Kvartální alkoholik

Vložil Michal - 12/01/2017 07:55

Rozhodl jsem se o sobě napsat a začít to řešit. Asi před sedmi lety jsem byl v léčebně z důvodu závislosti na hazardu konkrétně v závislosti na ruletě. Poslední roky, ale začínám mít nebývalý problém s pitím alkoholu. Jsem klasický kvartál, dva týdny nepiji téměř vůbec nebo občas doma si dám jednu sklenku vína či pivo nic víc. Doma je to v pohodě, ale když vyjdu ven napiju se a nevím kdy skončit. Když jsem s někým a on chce jít už domů přemlouvám ho ještě k dalšímu pití až pak stejnak zůstanu sám a opiju se tak, že druhý den si skoro nic nepamatuji. Mívám poslední dobou až moc velká okna bohužel přibývají excesy, sem tam se znemožním, piju do druhého dne a pak několik dní je mi blbě a nejsem schopen doma něco dělat. Krom práce kdy si odpracuji svůj den nedělám nic. V soukromí jen ležím v depresích. Pak se vzpamatuji a nějaký ten týden funguju až zas do dalšího mého excesu a to se v průměru opakuje takhle jednou za měsíc. Někdy zajdu v pohodě na dvě tři piva a jdu domů pak ale jednou se seknu a nevím kdy přestat nedokážu se přinutit domů. A někdy bohužel se zliju natolik, že někdy končívám bohužel na ruletě. Chytnu někdy takovou slinu, že nevím kdy přestat piju a někdy i hraju až někdy v neuvěřitelné fanatičnosti. Už jsem se několikrát na určitých místech znemožnil udělal si ostudu přišel o hodně přátel, má rodina - rodiče jsou ze mě nešťastný pač pak v depresích se jim svěřuji. Přítelkyni to radši ani neříkám, ale ví že občas to s pitím přeženu a bohužel to už i poznala na vlastní kůži kdy jsem se v zápalu vztaku na pustil hromadů urážejicích poznámek. Přicházím díky tomu o prachy, o nervy, o psychiku, přidávám si deprese - možná a to na sobě sleduji trpím něčím jak BAP - možná je to manická fáze kdy vždy to takhle přeženu - pozoruji to na sobě a zjišťuji, že charakteristika této nemoci na mě hodně sedí. Nevím už co s tím. Dnes po důvěrném rozhovoru v rodině jsem se tedy rozhodl konečně k totální abstinenci. Má slabina bylo že vždy když se něco zlého stalo, omezil jsem chlast ale nikdy to nedotáhl do konce, vždy jsem časem polevil pod dojmem, že je vše v pořádku, ale ono není, není a nebude dokud jak mi bylo řečeno v léčebně musím se vést k absolutní abstinenci jinak to nejde, pač jsem kdysi ruletu hrál hlavně pod vlivem alkoholu. Teď za střízliva mi to naštěstí vůbec nic neřiká, ale když se napiju tak pak v mém bezvědomí nevím co dělám a bohužel někdy mě to svede ke hraní. Teď už dokonce ztrácím věci, to se mi nikdy nestávalo okna jsou čím dál větší. Už to opravdu začíná mít obrovské rozměry a teď po posledním excesu kdy jsem pil od devíti večer do rána a skončil na ruletě mi už vážně se mnou skončila trpělivost, uvažuji o psychologovi, možná řešit i možnou psychickou poruchu, kterou jestli ne BAP tak něco podobného asi mám, vím, že je to nebezpečná psychická nemoc, příznaky tam jsou velké. Snad když se už nenapiju by mělo jinak být vše ok jen tu psychiku musím nějak srovnat. Poslední dobou jsem byl přepracovaný a tohle začalo přinášet důsledky. Musím se srovnat, sklidnit, být vyrovnaný pač nerad bych krom prohraných či prochlastaných peněz něco v opilosti ještě neudělal něco horšího, čeho bych mohl hodně litovat. Vím, že sám to budu mít těžký zvládnout to proto asi odborná pomoc by byla lepší, ale zkusím to sám a zkusím využít vše co jsem v léčenbě pochytil a hlavně konečně opravdu abstinencí a ne jen na měsíc či dva co jsem vždy dělal a myslel že už jsem tak nějak ok ale NAVŽDY. Budu rád, když mi na to tady jakýkoliv názor řeknete, teď jsem ve fázi kdy nejsem schopný cokoliv dělat sotva se zvednu z postele, deprese obrovská, jsem teď zas v hajzlu ale tenhle neustálý koloběh mě už fakt nebaví. Divím se, že zaměstnání tak nějak zvládám, mám hodně nepravidelnou docházku a naštěstí teď mám čtyři dny volna která zas akorát je proležím, ale to se nedá nic dělat, musím vystřízlivět, dostat se z toho, přitom mám i vážné zdravotdní komplikace se střevy a musím se konečně naučit šetřit. Musím bojovat sám sebou neustále pač jen sám sobě jsem vlastním nepřítelem.

