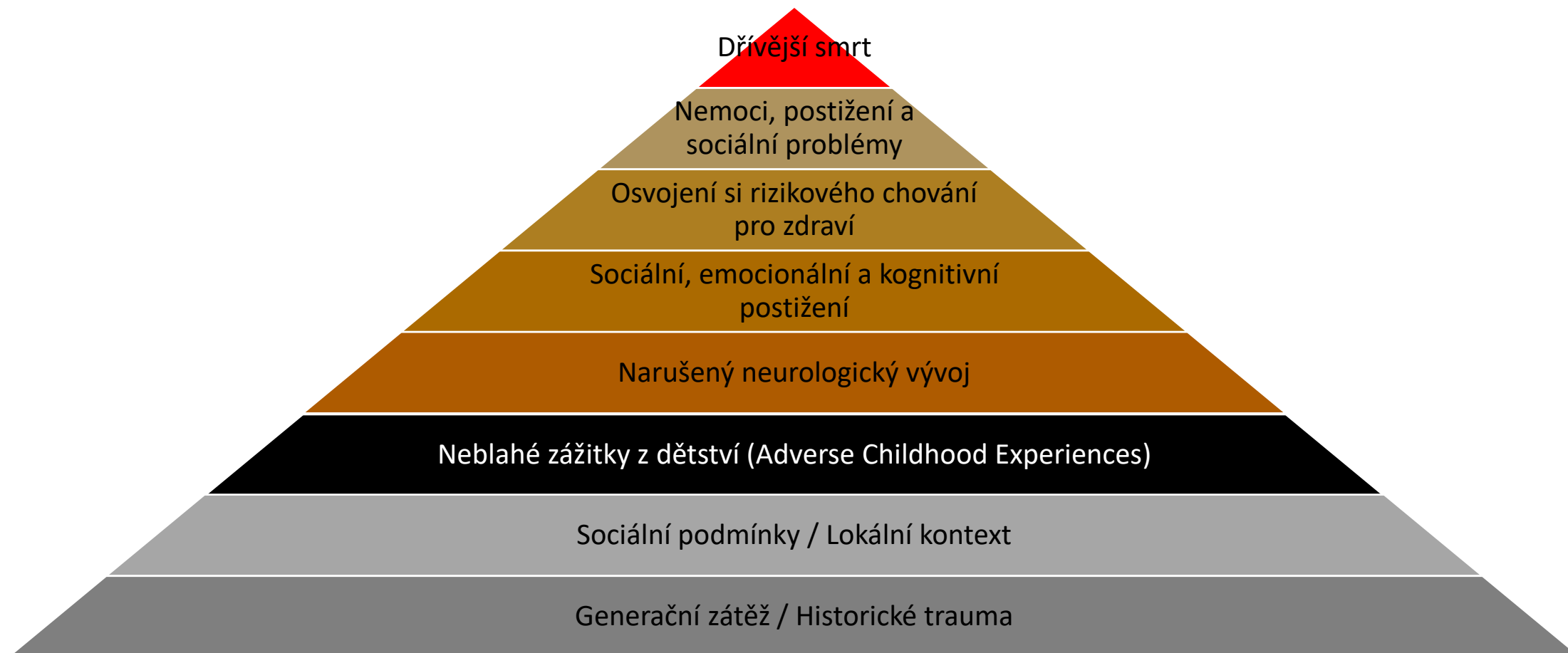
Sběr dat od reprezentativního vzorku v rámci CDC-Kaiser ACE study 1995–1997

- 17 337 dospělých pojištěnců, 10 kategorií traumat (současné ACEs i podle WHO).

Publikace dat ze studie a vědecká revoluce 1998

- **Výsledky publikované v *American Journal of Preventive Medicine* prokázaly přímou závislost mezi počtem dětských traumat (ACE skóre) a výskytem chronických nemocí (srdeční choroby, rakovina, závislosti) a předčasného úmrtí v dospělosti.**

Neblahé zážitky z dětství (ACEs) – 14. díl



ACEs a dopady na zdraví

Chronic diseases	ACE score										P for trend
	0		1		2		3		≥4		
Diabetes	1.0	(ref)	1.01	(.95–1.08)	1.05	(.96–1.13)	1.12	(1.02–1.24)	1.21	(1.12–1.29)	<.0001
Cancer	1.0	(ref)	.97	(.89–1.05)	1.06	(.96–1.18)	1.18	(1.05–1.33)	1.24	(1.14–1.35)	<.0001
Hypertension	1.0	(ref)	.98	(.92–1.04)	.91	(.84–.99)	.96	(.87–1.06)	.96	(.90–1.03)	.16
Stroke	1.0	(ref)	1.03	(.92–1.15)	1.23	(1.08–1.41)	1.36	(1.17–1.60)	1.42	(1.27–1.59)	<.0001
COPD	1.0	(ref)	1.25	(1.12–1.41)	1.44	(1.25–1.65)	1.49	(1.27–1.74)	1.66	(1.48–1.86)	<.0001
Depr (CESD)	1.0	(ref)	1.19	(1.11–1.27)	1.48	(1.36–1.61)	1.57	(1.42–1.73)	1.88	(1.75–2.02)	<.0001
Depression	1.0	(ref)	1.32	(1.22–1.42)	1.77	(1.61–1.93)	2.03	(1.83–2.26)	2.84	(2.64–3.06)	<.0001
High cholest	1.0	(ref)	1.01	(.95–1.08)	.99	(.91–1.07)	1.07	(.97–1.18)	1.12	(1.05–1.20)	.001
Heart attack	1.0	(ref)	1.06	(.96–1.17)	1.04	(.92–1.18)	1.17	(1.02–1.35)	1.44	(1.31–1.60)	<.0001

