Narazove PITIE
Vložil emil2004 - 30/01/2014 11:50

Caute,mam 35rokov a taky problem ,ze aspon raz mesacne sa opijem.Vypijem cca 8 piv +zopar slivovic.Potom na druhy den je mi strasne zle a tak idem do krcmy zase.Pijem dokial vladzem,v krcme som cca od 07*00 do 15*00.Potiahnem 2 dni a potom mam zase na jedem mesiac pokoj,Co mam robit?Aby som prestal.Prve pivko vypijem na EX.Sadnem si s partiou kamaratou *Stagmasti*Oci sa mi roziaria mam obrovsku radost a chut,kupim pivo palenku a nedokazem od nej vstat.Teoreticky, mi je potom vsetko jedno.Neurobim niekedy to co sa odo mna ocakava.Potom to uz ide hned k tomu aj cigarety.Potom mam na mesiac pokoj.Zbytocne pijem ,aby som sa rychlo opil,presikane peniaze.Trapia ma potom s toho vsetkeho vycitky svedomia a potom sa nad sebou hnevam,ale potom zase tuzba po alkohole je silnejsia ako ja.Tak potom ide zase..Mam manzelku,deti, nechcem aby sa za mna hambili.Pijem cca od 18 rokov.Ked mam ist von ,alebo sa niekde zastavit tak som velmi rad potom pride pivo + poldecak.A ja potom neviem kedy prist domou.Bol som uz aj za fararom povedal som mu to myslel som si ze ma to troska aspon zabrdi nepomohlo,nechcem sa spravat ako... Mozno by som mal ist na protialkoholicke,manzelke som uz to vravel,isiel by som keby mi to pomohlo hlavne sa mi jedna o pracu,aby ma nevyhodili keby som sa dal liecit.Chcem byt triezvy a nechcem sa zamarat tuzbou po alkohole. Nie som agresivny,ked si vypijem rad sa zabavam ,ale casto skoro kazdemu kupujem tak idem domou bez penazi a s hambou,ked si pomyslim ako som tam pil. :S

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil Jan - 11/02/2014 12:06

Co říct..si typický kvartál..nemusíš mít dlouho nic a potom buch a opiješ se.. Dobrý je že si přiznáváš že máš problém..do řada kvartálů nedělá (já vlastně nejsem alkoholik - já dokážu klidně mesíc nepít takže nejsem závislý atd.). Máš nějaké koníčky ? Něco co tě baví (sport, kultura atd.) ? Pokud jo vždycky když tě přepadne chuť na chlast, dělej něco co tě baví. Super je například jít to tzv. vyběhat. Hlavně si ale neustále v hlavě promítej jak se chováš ožralej, vzpomeň si na děti jak jim asi je když vidí tatínka na mol. A pokud možno - omez styky s těmi co v té hospodě s tebou vysedávají. Oni tě nepochopí a jenom tě budou stahovat zpátky. Drž se !!

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil Liba - 11/02/2014 13:17

Tady si dočteš, co tě čeká, co je alkoholismus, přestaň pít úplně, dokud je čas.Sám cítíš, že je něco špatně.

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil petrch - 11/02/2014 13:37

Často přemýšlím, zda-li je lepší být kvartál (chlastat občas do němoty v kuse několik dní) nebo normální alkoholik (chlastat denně ale ne tak našrot) nebo nebýt alkoholik, být normální vožrala (50% národa :)) a i tak sedět v hospodě a lemtat pivo..... ještě jsem na to nepřišel (ps.já jsem kvartál)

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil Jana Mertosová - 11/02/2014 17:02

