

## SELINCRO

Vložil katka - 09/11/2013 11:20

---

Ahoj. Ma nekdo skusenost s pripravkem SELINCRO? Vcera vecer sem si dala prasek i kdyz sem nechtela chlastat (selincro se pouziva pred pitim alkoholu). Vysledek - noc bez spanku a ted sem unavena a je mi blbe tak nemam dnes pomysleni na alkohol a toho sem chtela dosahnut.

=====

## Re: SELINCRO

Vložil Standa - 09/11/2013 22:36

---

To zní jako že si chtěla dosáhnout toho, že ti sice bude do smrti blbě, ale nebudeš pít...

=====

## Re: SELINCRO

Vložil danae - 14/11/2013 19:26

---

Ahoj.Veľmi ma zaujıma ako reaguješ na tento liek,ako zvládaš pitie alebo nepitie.Ja idem o pár dní k lekárke a mám v úmysle požiadať ju o liečbu týmto liekom.  
Daj vedieť ako sa ti darí.

=====

## Re: SELINCRO

Vložil Sima - 01/01/2014 21:53

---

Prosím o názory, ak máte niekto viac osobných skúseností s týmto liekom. Priateľ berie Campral, ale nevidím v tom nič mimoriadne. Ďakujem.

=====

## Re: SELINCRO

Vložil katka - 04/01/2014 23:57

---

Ahoj.Pokud se jedna o moji skusenost s Selincro tak nedoporučuji.Je to novy prašek a mam dojem ze dokonce nezkoumany. Ke praškom sem dostala od doktora krasny notes aby sem mohla zaznamenavat jak se citim, co me boli,či je mi špatne.Nic sem nepsala ja mu to krasne reknu primo at si nedela s pacientov pokusne kraliky.S Campralem sem byla naprosto spokojena. Selincro..ano pit nebudes ale taky nebudes žit. Nebudes spat,nebudes kontrolovat svoj vlastni pohyb.Rada by som taky poznala skusenosti s timto pripravkem.Ja kazdopadne juz NIKDY!

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil katka - 05/01/2014 00:04

---

Campral sem brala a bylo to dobre. Necitila sem chut na alkohol. Pak sem došla doktorovi po další balení a predepsal mi selincro. Nedelal mi dobre. Nechci tady davat nazory ostatnim alkoholikom necitim se na to ale kdyz nikdo jiny nema nazor na tento pripravek tak nic jine nezbyva jak NEDOPORUCIT!

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil sima - 05/01/2014 21:52

---

Katka, ďakujem za odpoveď. Ak sa smiem spýtať, tá nespavosť a nevoľnosť sa dostaví po užití alkoholu po lieku? Či všeobecne je po ňom ťažko? Viem, že priateľovi bolo zo začiatku nevoľno z campralu, prvé dni. On má tie kvartálne výpadky, vtedy mu ani campral v chuti na alkohol nezabránil :( Preto som chcela vedieť názor na selincro, o ňom som čítala, že sa má užiť pred pitím a zníži účinok alk.. No priznávam, nejde mi to do hlavy, ako toto môže fungovať.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil katka - 30/01/2014 10:49

---

No bohužel nemam skusenost jak to pusobi s alkoholem bo po kazde kdyz sem si dala selincro bylo mi tak blbe ze sem si nakonec te alko nedala vubec.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Liba - 21/05/2014 16:20

---

Lidi, neblázněte, nekupujte nic od neznámých prodejců, můžete si pěkně naběhnout, ublížit.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Markéta - 02/06/2014 09:44

---

Nikdo nic nekupuje od neznámých prodejců a ani tady nejsou inzeráty od internetových překupníků. Tento lék lékař rád napíše pacientovi, který je vhodným adeptem. Nějaká dáma si tady stěžovala, že snad lék nebyl testovaný..nežijeme ve středověku. Léky, které jdou na trh samozřejmě testovány JSOU a bez toho by na trh NESMĚLY. Kartičku, do které jste si měla zaznamenávat pocity, Vám lékař dal z dobré vůle, abyste vy sama měla přehled o tom, jak prožíváte abs. příznaky a jak na vás lék účinkuje. Je ale pevně a hluboko v českém

člověku zakořeněno, že pro něj je vše špatné a nikdo se mu nezavděčí. Tipuji vás na rozvedenou čtyřicítku, u které je zavděčení se ještě větší problém.

Můj osobní názor a zkušenosti s tímto lékem jsou takové:

HROZNÁ nespavost...jednak je to přípravkem a jednak to je jeden z mých nejsilnějších abs. příznaků. Když to beru, tak nespím i tři první noci, než se detoxikují alespoň částečně. Na mě Selincro působí tak, že nemám na pití jednak chuť a když už si dám skleničku, ani ji nedopiju, protože mi to nejede. Je to dobrý, nicméně drahý lék. Kéž bych uměla nepít i bez něj. Vydržím to max měsíc, pak je to jednou/dvakrát týdně a za pár dní každý den jako vždycky....přeju všem hodně zdaru ať už se Selincrem, nebo s jakýmkoliv jiným pomocníkem.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Liba - 02/06/2014 10:39

---

Ty tu nečeš nabídky, zájemce? Ty je znáš? Něco už bylo smazáno a správně.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Ja - 02/06/2014 18:48

---

Tabletky sú len psychické barličky - skutočný problém je v hlave. Samotný alkoholizmus žiadna súčasná ani budúca tabletká nevylieči. Usporiadaj si hodnoty a urči triezvosť za prioritu. Zabudni, že užiješ tabletku a zmeníš svet alebo seba, a veselo budeš môcť ešte niekedy popíjať.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil jiri - 03/06/2014 08:14

---

Když prestanes fetovat prášky, když ti nic není, chlastat a místo toho si skocis zacvicit, tak budeš chrapat relativně normálně. Z kraje to půjde pěkně ztuhá, ale da se to zvládnout. Na Libu a podobný ztracence na klepce se vyser, umělou tu akorát pantem, ale kdyby neujždeli na benzakach, tak lejou vesele dal.. ;)

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Liba - 03/06/2014 10:51

---

Toto zplodil hajzl, co vědomě lže!

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Ja - 03/06/2014 10:59

---

Jiri napsal:

Když prestanes fetovat prášky, když ti nic není... Na Libu a podobný ztracence na klepce se vyser. ;)

Jiří,

prášky(liečivo v tbl.) sa užívajú, keď pociťuješ fyzický alebo psychický diskomfort - podľa doporučenia ošetrujúceho lekára.

Veľmi pochybujem o tom, že Liba je \*ztracenc\*a odkázaná na \*klepky\*!

Je triezva ÷ 10 rokov, bez recidívy.

Ako si na tom s triezvosťou a zneužívaním liekov Ty?

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Helena - 03/06/2014 11:10

---

Jiří,

Vy Libu znáte osobně, že víte tak přesně, jak je na tom?

Já asi na rozdíl od Vás ji opravdu osobně znám. Je to vyrovnaná žena, která dokázala to, co málokdo a může být všem, kteří se snaží o abstinenci a nejen jim příkladem !

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Liba - 03/06/2014 12:59

---

Díky lidi, nechte ho, je to nějaká troska, chudák. Má podivné témata, zájmy. Jak už jsem psala, hajzl, který vědomě lže a nezná mně. Neví, co je to pomáhat..

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Liba - 03/06/2014 13:09

---

Uměleš pantem jen ty, prosím, jeden aspoň maličký důkaz, co mám za klepky!!!

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Ja - 03/06/2014 13:10

---

Liba napsal:

Díky lidi, nechte ho, je to nějaká troska, chudák. Má podivné témata, zájmy.

Iba farár(a schizofrenik/klamár) o vode káže a víno pije... (vedome).

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Petra - 03/06/2014 18:18

---

Milá Líbo a Jano,

neznám vás a i tak si vás nesmírně vážím.

Prosím, nenechte se vtáhnout na úroveň blba, ignorujte ho!

Zamindrákovanec, který se chystá umřít na cirhózu jater vám přeci nestojí za to, abyste mu dávaly svojí energii v podobě odpovědí.

Jen tak se ho zbavíte, v okamžiku, kdy ho budeme všichni ignorovat, odtáhne škodit jinam.

