

Jak to mám řešit

Vložil Ifka - 26/08/2010 10:54

Dobrý den, prosím o radu. Začala jsem pít a neumím přestat. Mám z toho výčitky svědomí a málo pevné vůle. Když se nenapiju, tak mám deprese, pak se napiju a mám po vystřízlivění výčitky svědomí. Spouštěcí nutkání na pití je cokoliv. Jsem vdaná, moji rodiče pili a ne málo, manžel ten nepije vůbec. Máme dvě děti 22 a 8 let-kluky. Každou chvíli se snažíme trávit spolu a doma jsem nejšťastnější. Je mi 42 let a jsem z toho svého pití nešťastná. Manžel ví, že piju, ale říká, že on může těžko posoudit, zda jsem, nebo nejsem závislá, protože podle něj jsou všichni alkoholici, vzhledem k tomu, že on nepije skoro vůbec, pivo pije nealko a jednou za rok si dá skleničku Baylees, nebo něco podobného a k tomu ještě 10ledů. Ráda bych byla v kontaktu s někým, kdo má stejný problém a mohli by jsme se vzájemně přes net snažit nepít. Hodně mi pomáhá Persen tbl. Jak je nemám, tak se snažím se pít a důvod si vždycky najdu... Jak funguje združení anonymních alkoholiků? Prosím potřebuji pomoci, než bude pozdě. Poradíte mi? Moc děkuji předem za reakce, nechci si prochlstat život a mám obavy, jestli už nevolám o pomoc pozdě.
Hezký den všem.

=====

Re: Jak to mám řešit

Vložil Iveta - 26/08/2010 12:36

Nenapsala jsem kolik piju alkoholu, takže jsou to 4 piva, ale 12tky denně. Kvůli kaloriím v pivu jsem začala pít víno, ale nechutná mi, a bylo mě druhý den špatně a tak jsem se vrátila k pivu. Když je nějaká oslava, tak piju vše, co mi nabídnou, ale oslav je málo, do roka tak 4x. Na Silvestra nepijeme, jenom já to svoje pivo, a o půlnoci šampus an přípitek. Ty piva si pořád tahám z obchodu domů a piju je v průběhu dne. Kdysi jsem pila 2, teď už 4 a častěji... Když beru antibiotika, tak jen čekám kdy se můžu až je doberu napít.

Ještě jednou děkuji pokud mi poradíte.

Se svojí praktickou doktorkou o tom nedokážu mluvit, na to se moc známe, a tam to neřeknu. To vím. Taky doma nemůžeme alkohol navíc, protože po těch svých pivech bych ho vypila, takže toho se doma vždy vyvarujeme, ale sama bych si už pak koupit alkohol nešla. Svoje si si koupím a vypiju a to mi jako hladinka na den stačí, a to je závislost, která mne děsí.

=====

Re: Jak to mám řešit

Vložil Táňa - 03/03/2011 14:14

text uživatele byl smazán administrátorem webu

=====

Re: Jak to mám řešit

Vložil Liba - 04/03/2011 07:35

Jsem ráda, že pan doktor zakročil. Je zločin zneužívat slabé, nemocné, zoufalé. Zním pár nešťastných, co spadli do sekt, konce moc smutné.