To máš jedno.Alkoholik je holt alkoholik,je jedno jakým způsobem pije.Kvartální pití se časem zvrhne v každodenní.Protože se jedná vždycky o to,že se člověk bojí odvykacích stavů,které jsou velice nepříjemné a bohužel i smrtelné.Je to STRACH A ZOUFALSTVÍ,KTERÉ NEDOVOLÍ VYSTŘÍZLIVĚT.STRACH Z NĚČEHO NOVÉHO,NEZNÁMÉHO ZPOČÁTKU VELICE NEPŘÍJEMNÉHO,POZDĚJI BOLESTIVÉHO.Bohužel je to nutno podstoupit.EGO má strach jak budu bez pití vypadat,co si kdo o mně pomyslí,když nebudu pít ve společnosti.Co si počnu?Jak se budu bavit,když se nenapiju?Jak budu žít?PŘITOM SI NEPŘIPOUŠTÍ,ŽE POMALU UMÍRÁ.Nejprve vnitřně,později fyzicky.Je to nedostatek víry,kterou už člověk ztratil,protože nemůže věřit ani sám sobě.Podvědomně tuší své zklamání,kdykoliv se napije.Přestal si věřit a už vůbec ne důvěřovat.Alkoholismus toto nechce dovolit vidět pravdu.Bojí se pravdy stejně jako se pravdy bojí alkoholik.

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil ko.marti - 15/02/2014 18:17

Stále si vše pročítám, je děsivý, jak jsou si všechny ty "příběhy" podobný... Stejný schéma, model, rozdíl je jen v tom, že někdo to ustojí, najde sílu na léčení, ti slabší se ocitnou v pekle. Budu já mezi šťastlivci? Můj největší sen, bojím se, že mě to semele. Čeká mě návštěva AA, doufám, že mi dají odvahu.

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil Jana Mertosová - 15/02/2014 18:42

Gratuluju k tomu,že jsi získal odvahu k tomuto kroku.Co je nejdůležitější?Vytrvalost,trpělivost a důslednost k vlastnímu rozhodnutí.Ztráta těchto vlastností je alkoholikům příznačná.Chodit a chodit a nevzdávat.Držím palce.

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil emil2004 - 16/02/2014 09:46

Nevydrzal som zase som isiel do krcmy,isiel som pozerat hokej a vratil som sa ako svina.Nepridem

zvalany,alebo poobijany ,len ako hovado.Zase hamba nic nic nic,,,a potom to pride.Boze co mam robit ked chut na alkohol je taka velka. :(mesiac nefajcim nepijem a prepadnem tomu zas.Staly kolobech suvislosti a stale ti isti stagmasti.Vypijem si a potom mi je vsetko jedno nemyslim potom ,vobec nemyslim.Vtedy sa citim ako kral.Ale som ODPAD....Zivot je krasny a ja si nedokazem povedat DOST stacilo.Cely cas na to myslim a hambim sa.Ze to dokaze s clovekom zamavat ,ten blby alkohol?Ako s toho von,ci uz povedat dost stacilo?Kolko krat som to povedal a nic...Ci vlastne ako to je.Nechcem ,aby sa za mna moja rodina hambila.Co i len obcas vypijem ,ale aj tak. :S

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil Jana Mertosová - 16/02/2014 10:14

Nikdy jsem nedokázala myslet na následky svého jednání.Nikdy jsem nechápala,že za ně nesu zodpovědnost jen já sama.Nikdo jiný,než já.Učím se jednat sama k sobě zodpovědně.Já nesu zodpovědnost za svůj život,své stavy,které můžu opět změnit jen já sama s pomocí své víry v Boha.Toto mi pomáhá udržet se v určitých krizových situacích.Modlím ,často se modlím a prosím o pomoc Boha ptotože jsem si přiznala,že alkohol se stal pro mne nástroj samotného pekla.Nezbývá ti,než odpustit si své selhání a pokračovat v cestě za střízlivostí.Možná trochu jinak,než jsi našel svoji cestu.

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil emil2004 - 16/02/2014 10:33

Verim v Boha,no niekedy je to nutkanie vacsie.Ze ma tak dokaze toto opantat,ach jaj.Hambim sa :S Peniaze presikane a splachnute.Citim sa strasne.Zase ma bude ludia brat do ust ,ale kazde cudo trva cca 2dni.Zase nebudem teras pit a potom cca 2 tyzdne na mna dolahne,tak ako keby sa mi zakrutila hlava a myslim na to stale kedy pojdem.Vypijem si a tak si telo ulavy,ale to je iba taka blba droga.Alebo ako prist na tie ine myslienky?Chut mam hlavne ked som v strese a ked som vynervovany.Po vypity sa mi ulavy.Nechcem proste predist do stadia ,kedy budem pokracovat den ,co den v alkoholickom opojeny

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil petrch - 16/02/2014 11:15

V tom je právě zrada alkoholu.Že když se alkoholik napije je z něj "jiný člověk", takže všechno co sis slíbil za střízliva nemůžeš splnit, protože to slíbil někdo jiný :)
Tohle právě pijani nemaj, ti sice můžou bát nalitý jak dogy, ale nemaj tak zásadně ovlivněný mozek pitím jako alkoholi. (zjednodušeně řečeno, jsou stále páni situace).