Přeji všem pohodový večer:-)

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Jana Mertosová - 03/06/2014 18:58

---

Nemám důvod urážet a napadat, ani já nebyla jiná. Mnoho lidí nechce a nebo nemůže vidět svoji nemoc, natož vlastní bídu. Znáš tu nemoc, stejně jako smrtelnou zaslepenost. Já věřila, že to mám pod kontrolou, že to zvládnou sama. Moje pýcha byla enormě vysoká, stejně jako ego. Kdykoliv toto vidím cítím vděčnost, že mi bylo dovoleno vůbec přestat pít a prozřít.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Šárka - 06/08/2014 10:51

---

po selincro jsem měla velmi podivné stavy, necítila jsem se najednou "sama sebou", samozřejmě jsem se na to zkusila napít, absolutně nechutné, člověk nedokáže vypít víc jak dvě skleničky vína. Nevýhoda je cena-můj psychiatr mi ho dal zdarma a teď pozor-prý není ještě pořádně vyzkoušený, ať mu při další návštěvě řeknu účinky, pocity atd.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil petrch - 06/08/2014 12:25

---

Jak to přesně působí?

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil katka - 16/10/2014 20:12

---

No tak Sarko o tym jsem presne psala a myslim ze te par poslednich prispevkov bylo zbytecne, tady jsou lidi kteri potrebuji pomoc aspon takou cestou a nikdo neni zvedav na nejake hadky to radsi jsi zajdu do ty hospody. Momentalne neberu nic a jsem na tym moc spatne 6 piv v kuse kazdej den a Libu jsi vazim a rada bych popsala na maila..

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Liba - 17/10/2014 06:59

---

Zavolej, 724978049-k večeru, občas chodím do práce, a jiné aktivity.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil mina - 25/03/2015 17:42

---

Ahoj Jano, díky tvým příspěvkům bych se jen chtěla zeptat, jestli ti při odvykání pomahal campral? Jestli nic, tak opravdu smekam, protože zvládnout závislost díky svojí vůli to je něco nadlidského a musis byt jiste velmi silna povaha. Miluna

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Lída Závislá - 25/08/2018 09:35

---

Proč se nedá lék SELINCRO nikde sehnat? Chtěla bych ho vyzkoušet.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Drahoslava - 25/08/2018 09:55

---

Může ho předepsat psychiatr.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Lída Závislá - 26/08/2018 07:34

---

Drahoslavo, a nedal by s koupit selincro bez předpisu? Třeba někde ze zahraničního eshopu? Je to v některých zemích volně prodejné?

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Nespoznaný - 26/08/2018 08:03

---

Neupínajte sa zbytočne na nejaký jeden konkrétny liek, ktorý - možno - pomôže s abstinenciou. Môže pomôcť, ale zázračné riešenie to asi nebude.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Gennosuke - 26/08/2018 10:29

---

Lída Závislá napsal:

Drahoslavo, a nedal by s koupit selincro bez předpisu?

Samozřejmě ze ano. Ale riskujes ze za spoustu peněz dostanes "originalni" baleni s neucinnym placebem. V lepsim pripade. V horsim pripade falzifikat s naprosto neodhadnutelnym ucinkem a slozenim.

A jedna velice dulezita vec - presne jak napsal Nespoznaný - neupinej se k medikaci jako k nejakemu "zazracnemu" a spasnemu reseni protoze Te ceká zklamani. Medikace je hodne uzitecny a prospesny pomocnik ale vsechno to opravdu tezky a narocny a vsechny ty potrebne zmeny to budeš muset stejne odedrit Ty.

Zadny lek na alkoholismus bohuzel neexistuje :-).

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Milan Smolík - 28/08/2018 19:35

---

Já myslím, že to nemusí být k zahození. Někdy má člověk takové stavy bažení, kdy je jak na vážkách a tento lék by třeba mohl pomoci překopit to na správnou stranu a odolat tak pokušení.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Ja - 29/08/2018 07:25

---

Tu ponúkam príbalový leták k "zázračnej" barle (Selincro) pre duševne slabých/chromých závislákov:

<https://www.adc.sk/databazy/produkty/pil/selincro-18-mg-filmom-obalene-tablety-709828.html>

Žiadny zázrak! :(

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Krtek - 10/02/2019 23:17

---

Stefo, tu môžeš písať svoje skúsenosti so Selincrom. Bude to prehľadnejšie ak by mal o to niekto záujem aj v budúcnosti. Rýchlejšie to nájde. Nech sa darí aspoň takto.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil stef - 11/02/2019 03:18

---

Krtek Dakujem, paradicka moc.

Pre Vsetkych, ktorí by hladali cestu, skusali vsetko mozne, nemozne a stale podlahli, je nieco, o com sa (mne z neznameho dovodu) vobec nehovori:

THE SINCLAIR METHOD

Specialne Dakujem MichaloviB, ze mi vtedy spomenul ako pomoc liek selincro a ja som sa nejakym zazrakom vyhladavanim po webe k TSM dopatral.

skusenost Claudie Christian cz titulky:

<https://1url.cz/@Claudia>

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Krtek - 11/02/2019 04:43

---

Tak jedným z dôvodov môže byť ten, že účelom tejto metódy nie je úplná abstinencia. Ďalším vedľajšie účinky Selincra. Tie budeš mať aj ak ho napríklad dlhšie nezoberieš, pretože nikam nepôjdeš. Napríklad po mesiaci pôjdeš na akciu a vezmeš to 1-2 hodiny pred tým. Budeš mať opäť tie nepríjemné stavy, čo si spomínal. Selincro ani nemôže brať každý. Sú tam určité obmedzenia.

Napriek tomu, ak to niekomu pomôže znížiť koľko vypije, nie som zásadne proti tomu. Len by som bol pri tom opatrný. Ani neviem, či už sú zdokumentované následky dlhodobého užívania Selincra na človeka.

Predsa len to svojím spôsobom ovplyvňuje činnosť mozgu.

Ale keby bolo Selincro taký medzi stupeň k úplnej abstinencii, som za.

**Re: SELINCRO**

Vložil Nespoznaný - 11/02/2019 09:59

---

Aj tak mi to pripadá ako zbytočný risk. Cestu domov si neskrátim krížom cez zamrznutú riekú len preto, že už sa to niekomu podarilo... :-) Ja idem radšej po moste, pomaly a bez vzrušenia, ale isto.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Ja - 11/02/2019 10:07

---

Nespoznaný napsal:

Aj tak mi to pripadá ako zbytočný risk. Cestu domov si neskrátim krížom cez zamrznutú riekú len preto, že už sa to niekomu podarilo... :-) "Ja idem radšej po moste, pomaly a bez vzrušenia, ale isto."

..."aj ja/Ja."

...("už sme aspoň dvaja.") ;)

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Maris - 11/02/2019 22:48

---

Ja napsal:

Nespoznaný napsal:

Aj tak mi to pripadá ako zbytočný risk. Cestu domov si neskrátim krížom cez zamrznutú riekú len preto, že už sa to niekomu podarilo... :-) "Ja idem radšej po moste, pomaly a bez vzrušenia, ale isto."

..."aj ja/Ja."

...("už sme aspoň dvaja.") ;)

Selincro mi kdysi nabízel můj psychiatr,když jsem se snažila přestat pít a pořád to nešlo. Nechtěla jsem ho,protože jsem nechtěla pít míň, já nechtěla pít vůbec.Tak to se mi teď daří, bez chuti na alkohol,už 13 měsíců.Tak se přidávám k té cestě pomaly a bez vzrušenia. Traja.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Sochař - 12/02/2019 19:57

---

Pokud by vám nevadilo, že občas mám pro jistotu po ruce Antabus, tak už čtyři. Můžu se ovšem loudat opodál. Ale je to dobrý průměr-jít po mostě.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Krtek - 14/02/2019 19:53

---

Ahoj Stefo. Ako sa darí? Dúfam, že žiješ. Pretože jedným z vedľajších účinkov Selincra môžu byť sebevražedné myšlienky. Myslel som, že budeš pravidelne informovať, ako to funguje. Nie kvôli mne. Ja som spokojný, že nepijem vôbec. Len nechápem, prečo by som mal piť niečo (teda alkohol), ak vďaka Selincro to nebude fungovať. Teda, že nebude účinkovať alkohol. Keďže ja som práve pil kvôli jeho účinkom. A Selincro by malo blokovať účinky alkoholu.

=====

## Re: SELINCRO

Vložil MichalB - 14/02/2019 22:48

---

To je nejaka nepresne informace, prijde mi. Neblokuje ucinky alkoholu, ale chut na alkohol. Mohl jsem se pri jeho uzivani ozrat jako prase, ale nemel jsem diky tomu leku na to vubec chut. Dal jsem dve tri piva a dal to do me neslo. Nechutnalo mi to. Takze to potlacuje chut a spottebu vypiteho alkoholu, ne primo jeho ucinek.

=====

## Re: SELINCRO

Vložil David - 15/02/2019 00:36

---

Taky jsem myslel, že to blokuje účinek. Já většinou nepiju na chuť, ale ne ten účinek, tak nevím, jaký by to mělo efekt. Jednou jsem měl lék Revia a ten přímo rušil ten účinek, s ním se prakticky nešlo opít.