ACE-Associated Health Conditions: Adults

Symptom or Health Condition	Odds Ratio (excluding outliers)
Cardiovascular disease ²¹ (CAD, MI, ischemic heart disease)	2.1
Tachycardia ³⁷	≥ 1 ACE: 1.4
Stroke ²⁰	2.0
Chronic obstructive pulmonary disease (emphysema, bronchitis) ²¹	3.1
Asthma ⁴³	2.2
Diabetes ²¹	1.4
Obesity ²⁰	2.1
Hepatitis or jaundice ¹	2.4
Cancer, any ²¹	2.3
Arthritis ^{32, 7} (self-reported)	3 ACEs, HR: 1.5 ≥ 1 ACE: 1.3
Memory impairment ²⁰ (all causes, including dementias)	4.9
Kidney disease ⁴³	1.7
Headaches ¹¹	≥ 5 ACEs: 2.1
Chronic pain, any ³⁸ (using trauma z-score)	1.2
Chronic back pain ³⁸ (using trauma z-score)	1.3
Fibromyalgia ³⁷	≥ 1 ACE: 1.8
Unexplained somatic symptoms, including somatic pain, headaches ^{20, 2}	2.0 - 2.7
Skeletal fracture ¹	1.6 - 2.6 ²⁰
Physical disability requiring assistive equipment ²³	1.8
Depression ²¹	4.7
Suicide attempts ²¹	37.5
Suicidal ideation ²⁰	10.5
Sleep disturbance ²⁰	1.6
Anxiety ²¹	3.7
Panic and anxiety ²⁰	
Post-traumatic stress disorder ³⁷	4.5
Illicit drug use ²¹ (any)	5.2
Injected drug, crack cocaine, or heroin use ²¹	10.2
Alcohol use ²¹	6.9
Cigarettes or e-cigarettes use ³⁵	6.1
Cannabis use ³⁵	11.0
Teen pregnancy ²¹	4.2
Sexually transmitted infections, lifetime ²¹	5.9
Violence victimization ²¹ (intimate partner violence, sexual assault)	7.5
Violence perpetration ²¹	8.1

Odds ratios compare outcomes in individuals with > 4 ACEs to those with 0 ACEs, except where specified

V USA zažilo 4 a více ACEs
15,2 % žen (N=9 367)
a 9,2 % mužů (N=7 970)

**Mezi univerzitními studenty v ČR
zažilo 4 a více ACEs
9,5 % žen (N=114)
a 10,8 % mužů (N=52)**

Zdroj: ACEs Aware Initiative , ACE-Associated Health Conditions: For Pediatrics and Adults, 2020;
California Department of Health Care Services,
Office of the California Surgeon General, UCLA, UCSF;
Relationship of Childhood Abuse and Household Dysfunction to Many of the Leading Causes of Death in Adults, CDC, 1998;
DOI: 10.1016/S0749-3797(98)00017-8;
Prevalence of adverse childhood experiences (ACE) in the Czech Republic, 2020/DOI: 10.1016/j.chiabu.2019.104249

Neblahé zážitky z dětství - zneužívání

- **Sexuální** (16. díl) - *Rodič, příbuzný, rodinný přítel, nebo cizí člověk, který byl nejméně o 5 let starší než vy se vás aspoň jednou dotýkal, hladil/mazlil vaše tělo sexuálním způsobem, přiměl vás dotýkat se jeho těla sexuálním způsobem, nebo se s vámi pokusil mít jakýkoliv typ pohlavního styku.*

Prevalence mezi univerzitními studenty v ČR 6,4 %

- **Fyzické** (20. díl) - *Rodič, nevlastní rodič, nebo dospělý žijící ve vaší domácnosti do vás strkal, táhnul vás, dal vám facku, hodil něco na vás, nebo vás uhodil tak silně, že to zanechalo známky na vašem těle, nebo že jste byli zraněni.*

Prevalence mezi univerzitními studenty v ČR 17,1 %

- **Emoční** (24. díl) - *Rodič, nevlastní rodič, nebo dospělý žijící ve vaší domácnosti vám nadával, urážel vás, shazoval vás, nebo jednal způsobem, který vedle k tomu, že jste se báli, že vám bude fyzicky ublíženo.*