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil ko.marti - 16/02/2014 11:41

...sama mám problém, ale fňukáním nic nevyřešíme. Makat na sobě, tvrdě a nekompromisně, prostě se z toho nepo...Jsme alkoholici a co? Život jde dál, stále můžeme žít kvalitně, ale pouze a to jenom bez chlastu. Vsugerovat si to do tý zabedněný hlavy nemocný a vyhledat pomoc. Bůh ani žádná vyšší moc nám nepomůže, když sami v sobě nemobilizujeme veškerou sílu začít se snažit o změnu, překopat zkažené myšlení, které nás vrací zpět, jakoby na nějaký pružině. Unavuje to...

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil Jana Mertosová - 16/02/2014 14:06

Emi já se to učila v léčebnách.Mám za sebou roky psychologických terapí.Naučilo mne to přepnout,změnit myšlení i přístup k sobě samé.Naučilo mne to vypínat mozek i bez alkoholu.Chodila jsem roky a poctivě na AA,kde jsem poctivě na sobě dřela.Nicméně jsem časem podlehla svému přesvědčení,že už jsem v pořádku,že už tak makat na sobě nemusím,že už Ačka znám.Podcenila jsem svoji nemoc,která jen čekala na tuto chvíli,kdy polevím v úsilí.Výsledek byl pro mne katastrofální.Během 2let jsem se propila tak,že jsem přišla mimo vlastní víry, důstojnosti a úcty i o bydlení.Už jsem se upíjela cíleně k smrti.Pomohli mi kamarádi z AA.Nejen,že se za mne modlili po celou tu dobu,dokopali mne do léčebny,když už viděli,že jsem naprosto mimo realitu a totálně v prdeli.V léčebně jsem nebyla 3měsce,ale déle jak to pití se mnou zacloumalo.Bylo,je stále bude co napravovat.Je to cesta na celý život.Já jsem těm pacholkům(proklínala jsem je zpočátku-a to hodně) nesmírně vděčná,že mi pomohli a nezlomili nade mnou hůl.Jsem vděčná za každou hodinu,den co nepiju,jsem vděčná za svůj život,který jsem tak rychle chtěla zatratit.Jsem vděčná za každou chvíli svého života i když některé jsou těžké-to je realita!Učím se mít opět ráda samu sebe ale i ostatní lidi.i ty,které bych dřív s chutí zabila.Učím se je vidět nemocné mnohem víc nemocné,než jsem já sama pro jejich mrtvé duše,které se k životu neprobudily.Učím se opět modlit sama za sebe ale i za všechny kolem mne.Chodím opět na AA,kde se pokaždé těším.Jsem vděčná,že jsem se dostala do doléčováku sem do Brna-Lotosu,jsem vděčná,že mám práci a přátele...Je toho nesmírná škála i ty si můžeš přidat sám za sebe

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil petrch - 16/02/2014 14:54

...hezky napsáno !

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil emil2004 - 16/02/2014 18:16

Tak skusim abstinenciu,nech zijem ako CLOVEK a nech sa moja rodina za mna nehambi.Zaver tu dam neskor.Dufam,ze to dokazem a nebudem to brat na lahku vahu.Aj ked viem ,ze ma bude krutit a tahat a budem nad tym rozmyslat.Ja som vedel dobre ,ze nemam pit ale aj tak som podlahol.Drzte mi palce B) Skusim,za skusku nic nedam,len to urobim sa pre seba.Nech sa zrovnam sa zo sebou,lebo po alkolohe

su len problemy a s toho plynie HAMBA.A nechcem sa po opici zobudzat a povedat.Co som to zas urobil.Tak a karty su hodenne a zvysok je na mne.