=====

## Re: SELINCRO

Vložil David - 15/02/2019 00:38

---

oprava: na ten účinek

=====

## Re: SELINCRO

Vložil MichalB - 15/02/2019 08:02

---

### JAK SELINCRO FUNGUJE?

Aktivní látka léku Selincro, nalmefene, se navazuje na opiátové receptory v mozku. Opiátové receptory hrají úlohu v závislosti a nalmefene tím, že se na ně naváže a změní jejich aktivitu, pomáhá zmírňovat potřebu pít u lidí zvyklých na velké množství alkoholu.

Selincro nezabraňuje možné otravě alkoholem.

<http://www.psychotesty.psyx.cz/texty/selincro-lecba-zavislosti-na-alkoholu.htm>

=====  
**Re: SELINCRO**

Vložil Ja - 15/02/2019 09:17

---

MichalB,

...vhodnější je cíleně a systematicky si preprogramovat mozek.

"Idea tvoří aj uzdravuje!" B)

A v kombinácii s 24 hodinovým programom odd'ávovania AA dokážeš \*zázrak => (vy)triezvenie\*...

"Toto je to najúčinnější placebo!!! Vyskúšaj!!!" :)

---

**Re: SELINCRO**

Vložil MichalB - 15/02/2019 11:55

---

Me nepiti netrapi uz 2.5 roku :)

Resim spoustu jinych dulezitych veci.

---

**Re: SELINCRO**

Vložil Ja - 15/02/2019 12:23

---

MichalB napsal:

Mě nepití netrápí už 2.5 roku. :)

Řeším spoustu jiných důležitých věcí.

...správne píšeš:

"NEpitie a NIE (suchá) abstinencia ani triezvenie." B)

(Každý pojem je totiž iná kvalita javu.) :blush:

---

**Re: SELINCRO**

Vložil stef - 20/02/2019 21:57

---

Ahojte, zivy a zdravy aspon zatiaľ :)

7 dni, co som bol naposledy von, zajammoval si, za 3 hodiny vypil 3 piva, vyfajcil 10 cigariet (normalne

by piv bolo 8-10 a cigariet 40) a siel domov.

Za 3 tyzdne o 2/3 znizenie.

Dnes mal som craving, ale vdaka celej tej konstilacii, som siel radsej domov (zajtra praca, bezecky trening)+(ludia v bare co mi nic nedaju)+(vnimam ako ma to velmi nici na vsetkych urovniach) a +:

Ak si dam selincro, 2 hodinky pockam, a zapalim, tak ani cigareta nechuti, ziadny pozitok. Tak ako alkohol.

Napijem sa piva, a necitim ten prijemny pocit, ktori ma drzal dorana kym som ho neukojil. Jednoducho nic, pak po 3tom pive uz ma to ani nebavi v tej krcme sedet a nechuti ani pit dalej.

A tak vidim aky nezmysel tam ostavat a idem prec.

Doverujem Sinclair Metode.

I tie cravingy by mali slabnut.

Len musim byt zodpovedny a opatrný - stale dat selincro a pockaj 2 hodinky a az tak alkohol. ktory uz neposkytuje odmenu, kedze nalmefen zablokoval opioidne receptory.

Amozog by sa mal sam po 3-10 mesiacoch odnaučit a dostat sa do stadia predzavislostneho.

Kto vie po anglicky tak sa to vola: Pharmacological Extinction

Pred tymi 3 tyzdnami som bol na tom najhorsie, uplne vyhoreny, lebo dookola som zlyhaval, tyzden co tyzden mesiac co mesiac, rok co rok.

Som tyzden relezal v depresii a pak zasa bar.

Ta sinclair metoda je ako zazracna nadej.

Depresia je slabsia, izkosti su silnejsie, aj tie moje OCD z bakterii, taktiez som nervoznejsi z celeho zivota.

Davam si cas a snad bude pak vsetko lepsie. Je to psychicky zaberak, ako to tak vsetko vidim, ako ta zavislost ma zaslepila a nicila tolko oblasti mojho zivota :/ pripadam si okradnuty, mavam obavy, pretoze niekedy mi to uz pride fakt moc na mna. Pred rokom som bol este plny optimizmu, ale ako stale zlyhaval

...

Veci ako zavislost by nemali existovat :/

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil stef - 21/02/2019 22:17

---

Ahojte,

bol som dnes na 1. bezeckom treningu, tak krasne dievcata tam su.

Bola to parada. Nemam ani az tak chut ani na bar.

Viete co ma stve? Ze som tolko rokov pre...al :/ A tak sa pytam, ci niekedy bude fajn a nebudem sa tak s tym stotoznovat.

Asi mozno az ak dalej budem na sebe pracovat a uvidim vysledky.

Proste som aky som, tak a co bolo uz nezmenim, taky som bol, nechcem si este viac hadzat pod nohy.

Mate niekto nieco, co na to zabera ?

=====

## Re: SELINCRO

Vložil David - 21/02/2019 22:57

---

Stef, až se povede ta "pharmacological extinction", myslíš, že budeš normálně fungovat bez Selincra a třeba se občas kontrolovaně napít? Nebo bude nutná trvalá abstinence?

=====

## Re: SELINCRO

Vložil stef - 22/02/2019 00:50

---

David, ja osobne si myslim, ze trvala abstinence, a napit sa jedine so selincrom. Pozeral som rozhovor s psychiatrom, ktory na tom pracoval a taktiez vravel, ze alkoholova zavislost je naozaj seriozny problem a netreba to podcenovat. A taktiez, som pocul, ze vela ludi, ktorí zacali pit bez blokatoru, sa dostali spatky do kolotoča zavislosti. Nemam tak vela nacistaneho otom, kedze je to pre mna novinka.

Myslím si, že abstinencia, je ta najlepsia vec v zivote, ako brat drogy, a ak by sa moj mozog dostal do fazy, ze sa pozrie na pivo a zareaguje tak ze noaco, nepotrebujem to, tak by to bolo velmi velmi riskantne to znova zacinat, kedze zrejme je fakt pravda, ze my zavislostni, to mame v hlave inac geneticky. Ono len ten liek odnauci ten alkohol vnimat ako odmenu a vyhľadavat.

No ta geneticka predispozicia tam je stale.

Ale isto su omnoho krajsie a zdravsie zavislosti a veci kde si vyplavit endorfiny :)

=====

## Re: SELINCRO

Vložil stef - 01/03/2019 13:10

---

Ahojte, mam novu skusenost dolezitu/zaujimavu so/bez Selincro a Sinclairovou metodou.

Vcera po 16tich dnoch cistoty, dostal som craving a v nom som sa rozhodol, ze sa chcem ist zabavit, a ze si nechcem dat blokator Selincro.

Jednoducho, ze chcem ist a zabavit sa ako bez lieku. No ALe:

Ako som si dal pivo alebo cigaretu, nechutili mi, presne tak, ako keby som ten blokator si zobral. Nedostaval sa ziaden pozitok, ziadna chut, vypil som 3 piva.

Dnes som pisal na fb forum, kde su v tom skusení ludia a vysvetlili mi to, a toto je velmi zaujimave. Ze moj mozog je inac prepojeny pouzivaním tej sinclairovej metody a tak zabuda na odmenu.

(No som fakt ocareny, lebo toto som necakal, ze i bez pouzitia prasku, prestanem citit pozitok)

A vraj kazdym razom ak mozog dostane odmenu sa chovanie mozgu posiluje, takže pak vzniká to zavislostne spravenie.

Povedali mi, ze to nieje ale trvale a nestoji to ani tolko casu, ze keby som zacal chlastat bez praskov tak ten mozog by zacal tu odmenu s pitia pocitovat a bol by som tam kde pred tym. Takze som si vydedukoval, ze teda musim pokracovat dalej s braním toho lieku. A i tak to nemalo efekt, ze som si ho nezobral, kedze ziaden pozitok itak. Co je len dobre.

Kazdopadne som získal aspon zaujimavu skusenost. No a inac ak mozem, tak sa snazim pracovat na sebe, v dnoch kedy nepijem. Ale vidim, ze este to je skoro nesom vobec slobodny clovek, pretoze vcera bola velmi fest silna chut sa ist opit, pretoze som uz par cravingov prekonal a tak to zosilnelo. Ale nastastie, ten pozitok po ktorom som tak tuzil sa nedostavil a vypil len 3 piva, takže budem v tom pokračovat.