==========

Re: Kvartální alkoholik

Vložil Žilinčan - 12/01/2017 09:16

Pre informáciu - "kvartál" pije štyrikrát do roka, nie 26x.

==========

Re: Kvartální alkoholik
Vložil Krtek - 12/01/2017 09:38

Neviem, či som spravne pochopil. Raz do mesiaca sa zrubeš a medzitým si dáš nejaké to pivko. Tak to nie ja kvartál. Ty proste popíjaš celý mesiac a raz za čas sa ožerieš ako sviňa. To BAP máš aj za triezva alebo len keď si opitý? Pretože v prípade, že len opitý tak proste nemáš kontrolu nad sebou. Alkohol vo veľkom množstve proste z ľudí robí idiotov. Ja som tiež triezvy do automatu nedal ani korunu. Ale keď som vypil pošla celá výplata. Okná boli samozrejmosť. Strácanie resp. zabúdanie vecí bolo bežné u mňa. Depky, výčitky po chlaste som mal tiež. Teraz nepijem a nič z toho sa nedeje. Nemám žiadnu BAP. Je mi fajn. Všetko to zmizlo akoby šibnutím zázračného prútika, abstinovaním.

==========

Re: Kvartální alkoholik
Vložil Stopka - 12/01/2017 09:56

Zdravím,
já se z kvartálu lehce dostala na pití denně a pak už jen navyšovala dávky.
Z toho mám dojem, že kvartál je jenom meziobdobím , a to individuálně dlouhé jak u koho, než piješ denně.
Hladinkářka jsem nebyla, dávky jsem navyšovala.
Pokoušela jsem se xxxkrát o kontrolované pití, až pokus o úplnou abstinenci mi zatím vyšel.
V začátcích bez antidepresiv, (viděla jsem i pavouky a to už jsem nepila..)
 jenom vitamíny magnézko, B, C a kvalitní chlorela ve vysokých dávkách. Nějaké bylinky na játra a čaje,.

Michale drž se, je to pouze a jenom na Tobě.

==========

Re: Kvartální alkoholik
Vložil Double D - 12/01/2017 11:39

---

asi by tom ta skor odradil od nejakej samodiagnostiky psychickych problemov, toto prenechaj odbornikovi, za ktorym urcite zajdi na kus reci.
drzim palce.

==========

Re: Kvartální alkoholik
Vložil Ja - 12/01/2017 12:38

Bipolárna Afektívna Porucha = BAP = dg. F31. (0→9)
http://www.uzis.cz/cz/mkn/F30-F39.html

nie je ospravedlnenie pre:
Alkoholizmus s dg. F10.2

http://www.uzis.cz/cz/mkn/F10-F19.html
ani ďalšie závislosti. B)

Už len klasifikácia je numericky rozdielna. :p

O kvartálnom pití je informácií dostatok. :dry:

Názor a vhľad si dokáže urobiť každý sám pre seba. ;)

==========

Re: Kvartální alkoholik
Vložil Michal - 13/01/2017 21:00

_____

aaaha tak to jsem měl za to, když nepije pravidelně u mě je to většinou 14 dní nic pak sem tam nějaký den jedno, dvě pivka max. a pak jednou se to neskutečně rozjede že chlastám 12h někdy i více.

==========

Re: Kvartální alkoholik
Vložil Michal - 13/01/2017 21:07

_____

také jsem se pokoušel kolikrát dle nějakých pravidel to zmírnit tzv. pod kontrolou - vždy nějaké týdny max. dva - tři měsíce ok. Pak člověka jako mě obrnělo z toho vše jako že ok a už jsem se v tom zas plácal tak že jinou cestu nevidím. Tak že teď už jen vydržet.

==========

Re: Kvartální alkoholik
Vložil Michal - 13/01/2017 21:12

_____

jak jsem už zde psal čtrnáct dní třeba vůbec nic pak třeba nějaký den jedno dvě a pak přijde den kdy se zliju jako prase a chlastám třeba 12 h. Problémy nevyrovnanosti psychického rázu mám i když nechlastám, charakteristika sedí na BAP hodně jsem o tom četl ale je možné že se pletu a je klidně možné, že když přestanu s chlastem úplně třeba po nějakých měsících to přestane, je možné, že to dělá jen chlast....když jsem asi tři měsíce nechlastal, no bylo méně intenzivní, ale psychické problémy byly furt.

==========

Re: Kvartální alkoholik

Vložil Ja - 14/01/2017 05:16

Mišo,

možno len (ne)vedome prehliadaš tento text:

http://1url.cz/ctG4q

,ale podľa mňa si už dávno vyrástol z kože
dipsomaniaka do úspešného abúzera. :dry:

Je to na zamyslenie... :blush: :(

==========