Jsem alkoholik? Můžu pít dál?

Vložil Michal - 19/09/2012 18:20

Zdravím všechny na tomto fóru.
Již nějakou dobou pročítám tyto stránky. Dělal jsem si test na alkoholizmus, který je zde uveřejněný a vyšlo mi že nejsem alkoholik ale pijan. Osobně si ale myslím, že už jsem alkoholik.

Je mi 36 let, piju asi od 19 let, spíše příležitostně. Posledních 5 let tak 2 piva denně. Za poslední půlrok vypiju v průměru asi 3-4 piva denně. Někdy dám 2 piva někdy 8.
Můj děda byl alkoholik, můj táta je abstinující alkoholik. A já? Nechtěl bych dopadnout stejně :) Také můžu říci, že jsem v invalidním důchodu, léčím se s psychickým onemocněním. Beru léky.

Když si dám tak 2 pivka, tak alkohol u mě vyvolává pocit štěstí.
Moc se mi nechce přijít o tento pocit. Zkoušel jsem i přestat pít. Vydržel jsem 4 dny. Měl jsem velkou chuť na pivko, tak jsem si ho dal.
Co byste mi doporučili? Mám přestat pít? Mám pivo a víno rád a nechce se mi s tím popíjením přestat...

==========

Re: Jsem alkoholik? Můžu pít dál?

Vložil Jana Mertosová - 19/09/2012 19:08

Mochale,užíváš léky.V kombinaci s alkoholem to není nejlepší řešení.Jedno jestli jsi konzument nebo už závislý.Na psychofarmaka užívat alkohol je cesta pryč ven z reality-a ta je zrádná.

==========

Re: Jsem alkoholik? Můžu pít dál?

Vložil Hanka - 19/09/2012 19:20

---

tak asi bych se především poradila s lékařem jestli těch pár piv a léky k tomu jsou dobrá kombinace, denně nejspíš ne.
Jinak si myslím, že pokud ti alkohol nenarušuje tvůj běžný život, asi závislý nebudeš. Je na to takový jednoduchý test, zkus tři měsíce nepít. Pokud budeš mít velkou chuť, nutkání se napít nebo nějaké nepříjemné příznaky,typu nervozita, třes, pocení, lepší bude úplná abstinence.

==========

Re: Jsem alkoholik? Můžu pít dál?

Vložil Michal Pooh - 19/09/2012 21:06

Myslím, že stejně nepřestaneš , dokud nebudeš mít viditelné potíže.

To tak už chodí. Viděl jsem to u sebe i u mnohých jiných alkoholiků.

Člověk pije, pije...až nakonec prohlédne, jaká je to otročina a že mu to přináší více utrpení než radosti. Problém je, že nemá možnost srovnání s tím, co by bylo, kdyby nepil.

Tak se toho alkoholu mnozí drží zuby nehty a ani nevědí, oč se tím připravují.

Mnozí to takhle dokážou táhnout až za hranice života a smrti...

==========

Re: Jsem alkoholik? Můžu pít dál?
Vložil Michal - 20/09/2012 16:14

Díky za vaše názory.

Také si myslím, že nepřestanu dokud nenarazím na dno. Zatím nemám žádnou motivaci přestat pít. Vím, že si zahrávám s ohněm, ale ještě jsem nenarazil na dno, tak piju dál. :(

==========

Re: Jsem alkoholik? Můžu pít dál?
Vložil Liba - 20/09/2012 18:01

Jenže riskuješ i to, že se nedokážeš odrazit, zůstaneš ležet!Zbytečně se testuješ, utíkáš před realitou, nechceš přestat pít.....každý trochu rozumný člověk přestane pít co nejdřív.

