# Velký problém,prosím o radu.

Vložil Tomáš - 26/09/2012 07:43

---

Dobrý den všem,jsem tu nový.Je mi 24 let a piji zhruba od 15 let.Léčím se na psychiatrii s depresema a úzkostí.Než jsem si přiznal,že mám v tomto problém tak jsem jako mladý zneužíval alkohol.Ted piji tak dvakrát týdně,už nemám skoro s kým všichni kamarádi se na mě vykašlali,kvůli mým excesům.Vím,že se takhle jednou zničím.Pokusil jsem se dvakrát o sebevraždu.Jím antidepresiva a ten alkohol s tím asi nebude moc dobrý.Nedokážu si představit život bez alkoholu.Bydlím v Brně vím,že je tam protialkoholní,ale já mám i problém psychického rázu.Proto nevím co ted.Do práce chodím,ale jsem neštastnej,prostě už to nejsem já.Je to chlast.

==========

# Re: Velký problém,prosím o radu.

Vložil Jana Mertosová - 09/09/2012 18:56

---

Tomáši.Kombinace psychofarmak a alkoholu není vůbec dobré řešení.Alkohol rozpouští úzkosti,strachy,deprese,navozuje pocit jednodužšího života,bez starostí-je to klamný úvod,kterým začne lákat na své účinky a k další konzumaci.Nutno zdůraznit,že takto funguje jen na počátku.Po častějším pití už naopak deprese,úzkosti,strach zvyšuje na neúnosnou hranici.Na Tvém místě bych využila zítřejší kontroly u psychiatra a přiznala mu celý svůj problém i s alkoholem a požádala nejen o radu,ale též pomoc.Říkáš,že si nedovedeš představit život bez alkoholu.Věř,že toto bylo nepochopitelné pro každého.S tou představou,že už by se nikdy neměl napít bojují všichni.Je v tom jenom strach a předsudky nic víc.Je to jenom krok do neznáma,nikoliv skok do prázdna.Všichni komu se podařilo vykročit a nepít jsou nadšeni svým novým životem,bez depresí,bez strachu-s klidným vědomím.Zjiš´tují,že je ten jejich nový život mnohem veselejší a barevnější-a věř,že mají pravdu!

==========

# Re: Velký problém,prosím o radu.

Vložil Tomáš - 09/09/2012 19:22

---

Děkuji za reakce,myslím si že jsem si ty úzkosti a depresi právě vybudoval skrz alkoholu,ranní kocovina vždy vyřešilo pár panáků rumu,ted mám v sobě asi 8 panáků rumu a 5 piveček a je mi fajn,ale nejde to do kola.zítra s tím musím něco udělat.Hlavně musím do práce !!

==========

# Re: Velký problém,prosím o radu.

Vložil Luděk - 09/09/2012 23:44

---

Tomáši, držím palce, já jsem to měl podobně, taky jsem v tvém věku pil na deprese a to není moc dobré. Teď je mi 33, deprese naštěstí nemám, ale alkohol piju stále...jen naštěstí už ty excesy nejsou takové jako dřív a snažím se to nějak omezovat.

==========

## Re: Velký problém,prosím o radu.
Vložil Jana Mertosová - 10/09/2012 14:07

---

Tomáši jsem zvědavá jak jste dnes pořídil u psychiatra.V každém případě přestat s pitím by bylo na místě.Problém deprese-pití-ještě větší deprese je kolotoč alkoholické závislosti.Bude se stupňovat a prohlubovat.Máte před sebou celý život,kterého je škoda propít.

==========

## Re: Velký problém,prosím o radu.
Vložil Petr N - 26/09/2012 07:55

---

Můžeš to zkusit ambulantně. Chodit na antabus. Když to nepomůže, tak léčebnu. Psycholog a psychiatr by tam měli být oba.
Jinak kombinace AD (předpokládám SSRI nebo SNRI) je velký záhul na játra. A další problém je, že tím pitím rušíš účinek antidepresiv. Při konzumaci alkoholu dochází k okamžitému uvolňování serotoninu a tím chvilkovému zlepšení nálady.
Zkus si najít na lepší náladu něco jiného. Mně pomáhá příroda a muzika.

==========

## Re: Velký problém,prosím o radu.
Vložil Tomáš - 26/09/2012 08:01

---

Ano jak říkáš,když se napiju tak je mi vše jedno,beru SSRI no zítra jdu za psychiatrem.

==========

## Re: Velký problém,prosím o radu.
Vložil Standa - 29/09/2012 21:16

---

Ahoj Tome. Jedna důležitá otázka. Chceš přestat pít?

==========

## Re: Velký problém,prosím o radu.
Vložil Roman Roman - 02/10/2012 22:39

---

Ahoj Tomáši...
Máš dvě možnosti. Buďto, pojedeš v tom rozjetém vlaku stále, nebo ne.
Musíš si vybrat.

Jseš mladej člověk. Máš před sebou možnost vyskočit z toho vlaku. Dožít život relativně hezky a s pocitem, že za to stál.

Cena za něj? I přes svůj strach se o to pokus.

Jako první přestaň pít. Ani bych nezkoušel ve tvém případě nějaké ambulantní pokusy.

Věřím tomu, že když se ti to podaří, docela dost psychických problémů časem odezní, protože je sám zpracuješ. Asi ne všechny a je i docela možné, že by si i tak možná bral třeba léky, ale no a co?

Oba víme, že tento vlak nemá brzdy, že opravdu radostné myšlenky se v tomto žití stávají dávnou minulostí. Oba víme, že konečná zastávka je smrt.

Já vím, že umřít musíme všichni, ale věř, že to bude horší a horší.

Držím ti palce k tomu, aby jsi do toho přeze všechny strachy, pochybnosti a konstrukce o tom, co a jak bude...přesto šel.

Ahoj.

==========

## Re: Velký problém,prosím o radu.

Vložil Michal Pooh - 02/10/2012 23:35

---

Taky si to myslím:

Tím, že člověk přestane pít, se sice nevyřeší všechny jeho problémy, ale mnohé se zlepší a na ostatním se dá s čistou hlavou pracovat určitě mnohem efektněji.

Přeji odvahu jít proti proudu a sílu k vnitřnímu pokroku.

==========

## Re: Velký problém,prosím o radu.

Vložil Petr - 06/10/2012 12:49

---

Ahoj. Píšeš jako by si psal o mě....Přesně stejné problémy mám já, 5 měsící jsem nepil, pak přepil antabus který mi vysadili a nyní nevim kvůli chlastu co dál.. Představa se nenapít je asi jako by chtěli abych nedejchal..Trvá to cca. 4 dny, pak ale nastoupí pomic, si z toho venku, dáš si dvě tři pro dobrou náladu a ráno je mi tak zle, že ani nedojdu do práce..radši si hned otevřu pivo a ten pocit hrůzy začne pomalu mizet.S tim problemem že jen do té doby, než zase musim přestat udržovat hladinu..Nemám sílu dál

==========

## Re: Velký problém,prosím o radu.

Vložil Petr - 06/10/2012 12:52

---

Tomáš napsal:

Ano jak říkáš,když se napiju tak je mi vše jedno,beru SSRI no zítra jdu za psychiatrem.

Jak říkáš, když se napiju je mi všechno jedno...Varování že přijdu o práci je jako by mi řekli čau kámo, jak se máš Jsem neštastnej, bojím se že to tak zkončí a až budu v zimě na ulici tak třeba pochopím, že je lepší nepít..Musim bejt blázen ale pocit že se můžu jít nachlastat je strašně silnej, víc než cokoliv jiného..Nemůžu dál

==========