Jsem alkoholik a chci to řešit!!!!
Vložil Já - 24/01/2014 23:10

Zdravím všechny alko i již nealkoholiky. Je mi 38 a uvědomuji si, že jsem alkoholička.Piju od svých cca 30ti a to denně, nepiji tvrdý alkohol, ale víno, nebo pivo. Vína dám klidně 2 litry denně. občas i víc... a když už jdu do toho piva, tak zvládnu klidně 8, 10 za večer.Za poslední rok a půl jsem bez alkoholu vydržela jeden den, jinak opravdu není dne, kdy nepožiji :-(Mám dvě děti, skvělou práci i manžela. Moje pití mne neohrožuje v práci, piji opravdu jen tehdy, když už mám volno a čas, takže většinou navečer...uvařeno, uklizeno, úkoly do školy s dětmi udělané...prostě pohoda, tak začnu lít... Ty dva litry vína jsem schopna vypít během 3, 4 hodin. Když vím, že budu řídit, vypiju jen dvě, čtyři deci večer...nemám s tím problém. Ale neumím si představit den bez chlastu, nenávidím se za to, mám tak šílené výčitky svědomí...zdají se mi hnusné sny, navíc se stydím před dětmi a kolikrát i v práci, říkám si, kdyby to někdo tušil, že tak chlastám....!?!?! O zdraví ani nemluvě - už vloni jsem měla špatné jaterní testy...
Už teď, když to píšu, mám v sobě 1,5 litru vína....jsem sama sobě tak hnusná...

==========

Re: Jsem alkoholik a chci to řešit!!!!
Vložil Petrch - 24/01/2014 23:35

Ahoj.Vítej do klubu, dle toho co píšeš si těžká alkoholička..a že ještě něco zvládáš (protože musíš) je fajn, za pár let tímto tempem budeš ráda, že budeš naživu

==========

Re: Jsem alkoholik a chci to řešit!!!!
Vložil Ivča - 25/01/2014 17:20

No a jak to chceš teda řešit? :dry:
To,že se stydíš sama před sebou nestačí :S

==========

Re: Jsem alkoholik a chci to řešit!!!!
Vložil Petrch - 25/01/2014 18:01

Je to "jednoduhé"..nepít :)

Návod, jak toho dosáhnout poskytují :

ustavní léčebny
ambulantní léčebny
svépomocné skupiny (AA,...)
knihy

toto forum

držím palce, jediný lék na léčbu alkoholismu je abstinence

==========

Re: Jsem alkoholik a chci to řešit!!!!
Vložil Lanička - 27/01/2014 08:23

Já bych k tomu dodala, domnívám se, docela nejdůležitější bod : touha a vnitřní přesvědčení, že chci přestat pít a začít žít normální život.

==========

Re: Jsem alkoholik a chci to řešit!!!!
Vložil Já - 28/01/2014 22:27

Díky za návody a vůbec za přečtení všem...
Včera jsem vypila 4 piva a dnes už "jen" dvě a jdu spát...
Já to dám sama, vím to.
Držte mi pěsti, budu psát svá denní skore pravdivě a bez příkras!

==========

Re: Jsem alkoholik a chci to řešit!!!!
Vložil Milos - 28/01/2014 22:40

Taky sem si precetl tvuj pribeh .Narovinu myslim ze uz si toho museli vsimnout vsichni akorat jak je v nasi zemi zvykem se o tom jen suska a k tobe se to nedoneslo. Je jen otazkou casu kdy se to cele posere takze mas nejvyssi cas dokud jsi jeste trochu v poho de udelat s tim razantni konec .To ze to budes omezovat nebo prestavat jen tak sama je po osmi letech piti celkem zbytecne .Pokud si myslis ze to ukocirujes tak to zkousej vydrzis tyden nekdy mozna vice ,jsou frajeri co vydrzi dva mesice a mysli ze to maji za sebou a pak je potkam zase slite. Ja sam sem pil zhruba stejnou dobu a stejne mnozstvi pak sem mel nejake trable zemrel mi pritom otec a ja to resil pitim tak sem pul roku opravdu slusne pil .Az uz sem byl totalne na dne neco se ve mne zlomilo ja se zbalil a jal na leceni .Nepiju dvanact let a zivot je uuuuplne jiny

==========

Re: Jsem alkoholik a chci to řešit!!!!
Vložil Já - 30/01/2014 08:12

Včera jsem zvládla po dlouhé době večer jen o čaji...byly ho dva litry a byl výborný! Nic mi nechybělo, až jsem byla překvapená.
Jak je mi dnes ráno fajn a v klidu můžu sednout do auta a jít si zacvičit! Dokonce jsem měla krásné sny.

Vím, že je to jako ujít milimetr ze stakilometrového pochodu...
Ale já chci!!!