Takze tolko moja nova skusenost po mesiaci s TSM a selincrom/nalmefenom.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil stef - 01/03/2019 13:40

---

este 1 odpoved, prelozil som to cez google translator len :)

Predstavte si, že máte diabetes a hladina cukru v krvi byla vysoká a rozhodli jste se nepřijímat léky. Není žádný rozdíl. Jediná síla, kterou musíte praktikovat, je užít pilulku jednu hodinu, než pijete po zbytek svého života. Pokud už pijete 6 měsíců, pil pilulku jednu hodinu před rukama. jste zde z nějakého důvodu. Nezapomeňte, proč jste to začali. jste byl špatně pít. Pamatovat. Teď můj mozek vás oklamat, abyste věřili, že potřebujete alkohol. Pokud budete pokračovat v užívání léků, potěšení, které jste získali z alkoholu, bude pryč. budete se znovu naučit normální potěšení, které jste zapomněli. Pamatuj si, kdy jsi byl dítě a co tě udělalo šťastným. Ve dnech vašeho AF budou vaše endorfiny velmi citlivé a povzbuzují vás, abyste se v těchto dnech zapojili do mnoha aktivit, které přinesou tělo endorfiny do vašeho těla. musíte se znovu naučit život znovu. Pitný jed není živý. Endorfiny jsou falešné a škodlivé

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Maris - 01/03/2019 13:59

---

Stef, je dobre ,ze ti to pomáhá, ale chci se zeptat, jak spíš? Jelikož jsem četla, že to vyvolává nespavost. Takže jsi ochoten Selincro užívat celý život, nebo to zkusíš úplně přestat pít.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil stef - 01/03/2019 14:45

---

Maris, tie neziaduce ucinky by mali slabnut, a taktiez by mala slabnut i spotreba ci uz mnozstvo alebo frenkentovanost pitia a craving.

Zatial uzivam kratko, 1 mesiac cca 5 tabletiok, 2/3 som znizil, no chcel by som sa dopracovat k pitiu nealka a nefajcenia, kedze fakt zbytocne pit, lebo clovek z toho nic nema.

Len si musim pockat na tie cravingy kym zoslabnu, tie su jeden z mojich naj problemov v tejto zavislosti. Je to i kvoli hudbe a zivotnemu stylu co milujem som zistil, ale neviem sa toho vzdac, len by som sa chcel to nejako naucit a pritom hladam i ine veci :)

## Re: SELINCRO

Vložil Petr - 02/03/2019 18:03

---

Zdravím všechny, jelikož se tu začalo ve větší míře diskutovat o TSM a občas se někde objeví dokonce až nesmyslné informace, tak jsem se rozhodl přispět svoji troškou do mlýna.

TSM jsem začal aplikovat před necelým půl rokem a až v poslední době jsem dosáhl tzv. extinction, neboli česky vyhasnutí (v podstatě vyhasnutí závislosti na alkoholu). Dnes se již nepovažuji za alkoholika, na alkohol nemyslím, nemám na něj chuť, nemám ani cravings a piju již jen velmi zřídka a umírněně.

Časem bych rád sepsal ucelené a přehledné informace o této metodě tak, aby mohla pomoci i ostatním. Avšak zatím doháním vše co jsem kvůli věčným kocovinám nestíhal, tudíž času je bohužel velmi málo. Zatím tedy sepíši pár rad Stefovi, u kterého si nejsem jistý, zda pochopil správně celý princip TSM.

1) Zlaté pravidlo - VŽDY se napij jen na selincro! Ano jde to krátkodobě i bez toho, ale sranda jako to byla už to prostě nebude a akorát si blbneš mozek...

2) Neboj se cravings, respektive jakmile to na tebe přijde hned si vem prášek a jestli se ti pak třeba ani chtít pít nebude, dej si klidně jen jedno pivo, aby se posílil ten efekt v mozku, že alkohol už není odměna. Urychlí to celý proces.

3) Zaveď si „píjácký deníček“ existují na to aplikace do mobilu a vidíš na tom grafy tvé spotřeby, jak moc si se posunul.

4) Souvisí s tím s předchozím bodem. Očekávej opětovný a krátkodobý nárůst spotřeby. Může se stát, že si i začneš myslet, že to už nefunguje, že piješ zase dost atd... ale věř té metodě.

5) Toto je doporučení pro všechny. Pro lepší pochopení TSM bych doporučil dokument od Claudie s názvem One little pill. Je bohužel pouze v angličtině a s anglickými titulky. Vypůjčení filmu na dva dny stojí snad 4 eura.

6) Pokud budou jakékoliv dotazy, klidně se ptejte. Mně TSM zachránil život a já pevně věřím, že dokáže pomoci i dalším.

---

## Re: SELINCRO

Vložil stef - 03/03/2019 10:10

---

Dakujem Petre,

to je parada, ze je tu niekto, kto TSM pozna, dokonca vyskusal a s uspechom! :)

Je to motivujuce i pre mna velmi.

Dakujem za pravidla.

Na fb v skupine 'the sinclair method warriors' som sa "pochvalil", ze som sa napil bez lieku.

Vraveli mi, ze je to velmi nebezpecne, pretoze tym, ktorí zacali pit bez lieku sa to vratilo a dokonca ta zavislost bola este horsia. Takze to vraj fakt nieje sranda.

Ja som si ten liek nedal, pretoze posadnuty cravingom ja/moj mozog chcel zazit zasa ten prijemny alko stav, ktory s liekom nedosiahnem. No fakt som necakal, ze mozog je uz prekablovany a alkohol i tak nevyvola ziaden pozitok. Uplne ako keby som ten prasok v sebe mal.

Takze som z toho moc prekvapeny a moj craving sklamaný.

Co je len dobre, pretoze musim si uvedomovat, preco to vsetko.

Este pisali vraj netrvalo by dlho a tu odmenu by zacal mozog znova pocitovat, ak by som pokračoval v pijavani bez prasku.

Takže som i vdacny za tuto skusenost, uz viem, ze aj ak si prasok nedam, tak nic nevyriesim, a ze je to NEBEZPECNE a kontinualne si ho nedavat a dostat sa s5 a mozno este horsie tak to nie. Nesmiem zabudat, preco som s TSM zacal. Takže teraz viem, i moj zakerny craving vie, ze nedanim si prasku nedosiahne nic. A ako sa napijem, i vidi, ze to nejde tak to posadnutie pominie.

Potrebujem pokracovat v TSM, aby aj tie cravingy zmyzli, pretoze tie mi stale zburali ten moj domcek z karat a ja mohol zacat nanovo zas a zas a zas. Tie 2 tyzdne cisty, som sa zacal citit lepsie, vyzerat lepsie.

I neziaduce ucinky maju slabnut. Moja slabli, ale zatiaľ mam len 1 mesiac/5x selincro Takže to chce vsetko len cas.

Nabuduce si ten prasok dam a ide sa dalej ;)

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil stef - 03/03/2019 15:24

---

Petr, mna by zaujimalo, maval si nejake vedlajsie ucinky ? A ak ano ako dlho trvali a po dlhsej dobe ak uzijes selincro, ci su s5. Dakujem, kedze vraj uz do konca zivota musime pri kazdom napiti uzit to selincro.

Este 1 otazka, nezablokovalo to nemas pocit pozitok z inych veci ?

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Petr - 04/03/2019 23:40

---

Ty cravingy budu časem slábnout a pak zmizí úplně, hlavně vydržet a brát léky.

1)Co se týče vedlejších účinků, tak to tě nejspíše nepotěším. Od začátku jsem měl ten divný pocit, jiné myšlení a vnímání, lehké točení hlavy, ale nebylo to nijak extratrémně nepříjemné jen zvláštní. Časem tento pocit trochu slábnul ale nikdy úplně nezmezil. Jakmile se však frekvence pití samovolně snížila a lék jsem bral méně často, tak se ty vedlejší účinky zase vracely.

Mezi další co jsem na sobě vyzoroval je ospalost, následná nespavost a občasné brnění/křeče svalů. Po nějaké době jsem vyzoroval že je ten lék i močopudný. Některé projevy lze možná řešit vitamíny, minerály, čajem atd, ale zkušenost s tím nemám.

2)No tak určitě mě už nebaví chlastat. Ale v tom smyslu, že mě nebaví ani nikde vysedávat u piva. Jinak zbytek věcí, které by to teoreticky mohlo narušit (sex, sport, jídlo...) jsou naštěstí ok.

Nicméně každý jsme jiný a na každého to bude fungovat jinak.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Ja - 05/03/2019 10:37

---

"Tie" cravingy budú slabnúť aj bez "Selincra"!!!