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil Liba - 16/02/2014 18:55

Ano, je to na tobě.Jaký život si uděláš, takový bude.

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil Vera - 16/02/2014 20:06

Paní Jano,s dojetím jsem si přečetla Váš příspěvek. Držím Vám palce v cestě na kterou jste vykročila

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil ko.marti - 16/02/2014 20:22

Paní Jano, přeji Vám hodně sil a už jen klidný spokojený život, držím Vám palce! Hodně jsem si z Vašeho psaní vzala, děkuji.
Marti

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil Karel Preisler - 19/02/2014 06:12

Ahoj všichni. Po přečtení Janina posledního příspěvku jsem měl husí kůži na celém těle a slzy v očích. Jano dík za upřimnost. Neberu to tady jako seznamku, ale jsem taky z Brna a rád bych Tě pozval na kávu, nebo na čaj. Jak jsem zde již psal s mou přítelkyní jsem se seznámil v léčebně a abstinujeme dva roky. Kamarádů co nepijí nám z léčebny zůstalo už jen pár, tak jsme rádi za každou novou spřízněnou duši. Ať tak, či tak napiš prosím na preisler-karel@seznam.cz Předem děkuji a všem se omlouvám, protože jak zde jednou Líba správně uvedla, Nepatří to sem.

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil Jana Mertosová - 19/02/2014 19:49

Ted´mám týden- celý den v práci.Příští týden mám raní.Ale tuto sobotu 22.2.od 9:30 budu v Černovické léčebně,v Brně na krokáči.Jestli chceš můžeš vzít svoji přítelkyni a dorazit tam.Je to nad kantýnou v 1patře.Líba tam bude určitě taky.Jo a Beskydy jsou senzační.Pořádá je dr Turková-vynikající psychiatr a obdivuhodný člověk,stejně jako dr.Profous,který tam také jezdí, za účasti AA.Je mi hrozně líto,že se tam z finančních důvodů nemůžu zůčastnit.Tak aspon´to,co pořádá Brno a krokáče má dobré.

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil Jana Mertosová - 20/02/2014 18:10

Karle,poslala jsem Ti včera e-mail.Přišel Ti?

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil emil2004 - 05/03/2014 09:00

Tak presiel uz 3 tyzden,krcme sa vyhybam oblukom necitim potrebu cigariet ani alkoholu,idem dalej.Skoncil som to vsetko v jeden den trosku to potriaslo ale inac da sa tomu odolat.Zatial necitim potrebu pokracovat v tom ,ako som sa spraval,nakolko ked si uvedemim co to obnasa tak radsej sa na to vyprdnem.A mam cistu hlavu a nemusim rozmyslat nad somarinamy.Usetrim a mam vsetko bez problemou,ale aj ked neake su nemusim ich riesit alkoholom.Tak pokracujem dalej... :)

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil Liba - 05/03/2014 11:14

Problémy má každý, mají se řešit, jenže ne alkoholem.Doufám, že máš radost sám ze sebe!Vydrž!

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil Jana Mertosová - 05/03/2014 19:36

Smekám.Klobouk dolů.Já přestávám kouřit už několik roků a nejsem schopna.Omezím na čas,přijde stres a doženu všechno,co jsem omezila.Zastavila jsem ze zdrav.a finančních důvodů a cvičilo to se mnou. Byla jsem hnusná a nesnesitelná.Myslela jsem,že vyletím z kůže.Nehledě na všechny kolem mne,jak ti trpěli.Tak jsem to vzdala.Asi ještě nenastal ten správný čas.I když dost často mne to mrzí,že jsem takový slaboch.

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil Pavla 7 - 05/03/2014 20:23

---

http://www.uloz.to/xx98ue2/allen-carr-jak-prestat-kourit-pdf

Jani zkus si ji přečíst, za to nic nedáš ;)

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil Jana Mertosová - 05/03/2014 20:58

Pavli,děkuji.No na Ps toho moc neumím a nedokážu to otevřít.Poradíš mi?