==========

Re: Jsem alkoholik a chci to řešit!!!!
Vložil Peťo - 30/01/2014 10:32

Pi ľubovníkový(třezalkový) čaj a dávaj si veľa magnesia a vitamínu B1 - thiaminu, budeš abstinenčné príznaky(oni určite prídu, neboj sa :S) lepšie zvládať...

==========

Re: Jsem alkoholik a chci to řešit!!!!
Vložil milos - 30/01/2014 21:05

Kocko jestli si fakt tak dobra tak prestan !! Nikdo ti to nebude prat vice jako ja .Prichystej se na nejaky ten abstak a mozna by nebylo na skodu nejake prasky na uklidneni kdyz bude nejhur radeji jeden prasek v nejvetsi tisni nez zase pit

==========

Re: Jsem alkoholik a chci to řešit!!!!
Vložil Já - 30/01/2014 22:13

Takže dnešní den i večer opět jen o čaji :-)

==========

Re: Jsem alkoholik a chci to řešit!!!!
Vložil Já - 31/01/2014 20:48

Zvládám to zatím totálně napohodu, třetí den bez kapky alkoholu, ani na něj nemám chuť ! :-)
Manžel si otevřel lahváč a já zůstala naprosto netečná.
Mňam, můj výborný večerní čaj!!! :-)

Je mi fajn!!!

==========

Re: Jsem alkoholik a chci to řešit!!!!
Vložil Peťo - 31/01/2014 21:41

---

tak sa drž!!! držím palce!!! ;)

==========

Re: Jsem alkoholik a chci to řešit!!!!
Vložil petrch - 31/01/2014 22:43

Ahoj.Jelikož je alkoholismus nemoc tzv. progresivní, tak ikdyž alkoholik nepije, nemoc se zhoršuje a to až do smrti..Tznm. že po 10 letech abstinence a napití se, dopadne velmi rychle tak, jako by celých těch 10 let pil

==========

Re: Jsem alkoholik a chci to řešit!!!!
Vložil Já - 01/02/2014 12:34

Děkuju!!! Dnes jsem se vrhla na úklid a pojedu s dětma na výlet, žádná propitá sobota se konat nebude :-)

==========

Re: Jsem alkoholik a chci to řešit!!!!
Vložil Já - 01/02/2014 12:36

Petrch a to mě má nakopnout jako k čemu?!? To je povzbuzení, shození, prognoza nebo co vlastně???

==========

Re: Jsem alkoholik a chci to řešit!!!!
Vložil petrch - 01/02/2014 13:44

---

naopak by ti to mělo pomoct neusnout na vavřínech

==========

Re: Jsem alkoholik a chci to řešit!!!!
Vložil Já - 01/02/2014 22:32

Díky...sobota bez alkoholu - to už jsem snad roky nezažila...a jak byla krásná a fajn :-)
4 dny na čaji a já jdu s čistou hlavou spát, to je krása :-)

==========

Re: Jsem alkoholik a chci to řešit!!!!
Vložil katka - 05/02/2014 12:15

_____

Já, ako sa dari?

==========

Re: Jsem alkoholik a chci to řešit!!!!
Vložil Perverz - 08/02/2014 23:19

_____

Já: To zní skoro neskutečně,jak nějaká reklama na čaj :)

Sám piju cca 4-8 dc vína denně, tvrdý a pivo vůbec. Připouštím si, že "mám určitý problém", ale věřte, že tohle množství se dá v pohodě skrývat, rovněž mám výbornou práci s dost nadprůměrným příjmem a piji zásadně až večer a pokud neřídím. Nikdo nic netuší. Skončit se mi nechce, protože jinak se život přežít nedá. Snad umřu na cirhosu až po šedesátce, koneckonců je to lepší, než živořit z českého důchodu.

==========

Re: Jsem alkoholik a chci to řešit!!!!
Vložil Já - 10/02/2014 17:33

_____

Ahoj všem....
Měla jsem za celou dobu jen jednu "malou nehodu" a ta byla v podobě 2 vypitých piv tuto sobotu, pak jsem si řekla, že do toho dál nejdu a utla to. Takže si troufám říct, že téměř čistá jsem to šla zaspat a ani si to nevyčítala...měla jsem prostě chuť, ale rozum zavelel a tečka. :-)

ad Perverz : Ano, čaj mi chutná zatím líp, než to víno....ale netroufám si tvrdit, že navždy... Ale moc chci! :-)
A to, že o tvém pití nikdo netuší ti věřím, já s tím opravdu v práci nemám sebemenší problém, nikoho by to ani nenapadlo a to se debaty o chlastu vedou téměř denodenně a navíc mám kolem sebe kolegyně, které by mi to do ksichtu vpálily rády a rychle! :-D
S tou cirhozou bych to neviděla až tak bledě...podle mne pár deci vína denně ti ji nezajistí...to bys musel přitvrdit, si myslím...

Je mi fajn, jsem zatím nesmělá rádobynepička...ale léčím se :-)))
P.S.: Žádné absťáky jsem neměla, žádný třes, žádné problémy, nic.

==========