...a všetky ostatné = popísané príznaky sa uskutočnia tiež! B)

Dôležité je iba:

"NEPRIKRMOVAŤ SA DROGOU/(A)!!!" ;) :P

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil stef - 05/03/2019 11:23

---

Ja, iba to neprikrmovat sa drogou je nad moje sily, kedze craving ma ovlada :)

Petr Dakujem, este sa da nejako zohnat naltrexon z Indie, co sposobuje menej neziaducich ucinkov. Nerozumiem preco tento liek nieje dostupny v CR !!!

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Krtek - 06/03/2019 00:54

---

Craving ťa ovláda, pretože ho stále krmíš. Pretože ty nechceš prestať piť. Tá India nie je dobrá ani ako vtíp. A naltrexon nehľadaj ako liek, ale hľadaj liek, ktorý ho obsahuje. Keď som našiel ja, nájdeš aj ty.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Sochař - 06/03/2019 09:34

---

Krtek má pravdu. Dokud toho zrúdného červa chlastu v sobě ošetřuješ a občas přikrmuješ, nedá ti pokoj. A bude chtít víc. Taková je závislost. Bohužel.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil stef - 06/03/2019 13:38

---

ta teoria, ze nechcem prestat pit, je mi i tak na 2 veci, to by bolo cele roky to iste dookola. Lieky Adepend, Revia, nedostat, boli nejake obdobie no zlahla sa pod nimi zem.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Ja - 06/03/2019 16:46

---

Stef,

Tebe už pomôže len sekundové lepidlo - na predpis, v lekárni a poľutovanie... :silly:

"Vyskúšaj 12 krokov AA v praxi - uveď si ich do svojho života." :ohmy:

("To je metóda!!!"... účinnejšia ako TSM!?!):P

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil stef - 06/03/2019 18:33

---

Ja, Ty si vtípalek, ze az :)

Asi fakt jedine lepidlo, no lutovat nic nezmeni, ze mam nieco v mozgu pokazene ...

12 krokov ? vyssia sila ? ehm

tam to vsetko stoji a pada ...

Moj zivot je onicom, doma, sam a nic. Je to fest fest fest zvladne.

Ludia su ako z metrixu, len sa mihaju, vsetky tie pekne holky vonku, akoby ani do toho sveta nepatrim.

V praci taktiez, medzi ludmi, len si sef pax x "zabavne" vytrel tu svoju psychopaticku hubu o mna, kreten.

Ak raz chytim schyzofreniu z tej samoty, tak nebude cudo, fest zvladny zivot.

Objednal som si aspon pizzu a pozriem film, nech mam nejaku radost.

Po praci, mal som klasa craving,

zachranilo ma, ze mam pohotovost a skoro vybity mobil, a nemal som nabijacku, takže som siel domov.

Isiel by som pit zasa bez selincra ...

Domov ako som dosiel dal som si to selincro, a prislo mi, ze to zato nestoji ist dnes na pivo a vygrcal som selincro do wecka, aby som nemal zbytocne vedlajsie ucinky.

Craving u mna stracam kontrolu nad sebou, moj mozog moje ja chce vtedy taaaaak alko pohodu a je schopny sa na vsetko vysrat a ist i na opacny koniec sveta aby som to vtedy dosiahol ...

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Maris - 06/03/2019 19:12

---

Stef,fakt sám sebe trápíš. Vykašli se uz na chlastání, kolikrát se musís presvedcit ,že to nejde,žádné Selincro Ti mozek nezmění. Tak buď chlastej dál až to pochopíš,až konečně padneš na hubu tak ,že ti to

docvakne,nebo hned přestaň a jdi do strizlivosti odvážně. Ano 12 kroků AA jsou cesta.Jen se otevři a přijmi to a uvidíš změny.Ja jsem taky sama doma a co?To tu mám plakat a chlastat?

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil stef - 06/03/2019 19:26

---

Maris,

AA, stef skusal a hladal a zamyslal sa a chcel a prosil a modlil sa a udialo sa co ? NIC, ano jedno velke nic.

Selincro spravi to, ze ak uz mam nezvladnutelny craving, tak snad si ho aspon nejako dam a pak uz mozog nedostane co chce. Pretoze ja pit chcem, lebo a nechcem, lebo.

Proste mojmu mozgu chyba ten pocit opojenia, tak vymysla a robi vsetko,a je mu jedno, ze sa cely tyzden snazim a makam na sebe.

Neplacem, nechlastam, ale ta samota na mna uz ie niekedy vazne psycho.

Nerozumiem, co su ludia taki utocni.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Maris - 06/03/2019 19:48

---

Stef,jsi vztahovačný jako každý alkoholik. Připadám Ti útočná?Co chceš poradit? Prostě jsi nepadl na dno,každý ho má jinde,pokud budeš pořád chlastat a brát selincro je jako bys draždil hada bosou nohou.Pokud jsi zkoušel AA a zdálo se Ti ,že Ti nepomohlo,je to v Tobě. Zajdi znovu,chod' a nevzdávej to.Samota není psycho ,pokud budeš střízlivý,delší dobu,uvidíš to jinak.A střízlivý máš naději na vztah větší než jako ochlasta.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil stef - 06/03/2019 20:09

---

Maris,

niesom vztahovacny, len som skor vnimavy a vnimam, ako kto co povie.

Maris "pokud budeš pořád chlastat a brát selincro je jako bys draždil hada bosou nohou."

no dnes prave kvoli selincru nechlastam :/

"Pokud jsi zkoušel AA a zdálo se Ti ,že Ti nepomohlo,je to v Tobě. Zajdi znovu,chod' a nevzdávej to.

Nerozumiem, co mi tam ma co dat.

"Samota není psycho ,pokud budeš střízlivý,delší dobu,uvidíš to jinak.A střízlivý máš naději na vztah větší než jako ochlasta."

---

vidim a vnimam, ze mi samota skodi psychicky ak je jej vela, taktiez ako zvlastny svet, ludia, spolocnost, ktorych stretavam. Mam pocit, ze som ako z inej planety, alebo len nestretavam spravnych ludi a mam pokazene vnimanie sveta asi.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Maris - 06/03/2019 21:00

---

To je těžké, ty nic nechceš přijmout, vše odmítas ,mas jen své stejné odpovedi.Nic vlastně nemenis ,nechces.Je to v Tobě,musis to sám pochopit.Nelze někomu prenastavit mozek.Ty jsi nastaven na odmítání. Zkus to změnit. Začni přijímat.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil stef - 06/03/2019 22:09

---

nic nechceš přijmout  
vše odmítas  
jen své stejné odpovedi  
Nic vlastně nemenis  
nechces

to je moc ... :)

vidim co realne mi pomaha co nie bodka

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Maris - 06/03/2019 22:35

---

Selincro a chlast? To je nej.kombinace na udržení střízlivosti? Kazdeho vec,preji Ti ať to zvládneš. A porad se neuražej, tady je diskusní fórum .Ne pritakavacske forum. :)

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Ja - 07/03/2019 08:02

---

stef napsal:  
nic nechceš přijmout  
vše odmítas  
jen své stejné odpovedi

Nic vlastně nemenis  
nechces

to je moc ... :)

"vidím, čo reálne mi pomáha čo nie, bodka."  
Stef,

"tak nám - ostatným porad', keď už tak dobre vidíš a vieš!!!" :silly:  
("Rád sa dozviem čosi nové o sebe a chľaste, mozgu, synapsiách, vzťahoch a reakciách Tvojho  
organizmu na podnety opilca.") :ohmy: ;)

---

## Re: SELINCRO

Vložil Gennosuke - 07/03/2019 09:36

---

stef napsal:  
vidim co realne mi pomaha co nie bodka

Je moc dobre ze jsi si naseł neco co Ti pomaha. Situace je ocividne lepsi nez pred nejakou dobou a díky Selincru bud chlastas min a nebo vubec. To je super! Ale jen pro zajimavost - jak dal? Do konce zivota na Selincru? Nebo doufas a spolehas na to ze díky dlouhodobemu uzivani Selincra Tva zavislost "vyhori"? Ze kouzelna pilulka zmeni fungovani Tveho mozku? Nevztekej se na reakce Maris nebo Krtka - oni to mysli dobre a na tom co pisou je hodne pravdy. Protoze drive nebo pozdeji ten problem stejne budeš muset rozseknout - jinak rozsekne on Tebe :-).

---

## Re: SELINCRO

Vložil Krték - 07/03/2019 09:41

---

...a vygrcal som selincro do wecka, ...  
...no dnes prave kvoli selincru nechlastam :/...