=====

Re: Jak to mám řešit

Vložil Jarka - 04/03/2011 16:44

Jsem moc ráda, že jsem našla tuto diskusi. Proč? Protože piju a nevím si s tím rady. Přichází světlé chvílky, kdy si říkám, že s tím musím něco dělat, ale je jich málo, hodně málo. K alkoholu jsem nikdy neměla odpor, to vůbec ne, zvládala jsem ho v rámci společenských příležitostí, apod., bez nějakého totálního opití se, kocoviny a okna. Po ovdovění jsem to ale rozjela ve velkém stylu a začíná mě to děsit. Piju denně, opravdu denně a množství zkonsumovaného se zvyšuje. Pomáhá mě to zapomenout, líp usínám a při tom usínání si říkám - zítra už ne, nesmíš. Ale stejně to nevydržím, přijde doba lehce po obědě a už v tom jedu zase. Zatím mě to nedělá problém co do zvládnutí domácích povinností a běžného života, horší je to ale při kontaktu s lidma. Tomu se vyhýbám, protože jsem si vědoma, že to na mě musí být poznat. Unavené a zarudlé oči, roztěkaný pohled, strhané rysy. Všechno si to uvědomuji, vím, že si zadělávám na hodně velký problém, ale bez společnosti toho démona nevydržím. Nevím co s tím, jediné co vím je to, že se řítím do propasti. V množství koupeného a zkonsumovaného vína mě neomezují finance a tak si tady posedávám, popíjím a propadám se kamsi, kamsi hodně hluboko. Zatím nejsem ve stavu, kdy bych nezvládala normální běžný život, osobní hygienu, starost o svoji kočku a psa. Dopoledne, kdy jsem v pohodě, klidně autem objedu co je potřeba, ale cesty domů jsou vždycky spojené a nákupem zásob. Mám dospělé děti, nežijí se mnou, přijíždějí tak jednou, dvakrát v týdnu a vždycky svůj příjezd avizují. To se krotím, zvládnou se, proto nemají ani tušení co se tady děje. Dnes můžu v klidu a pohodě psát, mám v sobě - doteď - tak 4 deci, ale den není zdaleka u konce. Bojím se dalších dnů, týdnů a měsíců, bojím se, že to nezvládnou a propadnu se na samé dno. Jsem sama, ale nejsem - víno je mě denním společníkem a kamarádem. Jak mu říct, že už o jeho společnost nestojím, že by měl odejít a někam hodně daleko? Poradíte někdo?

=====

Re: Jak to mám řešit

Vložil Liba - 04/03/2011 17:44

Janko, jako bysme žili stejný život. U mě tohle probíhalo dřív, úplně stejně, jenže alkoholu přibývalo, děti se zlobily, bylo mě to už jedno a málem jsem umřela, pila jsem 3 lahve vodky denně, dostal mě ten kámoš až na dno. Zajdi na nejbližší skupinu Anonymních alkoholiků, najdeš pomoc, přátele, uvidíš, že nejsi sama s tímto problémem. Řítíš se pomalu ale jistě k tomu dnu taky! Do léčebny bys nešla?

=====

Re: Jak to mám řešit

Vložil Jarka - 04/03/2011 19:45

Milá Libo, díky za reakci, moc mě těší. Do léčebny ??? Toho se bojím a navíc si pořád myslím, že to mám ve svých rukách, i když.....to asi není pravda. Nevím, vážně nevím jak dál, tak to nejde to vím, ale co dál - to nevím.

=====

Re: Jak to mám řešit

Vložil Liba - 05/03/2011 08:18

Jarko, víš to, ale bojíš se všeho, léčebny, okolí, jestli to zvládneš, co na to děti.....Já šla do léčebny ve svých 53 letech, babka z vesnice, pověst léčebny děsná.Omyl, zvládla jsem to tam, není to lehké, ale jde to, pomohla mě si srovnat v hlavě, co vůbec od života chci, a nyní 7.rok abstinuji, chodím na AA, doléčování, a žiju krásný život, bez výčitek, v klidu,baví mě žít!!Moc bych Ti přála, abys našla odvahu, a začala opravdu něco s chlastem vážně dělat, je to ještě horší, než si představuješ, opilec nežije, jen přežívá, trpí.Letí ke dnu, z kterého se už nemusí vyhrabat!Jestli chceš, zavolej mě! A neboj, zatím!!!!máš na to, skončit s pitím, a žít hezky.

=====

Re: Jak to mám řešit

Vložil Blanka - 28/04/2011 17:21

Mám stejný problém, třeba bychom se mohly navzájem podporovat? Má adresa s.blanka@seznam.cz.

=====