==========

Re: Jsem alkoholik? Můžu pít dál?
Vložil Martin07 - 22/09/2012 07:58

A co teda chces slyset? Ze sem pises, ma ti nekdo napsat "je to v pohode pij dal" ? Osobne bych ti doporucil nejakou aktivitu kterou vyplnis svuj volny cas. Osobne otazku ohledne alkoholu taky nemam uplne vyresenou, ale vim , ze jedinej clovek ktery s tim muze neco udelat jsem Ja sam. A kdyz to nechces nijak resit , tak to neres. GL v dalsim boji at uz bude jakykoli..

==========

Re: Jsem alkoholik? Můžu pít dál?
Vložil Jana Mertosová - 22/09/2012 15:07

Michale-záleží co je pro tebe dno.Nikdy nebude takové,jak si je představuješ.A můžu ti zaručit,že své dno není nikdo schopen zachytit,když pije-pokračuje v pití.Dá se zjistit poté,co přestaneš pít.Jinak se buhužel utopíš!Pocit štěstí,který zažíváš,když se napiješ můžeš nakrásně zažívat a MNOHEM INTENZIVNĚJI,když přestaneš pít.Pocit CHEMICKÉHO ŠTĚSTÍ-JE CESTA DO HOROUCÍCH PEKEL!

==========

Re: Jsem alkoholik? Můžu pít dál?
Vložil Roman Roman - 02/10/2012 23:46

Na ten pocit štěstí zapoměň (tedy s chlastem).
Ten by totiž s chlastem vymizel.
Taky bych moc nepočítal, myslím dávky....
Piješ docela dlouho a docela dost. Do toho bereš prášky na psychiku.

Je to jak tu zaznělo...útěk před realitou.

Na co se léčíš?

Ten pocit, o který by jsi nerad přišel si musíš dodat sám.

Ale s chlastem to určitě nepůjde.
Ahoj.

==========

Re: Jsem alkoholik? Můžu pít dál?
Vložil Liba - 03/10/2012 06:04

Každému musí být jasné, že léky a alkohol nikdy nejdou dohromady!

==========

Re: Jsem alkoholik? Můžu pít dál?
Vložil Michal - 03/10/2012 09:19

Roman Roman: léčím se se schizoafektivní poruchou.

==========

Re: Jsem alkoholik? Můžu pít dál?
Vložil Michal - 06/10/2012 15:32

Zdravím,

něco jsem si přečetl o bažení - chuti napít se.
Co pomáhá vám, když abstinujete a dostanete chuť na alkohol?
Jak tu chuť na skleničku alkoholu potlačíte?

Ahoj

==========

Re: Jsem alkoholik? Můžu pít dál?
Vložil Liba - 06/10/2012 17:48

Pít hodně vody, říct si, že to ještě vydržím třeba hodinu bez alkoholu, zavolám někomu, kdo můj problém zná, a ví, jak mě to rozmluvit, myslet na něco veselého, ...

==========

Re: Jsem alkoholik? Můžu pít dál?
Vložil jeanna - 28/10/2012 02:09

Smazáno administrátorem na žádost pisatele reakce.

==========

Re: Jsem alkoholik? Můžu pít dál?
Vložil jeanne - 28/10/2012 02:14

---

pomozes mi?

==========

Re: Jsem alkoholik? Můžu pít dál?
Vložil Liba - 28/10/2012 06:41

Už jdu na to!!!

==========

Re: Jsem alkoholik? Můžu pít dál?
Vložil Liba - 28/10/2012 06:50

Nebere to.Prosím, nevolejte jí ostatní, může jí to být nepříjemné, vyděsit ji jistě nechceme, jen pomoc.

==========

Re: Jsem alkoholik? Můžu pít dál?
Vložil Petr N - 28/10/2012 06:52

Pred dvema hodinami jsem ji poslal SMS, s kontakty na Hradecka AA.