Vypil si vodu z wecka? :cheer:

Stefo, prečítaj si po sebe svoje príspevky, od doby užívania selincra. A zistíš, že vlastne nevieš, čo chceš. Chceš ísť do baru, ale so selincrom ťa to nebaví. Nie je zábava, pretože necítiš účinok alkoholu. Na to, aby si sa zabavil, potrebuješ alkohol, teda ten jeho účinok. Ale tiež píšeš, že nechceš piť, lebo ... kopec dôvodov. V podstate máš len jednu možnosť. Naučiť sa baviť bez alkoholu, bez selincra. Vedľajšie účinky po selincru budeš mať stále. Takto sa žiť večne nedá. Raz ho budeš musieť vypustiť. A byť stále zavretý doma nevydržíš.

---

## Re: SELINCRO

Vložil stef - 07/03/2019 11:23

---

Gennosuke, ano, ocakavam vyhasnutie, no je to proces, atak chce to cas.

Snazim sa na sebe inac pracovat krocik po krociku.

No ta touha stavu toho opitia (craving) mi to nici.

Chcel by som uz byt slobodny.

Inac zivot vnimam, ze ma to akoby vyblivlo po tych rokoch chlastania a ja nejako poznamenany "meskam" v realnom svete.

Krtek, ako som si ho dal, prislo mi, ze tak teda ani nema vyznam ist tam vcera a komplikovat si dneskajsok a veci o ktore sa snazim, pretoze moj mozog cravuje tie ucinky a nevie sa len tak zmierit, ak ma stav.

17 rokov som to neprestajne zneuzyval.

Ano naucit sa bavit bez alkoholu, suhlasim s Tebou.

Snazim sa, dnes mam ten bezecky trening, chcem skusat dalsie veci.

No citim aj ako som zalepeny, strach, nizke sebavedomie, negativne vnimanie sveta a do toho tie moje posadnutia po ucinku alkoholu.

@Maris, ano diskusni forum, ak to ma nejaku uroven je to ovela viac fajn :)

@Ja :silly: :laugh:

---

## Re: SELINCRO

Vložil Maris - 07/03/2019 12:35

---

Stef.A protože s tebou nesouhlasím,tak to nemá úroveň?Jsi jako malé dítě.

Ale já s tebou nemohu souhlasit,proto že chci ,aby ses zamyslel,nechci Tě konejšit ,že děláš dobře. Ne neděláš, víš to sám,ví to tvé tělo, jen tvůj mozek ne!A víš proč ne?Jelikož ho chlácholíš,že to snad půjde.Dáváš mu alkohol a ty jsi alkoholik. A on ho po Tobě stále teda chce.

Pochop už Stefe,jsi proti tomu bezmocný. Všichni alkoholici jsou bezmocní.A jediná jejich pomoc je v jejich moci,nepít. Prostě se smířit, že nemůžeš.Jinak nelze.

Zvládneš to,já to taky zvládla a bylo to ku...y těžké. A pak teprve budeš svobodný, až Tě nebude mít ve své moci.

---

## Re: SELINCRO

Vložil Nespoznaný - 07/03/2019 12:49

---

Chcel by som uz byt slobodny

Podme si zaspievať. Depeche Mode - Free.

Nikdy nebudem slobodný

Nikdy nebudem zbavený

Režazí, čo ma spútavajú

---

Trýznia a oslepujú ma  
A nedajú mi pokoj

[https://www.depechemode.sk/media/text/free :-\)](https://www.depechemode.sk/media/text/free :-))

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil stef - 07/03/2019 13:12

---

Maris,

nie proto, ze nesuhlasis, ale akym stylom :)

Maris, ano tam smerujem, ale cez The Sinclair Method.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Ja - 07/03/2019 14:43

---

stef napsal:

Maris,

nie proto, ze nesuhlasis, ale akym stylom :)

Maris, ano tam smerujem, ale cez "The Sinclair Method."

..."The Sinclair Depravation Method"... :dry: :S

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Maris - 07/03/2019 15:18

---

Jakým stylem?jsi malé dítě,ze se musí potichu a pomalu nebo dospělý chlap co neunes pravdu?

Tak jo ,ano děláš vše co můžeš,já vím jak se trápiš,je to těžké, chápu,taky vím co to je.

Lepší?

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Gennosuke - 07/03/2019 17:39

---

stef napsal:

No citim aj ako som zalepeny, strach, nizke sebavedomie, negativne vnimanie sveta

Obavam se ze pokud budes dal pit (at uz se Selincrom nebo bez) tak se budou tyhle stavy dale zhoršovat. Chlast tady bohuzel funguje jako velice silny a nebezpecny katalyzator :-).

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil stef - 13/03/2019 09:00

---

Ahojte,

tak objednal som si z indie oreginal Naltrexon, 50 tabletiiek za 1900CZK kde to Selincro ma vyslo 14 tabletiiek za 1500.

Naltrexon by mal mat oproti nalmefenu menej neziaducich ucinkov, pretoze tie stavy na selincru su divne, tka som zvedavy co naltrexon.

Inspiroval som sa 1 chalanom z Ceska, je bezne ze ludia to obejdnavaju z indie, kedze politika je na hlavu.

Vcera som bol po 2 tyzdnoch von, dal som 4 piva, bez selincro, trosku ma stve ze ja ked mam craving tak chcem tie pozitivy z alkoholu a nie divne stavy zo selincra.

Tak som zvedavy.

este 1 vec ma stve, ze ak sa snazim robit nieco ine v zivote, ako ten beh napr tak je tazke sa skamosit s tymi ludmi akoby, a potom i tak je to len 1 hodina do tyzdna, zvysook som sam, takže i tak mi chyba socializacia a tak v bare to potom uvolnim, takže to je take no, co mi nepomaha.

Zajtra musim z treningu sa ospravedlnit, pretoze hram koncert vecer, takže dalsia vec :)

Spomeniem to na psychoterapii.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil stef - 22/03/2019 15:28

---

moj naltrexon nepresiel cez colnu kontrolu ...

to je blbost, ze lieky co by mohli pomahat nik nepodporuje ...

je to nenormalne ...

Vcera som namiesto behu siel radsej do baru, takže vysledok je taky, ze zjavne neviem sa vzdac toho pocitu po droge i ked ma nici.

Dalsi pokus bude dat polovicu selincra, mozno zminimalizujem neziaduce ucinky a dosiahnem mensie chlastanie, musim to skusit. Inac si ja neporadim vazeni. Nemam na to sil s tym dookola bojovat.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Ja - 22/03/2019 17:02

---

Stef,

už sa netráp a zmier sa s tým, že budeš opitá mladá mŕtvola... :ohmy:  
(...,ktorú už nič nebolí.)

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil stef - 22/03/2019 18:07

---

som velmi nespokojny a nervozny ze nemozu schvalit 1 po...ny liek ktory pomaha !!! kde to zijem ...

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Ja - 22/03/2019 20:17

---

stef napsal:

som velmi nespokojny a nervozny ze nemozu schvalit 1 po...ny liek ktory pomaha !!! kde to zijem ...  
..."žiješ tam, kde piješ!" :P

(Stef, Tebe už nepomôže ani sťahovať sa za liekmi ale skôr transplantácia obsahu lebky... možno...)

:dry:

...("alebo si daj vyoperovať úplne všetku ZÁVISLOSŤ!!!") :silly:

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil stef - 22/03/2019 21:01

---

Ja ty si v poslednej dobe mudry ze by ti mali dat nobelovku za tie mudrosti ;)

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Nespoznany - 23/03/2019 00:12

---

Tak ono štát nemôže, nemal by dovoliť, aby si občania kazili zdravie pochybnými neschválenými látkami.  
Majú si kaziť zdravie pochybnými SCHVÁLENÝMI látkami. ;-)

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Ja - 23/03/2019 01:18

---

stef napsal:

Ja ty si v poslednej dobe mudry ze by ti mali dat nobelovku za tie mudrosti ;)

..."kobylovku/debilovku" už nechcem, ale inšpirujú ma "darwinovky", od pijanov. Mnohí majú skvelé podnety, ako prečúrať samých-seba, ale trafia si pritom iba priamo na šišku, a spravidla bývajú veľmi prekvapení, že sú mokří... :P :silly:

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil stef - 23/03/2019 10:04

---

:D :D :D

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Double D - 23/03/2019 10:26

---

Stef, lieky s naltrexonom (naltrexóniumchlorid) su na Slovensku registrovane a "podorovane", cokolvek tym myslis. Adapend asi len na Slovensku, Mysimba asi aj v Cesku, akurat su len na predpis.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Petr - 07/04/2019 20:44

---

Tak jak bojuješ Stef?

Já v poslední době pil celkem dvakrát bez Selincra a byla to blbost. Zábava jako dřív to není, ten úžasný z pití pocit se nedostavil, jen jsem neměl ty vedlejší účinky. Nicméně po druhé akci jsem si řekl, že je to vážně nesmysl to takhle riskovat. Pomalu jsem cítil jak té závislosti otevírám dveře a zvu jí opět dál. Naštěstí ten pocit sám od sebe tak po týdnů přešel.