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil Pavla 7 - 05/03/2014 21:35

Aha, no je to odkaz na ulož to, tam se ti ukáže stáhnout, na to klikneš - stáhnout. Ukaže se ti tabulka na stažení souboru, opíšeš tam kód a pod kódem je žlutě stáhnout, na to zase klikneš a soubor se ti začne stahovat. Víš kam?

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil Pavla 7 - 05/03/2014 21:45

Jani můžu ti to poslat na email?

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil emil2004 - 11/04/2014 08:40

Tak zatial sa mi dari bez alkoholu a cigariet.Ale ked vidim krcmu, az ma potrasie a silny pud ma taha do vnutra.Potom radsej dam prec hlavu a nemyslim na to.Ja uz na to seriem sa normalne bojim okostovat ,lebo to naspat pride a peniaze potom budu fuc a zase budem tam kde som bol a rozmyslat preco som sa opil.Ja stale viem preco,lebo som chcel,niekedy mam taku chut...Ach jaj..len mam kruti :) Ale idem dalej no dal som ci slub caute.Nekostujem nemam problem,okostujem MAM,tak na to z vysoka SERIEM.Cize nic...a nieje problem,,,,

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil Liba - 11/04/2014 11:21

Jasná věc, pro nás platí ani kapka žádného alkoholu, i když jsou chutě největší.Střízlivost má své výhody.

==========

jak přestat
Vložil mirka - 13/04/2014 07:25

Dobrý den všem, pročítám tady všechny příběhy a rady, a hledám pomoc pro sebe.Asi v tom pěkně lítám a nevím jak přestat, Uvědomuji si, že mě alkohol pěkně ničí, druhý den si říkám, že už nikdy, ale nedodoržím to.Ani vlastně nevím proč to dělám. Mám práci, rodinu vlastně všechno je v pořádku..Přes týden si dám jen tak jednu štamprli večer, ale v pátek nebo sobotu více, a na druhý den jsem nešťastná co jsem to zase provedla.Mám plno zájmů, koníčků, a to stihnu i opíjet se.Zato se nenávidím.A chci s tím skončit, ale nějak mi to nejde.

==========

Re: jak přestat
Vložil ko.marti - 13/04/2014 08:08

Ahoj Mirko, alkohol tě začíná svírat do svých chapadel, ovládá tvou mysl, skoncuj s tím dříve, než to bude mít fatální následky. Máš krásný bohatý život, važ si toho, nenech chlast, aby tě o to připravil.

==========

Re: jak přestat
Vložil mirka - 13/04/2014 08:14

---

já bych ráda, ale jak???????nejde mi to

==========

Re: jak přestat
Vložil Liba - 13/04/2014 08:22

Mirko, máš tu plno rad jak přestat, a že to stojí za to, zastav , dokud ještě máš sílu.Nevíš, do čeho padáš, zajdi na AA, dozvíš se vše.Najdeš cestu.

==========

Re: jak přestat
Vložil petrch - 13/04/2014 08:25

Ahoj.Jestli Ti to nejde, znamená to, že jsi závislá..Pokud jsi závislá, budeš závislá už do smrti.Pokud budeš do smrti závislá, musíš se do smrti léčt (minimálně abstinovat, to je taky léčba). K tomu, aby jsi abstinovala máš nápomocné možnosti (vydržím to sama, literatura, tento web, anonymní alkoholici, ambulantní léčba, ústavní 3. měsíční léčba, psychoterapie, psychiatria, psychologie atd.. atd...)

Je toho dost, ne všem to pomůže,ale nic víc se s tim dělat asi nedá :))

Důležité je jedno pravidlo..Závislost se do konce života pouze zhoršuje, nikdy nezlepšuje..klidně si to vyzkoušej, jestli tomu nevěříš

držím palce ! Petr

==========

Re: jak přestat
Vložil mirka - 13/04/2014 08:50

Já mám strach někam jít. Bojím se že bych mohla potkat někoho známého a můj problém by se dozvěděl. Četla jsem knihy MUDr.Nešpora,
tak budu zatím zkoušet sama.Musím se s tím nějak poprat.Jsem si vědoma toho, ža pokud to nezastavím dopadnu špatně.