==========

Re: Jsem alkoholik? Můžu pít dál?
Vložil Liba - 28/10/2012 07:35

Není to dobře, Peťo.Vím, že to myslíš hezky, chceš také pomoc, jenže ona chtěla mně, kdyby chtěla radu od všech, jistě by se svěřila tady na diskuzi.Asi je to vážné, zveřejnila své telef.číslo, což dost riskovala, není to sranda, může jí volat kdejaký úchyl, blb, znám to,může jí to hodně odradit, bacha na to.Musíme respektovat její přání.

==========

Re: Jsem alkoholik? Můžu pít dál?
Vložil Jana Mertosová - 28/10/2012 08:17

Libo-klid!Možná,že usnula-možná se lekla,když viděla že se tu její naléhavá žádost objevila.I toto jsou reakce alkoholiků strach a únik.

==========

Re: Jsem alkoholik? Můžu pít dál?
Vložil Michal - 15/06/2014 14:25

Zdravím. Tak už je to více než 1 rok a 8 měsíců co abstinuji. Za tu dobu jsem neměl ani kapku alkoholu. Zvládnul jsem to sám a bez pomoci. Musím ale napsat, že nejsem alkoholik, ale byl jsem pijan. Ze začátku, několik dní, jsem měl velkou chuť na pivo. Ale, jak radila Líba, pil jsem hodně vody a minerálky. Také jsem začal pít hodně čaje. Né ty z pytlíku, ale kvalitní - sypané. Co se dají koupit v čajovnách a ve specializovaných e-shopech. Čaj mne uklidní a při tom povzbudí. Udělal jsem si z čajování takový rituál, pustím si hudbu a relaxuji. Přeji všem hodně síly. Dá se to zvládnout :)

==========

Re: Jsem alkoholik? Můžu pít dál?
Vložil Liba - 15/06/2014 15:51

Hezké, i u čaje se najde pohodička, klídek.....

==========

Re: Jsem alkoholik? Můžu pít dál?
Vložil Pavel DD - 10/07/2014 17:02

Michale, respoekt! O těch čajích také uvažuji. Čaj vůbec nepiju už asi 20 let ale hodilo by se najít si něco na pití místo piva a vína :)

==========

Re: Jsem alkoholik? Můžu pít dál?
Vložil Liba - 10/07/2014 19:03

A co tak vyrazit na bylinky sami, nasbírat, usušit, a to je pak čajíčkování!Bylinek je kolem vás mraky, nyní ještě stihnete třezalku, sedmikrásky, lipový květ, jahodové , malinové listí, diviznu, a sto dalších.Hurá do přírody.

==========

Re: Jsem alkoholik? Můžu pít dál?
Vložil Michal - 10/07/2014 20:43

Přiznám se, že jsem na čaji asi trochu závislý :) Závislost na alkoholu a cigaretách jsem vyměnil za čaj. Hlavně ze začátku, když jsem s čaji začínal, tak na mne často působil euforizujícím účinkem. Nyní, téměř po dvou letech, si již tělo zvyklo a účinky už takové nejsou. Každopádně jsem zatím s čajováním spokojený a doporučuji alespoň vyzkoušet :)

==========

Re: Jsem alkoholik? Můžu pít dál?
Vložil Jana Mertosová - 10/07/2014 21:11

Já jsem taky dlouho hledala co budu pít.Bublinky nemůžu,slazené vody mi dělaly také zle na slinivku.Zpočátku jsem ujížděla hodně na kávě,začalo se mi ozývat srdce,žaludek.Tak se držím 2káv denně.V létě buď vodu z kohoutku naleju do petky a dám do lednice nebo vlažné čaje.Když jsou hice,tak mám v lednici meloun,který rychle osvěží.V zimě čajíčkuju.Bylinkové, zelený čaj,odvar z mořských řas nebo uvařím do konvice obyčejnou Meltu tak jak pili mí rodiče,když černá káva nebyla.Občas to střídám s Matonkou,nebo Magnezií.Na svátky si dopřávám džusy,ty mají rádi doma všichni-tím neřeším co kdo bude pít.

==========