Naposledy jsem si vzal Selincro na téměř plný žaludek, vedlejší účinky jsem během večera téměř nepocítil, pil velmi málo no ale v noci šílená nespavost...

takže dokud' nebude nějaká vhodná příležitost, tak zas nechám léky i pití ledem.

Každopádně doufám, že jsi se na TSM nevykašlal! Ten pocit nebýt závislý je k nezaplacení.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Krtek - 08/04/2019 09:06

---

takže dokud' nebude nějaká vhodná příležitost, tak zas nechám léky i pití ledem.

Stefov problém je ten, že on tu příležitost vidí takmer každý deň. No a vieš si predstaviť brať stále

selincro? Tie vedľajšie účinky sú priama cesta na psychiatriu. Ale nie kvôli alkoholu.

Ten pocit nebýt závislý je k nezaplacení.

Závislosť je do smrti. Selincro ťa nezbaví závislosti. Osobne si myslím, že selincro nie je pre závislákov a už vôbec nie takých, ktorí majú ťažké abstáky. Ak viac vypije, tak kombinácia abstáku a vedľajších účinkov selincra môže byť smrteľná.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Ja - 08/04/2019 10:50

---

Krtek napsal:

takže dokud' nebude nějaká vhodná příležitost, tak zas nechám léky i pití ledem.

Stefov problém je ten, že on tu príležitosť vidí takmer každý deň. No a vieš si predstaviť brať stále selincro? Tie vedľajšie účinky sú priama cesta na psychiatriu. Ale nie kvôli alkoholu.

Ten pocit nebýt závislý je k nezaplacení.

Závislosť je do smrti. Selincro ťa nezbaví závislosti. Osobne si myslím, že selincro nie je pre závislákov a už vôbec nie takých, ktorí majú ťažké abstáky. Ak viac vypije, tak "kombinácia abstáku a vedľajších účinkov selincra môže byť smrteľná."

Krtek,

..."rozširuješ neoverenú/(bez serióznej štúdie) poplašnú správu, vieš to??!" :ohmy:

"...(!!!) ;) :P

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Krtek - 08/04/2019 16:23

---

Jedným z vedľajších účinkov selincra sú aj myšlienky na samovraždu.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Petr - 08/04/2019 21:03

---

Krtek:

Zda si dovedu představit brát stále Selincro? No ta otázka je dost nešikovně položena, ale pokusím se to trošku rozvést.

Bral bych to denně? -Ne. Ta nespavost by mne zničila a z dlouhodobého hlediska (v řádu měsíců a let) si dovedu představit velký dopad na psychiku včetně možných depresí či myšlenek na sebevraždu.  
Bral bych to každá týden? - Stále spíše ne. Přeci jen významně si narušit 1/7 týdne není úplně příjemné. A stále tu je poměrně vysoké riziko narušení psychiky.  
Bral bych to každý měsíc? - No tady už ta představa není úplně nereálná.  
A co to brát párkrát za rok? - Bingo! V současné době se jedná o variantu, kterou jsme si sám zvolil. Ale do budoucna se nebráním ani úplné abstinenci.

Ohledně druhé části tvého příspěvku:

Netvrdím že Selincro samotné je zázrak a že to dokáže kohokoliv zbavit alkoholismu.

Nicméně systematické používání tohoto léku (The Sinclair Method) opravdu může zbavit závislosti cca 80 % alkoholiků.

=====

## Re: SELINCRO

Vložil zdenek.dry - 08/04/2019 21:17

---

.. pěkný.. taková pohádka od začátku do konce.Mikroflora hadr

=====

## Re: SELINCRO

Vložil Petr - 08/04/2019 21:56

---

zdenek.dry:

Proč pohádka? Myslíš snad, že se tímhle bavím po večerech? Ne, TSM mi opravdu pomohlo a já bych rád, kdyby to pomohlo i dalším.

Nicméně chápu, že většina lidí jsou zbedněnci, s klapkami na očích, kteří nedokáží pochopit věci v širších souvislostech.

Pokud se tobě daří abstinovat, tak mi věř, že jsem za tebe rád a přeji ti to. Nicméně tradiční způsoby léčby nejsou vhodné pro každého, tomu odpovídá i velmi nízká úspěšnost těchto léčení.

Pochybuj, že máš nějaké základní znalosti ohledně TSM, zkus trošku googlit a uvidíš, že se rozhodně nejedná o můj výmysl.

=====

## Re: SELINCRO

Vložil stef - 09/04/2019 05:36

---

Caw Petr,

tak ide mi to ako v lete na sankach.

Prestal som chodit behavat s ludmi, nenaplnilo to ocakavania skamaratit sa s ludmi a proste citim, ze som iny ako mainstreamovi ludia, takže moja snaha motivacia oslabla.

Taktiez psychoterapia, z 1 x za tyzden mi zacal davat sedenia 1 x za 3 tyzdne, a ja vnimam podobne ako pri predoslom pokuse, take sklamanie a pokles motivacie, takze som vcera tam ani neprisiel.

Ohladne selincra, po tej skusenosti, 'ze si ho mam problem dat ak pride craving', lebo vtedy sa chcem bavit a nie mat neziaduce ucinky, a zabaveni naltrexonu som to prestal uzivat a zacal zasa pocitovat alkoholovu zabavu.

No zrejme mi zasa stacilo, naposledy som bol von v stredu - craving po praci, ale v bare nic moc, tak som siel i v stvrtek to dohnat, no a nakoniec este piatok, pretoze doma samota, smutok ma prinutila ist, a tahal sol som do soboty vecera koncert, kamosi, hudba.

To bola zas taka "posledna kvapka" ze takto dalej nemozem. Davam sa este teraz dokopy.

Selincro po dlhsom uzivani by mali vedlajsie ucinky slabnut az vymyznut.

Mna napadla jedna vec, ze skusim bravat len polovicu lieku a uvidim.

Pretoze mozno cela tabletka je na mna moc silna.

Kazdopadne mavam strach, ze si neviem rozkazat, ta posadnutost ak pride craving je priam neovladatelna, ako tuzim sa vtedy dostat do tych alkostavou.

Takze musim to skusit nanovo s polovicnou davkou, snad tie psycho stavy a nespavost budu slabsie a taktiez pocitim aspon trosku zabavu a nevypijem vela.

Som v pasci uvedomujem si to, nic ine mi neostava ako dalej skusat, hladat, poznavat sa, neutekat od samoty, bolesti, ak nie tak uz neviem. Som zo seba svojho zivota uz ...

Vsimol som si, ze furt musim pocitit tie negativa alkoholu a ze hlava zabuda a povie si neni tak zle, ze to bude dobre, ale nebude. Mam strach, ze si nepomozem, uz neviem, kam by som sa pak obratil.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Ja - 09/04/2019 06:56

---

Stef,

..."si ukážkový samotryznitel', ktorý sa trýzni len preto, že chceš "vynájsť" niečo nové, iné a jednoduchšie ako sú tradičné a overené cesty k prekonávaniu zlovykov/(závislostí)".

"Skúšaj a testuj sa až pokiaľ sa celkom hrdinsky neupiješ!!!" :unsure:

"Aj to je prejav slobodnej vôle!" :angry:

Skratky doposiaľ nie sú...

(Už dávno si mohol byť po PAL a úspešne sa doliečovať!) ;)

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil stef - 09/04/2019 07:27

---

JA, na PAL som sa vyjadril az az, nic som s ich "pomocou" nevyriesil

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Krtek - 09/04/2019 07:56

---

JA, ale Stefo na PALke bol. Nezadarilo sa.