Prevalence mezi univerzitními studenty v ČR 20,7 %

Neblahé zážitky z dětství – zanedbávání

Prevalence mezi univerzitními studenty v ČR 8,0 %

- **Fyzické** (32. díl) - *Neměli jste dostatek jídla, vaši rodiče byli příliš opilí nebo příliš zfetování na to, aby se o vás starali, a museli jste nosit špinavé oblečení; Existoval někdo, kdo se o vás staral, chránil vás a bral vás k lékaři, pokud bylo potřeba* **Pokud to takto nebylo, jednalo se o fyzické zanedbávání.**
- **Emoční** (26. díl) - *Někdo ve vaší rodině vám pomáhal cítit se důležitý nebo výjimečný, cítil jste se milovaný, lidé ve vaší rodině se o sebe navzájem starali a cítili vůči sobě blízkost a vaše rodina byla zdrojem síly a podpory.* **Pokud to takto nebylo, jednalo se o emoční zanedbávání.**

Neblahé zážitky z dětství – psychické problémy rodičů

Problémy s hodnotou

74. díl: Nebud' dítě!

84. díl: Nebezpečné vztahy

102. díl: Mladí dospělí a nedospělí

- **Psychické onemocnění v domácnosti** (42. díl) - *Člen domácnosti byl deprimovaný či psychicky nemocný nebo člen domácnosti se pokusil o sebevraždu.*
Prevalence mezi univerzitními studenty v ČR 13,4 % (3,9 % pokus o sebevraždu rodiče)
- **Substanční závislost v domácnosti** (36. díl) - *Člen domácnosti problematicky užíval alkohol nebo byl alkoholikem nebo užíval narkotika.*
Prevalence mezi univerzitními studenty v ČR 20,2 %
- **Násilí vůči matce** (50. díl) - *Váš otec, nevlastní otec nebo matčin přítel do vaší matky či nevlastní matky strkal, tahal jí, dal jí facku, něco na ní hodil, kopl ji, kousnul ji, uhodil ji pěstí, uhodil ji předmětem, opakovaně ji tloukl po dobu aspoň pár minut, nebo ji aspoň jednou vyhrožoval, že ji ublíží nožem nebo pistolí.*
Prevalence mezi univerzitními studenty v ČR 22,1 % (u obou pohlaví celkem)

Neblahé zážitky z dětství – problémy v domácnosti

Problémy s blízkostí ve vztazích
64. díl: Nebud'! aneb úděl nechtěných dětí
66. díl: Prokletí osamění
84. díl: Nebezpečné vztahy

- **Odloučení nebo rozvod rodičů** (46. díl) - *Vaši rodiče byli, byť na nějakou dobu, odloučení či rozvedení.*
Prevalence mezi univerzitními studenty v ČR 23,0 %
- **Člen domácnosti ve vězení** (54. díl) - *Člen domácnosti šel do vězení.*
Prevalence mezi univerzitními studenty v ČR 1,4 %
K nepodmíněnému trestu odnětí svobody bylo v Československu v letech 1948-1989 odsouzeno nejméně 205 486 osob čistě z politických důvodů, dalších 4 495 lidí bylo popraveno.

Zničili mi
rodiče kvůli
ACEs život?



Ne, pokud...

- Budete správně spát
- Budete správně jíst
- Budete mít dostatek fyzické aktivity
- Budete dbát o svou psychickou pohodu
- Budete pravidelně chodit na preventivní prohlídky k lékaři
- Vyhledáte odbornou pomoc, když si s čímkoliv z toho nebudete vědět rady...





www.13hrichurodicovstvi.cz

Bo Camiño!

Ing. et Ing. Martin Zikmund

E-mail: martin@zikmund.cz

Web: www.zikmund.cz

Web: www.13hrichurodicovstvi.cz



facebook.com/13hrichurodicovstvi



Instagram.com/13hrichurodicovstvi



Kolik nás stojí zanedbávání a zneužívání jednoho dítěte

Celkové náklady zanedbávání a zneužívání, které dítě přežilo, činil v roce **2015** u **každého 1 takového dítěte**

830 928 USD (19 075 643 Kč)

Přepočet pro ČR dle
HDP per capita (2015)
koeficientem 1/3,184

5 991 094 Kč

K této částce u každého dítěte přispívají náklady na:

- | | |
|---|--------------|
| • Krátkodobou zdravotní péči ve výši 35 162 USD (807 215 Kč) | 253 522 Kč |
| • Dlouhodobou zdravotní péči ve výši 11 341 USD (260 356 Kč) | 81 770 Kč |
| • Dodatečné náklady na vzdělávání ve výši 8 693 USD (199 566 Kč) | 62 678 Kč |
| • Sociální péči ve výši 8 399 USD (192 816 Kč) | 60 558 Kč |
| • Soudní a vězeňský systém ve výši 7 333 USD (168 344 Kč) | 52 872 Kč |
| • Pokles produktivity a kvality života (QALY) ve výši 760 000 USD (17 447 346 Kč) | 5 479 694 Kč |