Petre, ja som nepísal o tebe, ale o Stefovi. Ďalšia vec. Sám najlepšie vieš, že tie vedľajšie účinky nie sú žiadna výhra. A čítal som o nich dosť aj na rôznych zahraničných fórach, aby som bol v obraze. A tie účinky boli des, čo so čítal. Mnohí ho prestali brať hneď na začiatku. A teraz si predstav závislého alkoholika, ktorý pije každý deň. Nie len pri nejakej akcii. Sám píšeš, že si to nevieš predstaviť brať pravidelne, že by Ti z toho asi ruplo v hlave. Bavíme sa stále o ťažkej závislosti, nie príležitostnom pití a ožieraní sa, ak niekto nemá klapku. Ani lekári neodporúčajú Selincro pre niekoho, kto má po alkohole abstinenčné príznaky. Už tie samotné bývajú des a v spojitosti s vedľajšími účinkami selincra, to musí byť na zbláznenie. Môžeme sa baviť o tom, že selincro tlmí účinky alkoholu. Ale ťažký závislák pije práve kvôli nim. Bude tu fľašu piť dovtedy, kým ich nepocíti. Hoci po litry. Ten kľudne exne fľašu.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Michal - 09/04/2019 07:57

---

Stefe kámo ahoj :) , myslím, že u Tebe děla hodně ten útěk před samotou/nudou...musíš si najít i nějaký motor/cíl v životě, když ráno vstaneš vědět proč...ted' je ta největší "radost" ten alko život, "kamarádi" a chlast... myslím, že jsi ještě nespádl na dno... buď za to rád a nesnaž se na něj dostat a zjišťovat jaké to tam je, protože tam nic příjemného nečeká...drž se! :)

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Ja - 09/04/2019 10:18

---

stef napsal:

JA, na PAL som sa vyjadril az az, nic som s ich "pomocou" nevyriesil  
Stef,

"Ty piť chceš!!!"

:angry: "Tak pi!!!" :P

Istý pán absolvoval PAL 3x, a až na 4.krát sa spamätal natoľko, že pracoval ako uznávaný terapeut v OLÚP v Prednej hore... :dry:

"Prekroč už konečne sám seba a vystúp z ulity alkoholu aj alkoholizmu!"

"Možno pochopíš (už/až) na 10.krát... (,ale predsa!)

B)

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil stef - 09/04/2019 13:22

---

1 a 1 su 2 to mi funguje kym ... jedno podmienuje druhe ... som v bludnom kruhu a neviem z neho vyjst

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Ja - 09/04/2019 13:43

---

stef napsal:

1 a 1 su 2 to mi funguje kym ...

..."ono Ti TO/(Tvoje sčítanie) funguje po prvý dúšok drogy/(chl'astu), však??!" ;) :P

..."akonáhle vystrebeš prvý dúšok, si v p....i!!!" :angry:

(...rozum má holiday, vôľa detto a myseľ = netto/prázdna.) :silly:

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil zdenek.dry - 09/04/2019 14:17

---

Petr napsal:

zdenek.dry:

Proč pohádka? Myslíš snad, že se tímhle bavím po večerech? Ne, TSM mi opravdu pomohlo a já bych rád, kdyby to pomohlo i dalším.

Nicméně chápu, že většina lidí jsou zbedněnci, s klapkami na očích, kteří nedokáží pochopit věci v širších souvislostech.

Pokud se tobě daří abstinovat, tak mi věř, že jsem za tebe rád a přeji ti to. Nicméně tradiční způsoby léčby nejsou vhodné pro každého, tomu odpovídá i velmi nízká úspěšnost těchto léčení.

Pochybuji, že máš nějaké základní znalosti ohledně TSM, zkus trochu googlit a uvidíš, že se rozhodně nejedná o můj výmysl..

Úspěšnost léčeben je nízká z jednoho jediného důvodu, a to je fakt, že alkoholismus je těžká progresivní smrtelná nemoc. Že léčebny nejsou pro každého? Jsou. To teda opravdu jsou.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil stef - 09/04/2019 14:18

---

Ja, praveze este pred tym, moj problem je velmi silny craving, ktory volou neviem zvladnut, ba naopak, uplne ovladne moje zmyslanie, a z prvotnych veci o ktore som sa usiloval, sa stavaju veci v pozadi, vnimam ich ale nemaju vahu, otocene zmyslanie.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Ja - 09/04/2019 17:17

---

stef napsal:

Ja, praveze este pred tym, moj problem je velmi silny craving, ktory volou neviem zvladnut, ba naopak, uplne ovladne moje zmyslanie, a z prvotnych veci o ktore som sa usiloval, sa stavaju veci v pozadi, vnimam ich ale nemaju vahu, otocene zmyslanie.

...a "Ty že nepotrebuješ stádo alebo čriedu odborníkov?"

(...viac ako ktokoľvek iný!) :angry:

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil stef - 09/04/2019 18:13

---

mne pomoct nevedia ziadni "odbornici", mali moznost, ja som sa fakt snazil, velke H z toho ...

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Michal - 09/04/2019 19:42

---

Stefe, my dva jsme na tom byli prakticky stejně. Víš ono to jde! Jde být abstinující alkoholik. Jde se naučit žít střízlivý život, ale mi přijde, že se moc soustředíš na věci proč to nejde, místo, aby si hledal cestu po které by to šlo...

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil MichalB - 09/04/2019 20:14

---

To je faze nechci a chci pit :)

=====

**Re: SELINCRO**

---

Vložil stef - 12/04/2019 14:19

---

mam novy akcny plan, kedze prestat pit neviem, aby som sa nezabil alebo neskoncil na ulici

vcera som mal silnu uzkost pred koncertom a musel som dat 2 vodky, chcel som inac pit len desinku, chcem uplne minimalizovat co to pojde, ale mat pritom pocit ze zabava.

Este pred tyzdnom si moja hlava myslela, ze alkohol mi tak neskodi ehm

Takze zacnam brat SSRI nech to tmi uzkosti, ale len 10MG pretoze potom clovek neciti ani sex a selincro skusim zobrat 1/4 lieku, co to spravi. Ja ako pozitivkar zavislak sa neviem pripravit nejak o tieto pozitivky.

Asi preto, ze zivot je skupi na ine radosti pre mna a nasilu to nejde.

Takze skusim to tak, bude to mozno menej intenzivne ale snad s tym budem ok a podari sa mi to viac ovladat. K tomu sport a zdrava strava.

Len to je to ze ja som taky blbec, ze ak mi je lepsie, zacnem si mysliet hned ze oki neskodi to tak a idem von viac a zasa si rozhodim organizmus do peeeeecka.

tak som zvedavy ako mi to pojde

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Michal - 12/04/2019 15:30

---

Najdi si na internetu vliv alkoholu na úzkosti a deprese :)

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil stef - 12/04/2019 17:39

---

stara znama vec Michale, ja s tym bojujem 10 rokov uz

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Petr - 14/04/2019 21:34

---

Stef:

Mrzí mě, že léčba nejde tak hladce, kéž by ten nový plán fungoval. V jistém směru ohledně zábavy či nového životního stylu tě plně chápu. TSM mi pomohla se závislostí jako takovou, nicméně večery a víkendy jsem se musel naučit trávit jinak.

Krtek:

Vedlejší účinky Selincra jsou u lidí velmi odlišné a jistým způsobem se i vyvíjí v čase. A určitě máš pravdu v tom, že ten lék či metoda celá není vhodná pro každého, s tím plně souhlasím. Nicméně konkrétně u Stefa (ale i u dalších kteří jsou zde na fóru a svůj problém si teprve uvědomují a začínají ho řešit) vidím určitou podobnost s mojí vlastní zkušeností se závislostí. No a když TSM pomohlo mně, tak proč by nemohlo pomoci i jim...

Zdenek.dry:

Blbost. Evidentně nevíš o TSM nic. Ano léčebny jsou sice pro každého, ale málokomu pomohou! Nastuduj si a pak o tom můžeme diskutovat.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil Maris - 17/04/2019 12:12

---

Zdenek.dry:

Blbost. Evidentně nevíš o TSM nic. Ano léčebny jsou sice pro každého, ale málokomu pomohou!

Petře, léčebny pomohou tomu kdo opravdu chce přestat, ať tam jde jednou nebo 10x. Ten kdo chce chlastat a zobat Selincro v domnění, že tím přestane pít, je podle mě blbost na entou. Mohla jsem si vybrat Selincro a pít dál ve falešné naději a dál se trápit, nebo prostě přemoci chuť a žít střízlivě. Jo je to těžké a pro někoho nemyslitelné, ale jde to.

A že alkohol úzkosti a deprese podporuje, je starý fakt. Toť můj názor a zkušenost.

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil stef - 19/04/2019 19:10

---

ja kazdym pokusom a padom stracam energiu a motivaciu, plus doma sam nanic, jedine kde mam nejaky unik je ten bar, hudba som mozno nie v poriadku, mainstream ostatni ludia su nejaki zvlastni, zrejme i ja pre nich a nik mi nejak do zivota neprisel

citim sa vyhorene, mam obavy, ale co narobim, ak si neviem pomoct

Takze ne nejde to u kazdeho, tie premudrene reci mam najradsej

=====

**Re: SELINCRO**

Vložil MichalB - 19/04/2019 22:15

---

Kdyz si nevim rady, tak se jdu nekam poradit. Ja na hudebni akce i do hospody chodim a uziju si to lepe bez alkoholu (protoze pit neumim; 1 pivo na chut, 3 - 5 jsou na naladu, 8 uz lepsi a pak uz nevim).

=====