==========

Re: jak přestat
Vložil Liba - 13/04/2014 10:24

Sama to nezastavíš, jen budeš zklamaná a budeš na tom hůř.Na AA můžeš potkat někoho známého, ale uvědom si, že je na tom jako ty, proč by se měl chlubit, jak jste na tom oba?

==========

Re: jak přestat
Vložil petrch - 13/04/2014 11:31

Opravdu hodně lidí má problémy s alkoholem..\dokonce bych řekl, že kdo je pouze ožrala a není alkoholik má víc štěstí než rozumu

==========

Re: jak přestat
Vložil mirka - 13/04/2014 11:52

Problémy má opravdu hodně lidí, vždycky jsem ty lidi odsuzovala, teď se na ně dívám jinak. Takže mi mé starosti patří.
Mé okolí nemá zatím o mém problému tušení.Vždy jsem upravená, na veřejnosti nejsem nikdy opilá.

==========

Re: jak přestat
Vložil petrch - 13/04/2014 11:59

No jo, no, to je hezký
jenže co je Ti to platný, když se evidentně chlastem vnitřně trápíš

==========

Re: jak přestat
Vložil Liba - 13/04/2014 12:18

Já bych neřešila jiné, jen sebe, alkoholiků je daleko víc, než tušíme, skrývají to, stydí se...mylná představa národa je, že alkoholik je ten poblitý, pomočený v příkopě.Ve vysokých funkcích-bohužel, je to pořád normální!A ať si pije každý jak chce, jen ať neohrožuje, neubližuje.

==========

Re: jak přestat
Vložil mirka - 13/04/2014 12:23

Trápím se a proto to potřebuji vyřešit.Hrozně se za sebe stydím
a mám strach že se to okolí dozví. On by to do mě nikdo neřekl co vyvádím.

==========

Re: jak přestat
Vložil ko.marti - 13/04/2014 12:32

Dokud pracují výčitky svědomí je pravý čas s tím něco dělat, vyhledat pomoc atd. Za pár dnů se otřepeš a opět se opiješ.

==========

Re: jak přestat

Vložil mirka - 13/04/2014 12:44

Budu se snažit, zítra si zajdu koupit Kudzu, snad pomůže.

==========

Re: jak přestat
Vložil ko.marti - 13/04/2014 12:51

Mirko to ti nepomůže, ale držím palce, alespoň piš sem a čti si tu poctivě, zkušenosti a příběhy ostatních, mně to dalo sílu začít řešit bez ohledu co řekne okolí...

==========

Re: jak přestat
Vložil mirka - 13/04/2014 13:03

četla jsem o kineziologii- prý může zbavit různých závislostí, nemáte někdo zkušenost?

==========

Re: jak přestat
Vložil ko.marti - 13/04/2014 13:11

Kdyby to bylo tak jednoduchý tak se můžou zavřít všechny léčebny.

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil Jana Mertosová - 13/04/2014 14:03

---

mIRKO,NEČEKEJ ZÁZRAKY OD KUDZU,KINOLOGII,OD JINÝCH LIDÍ.Zázrak může přijít jen od tebe samotné.Píšeš,že se bojíš někam jít a hledat a požádat o pomoc.Jak to máš se smrtí?Myslím svojí vlastní?Nemáš strach,že se bez pomoci SAMA uchlastáš?

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil petrch - 13/04/2014 14:09

Za sebe musím říct, že mne Kudzu někdy opravdu trochu pomůže..není to samospasitelné, ale cítím se při jeho užívání myslím lépe než bez něj

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil Jana Mertosová - 13/04/2014 14:35

Petře bez změny se pití nezbavíš.Tu změnu můžu očekávat tím,že přijmu pomoc.Dokážu o ni požádat.Alkoholismus provází veliká pýcha,která tomu brání a stavy sebelítosti,ve kterých se utápím v chlastu.Alkoholik lítá z extrému do extrému až se upije.

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil petrch - 13/04/2014 14:40

To je sice možné, já jen říkám, že po Kudzu se cítim víc v klidu když nepiju

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil mirka - 13/04/2014 15:00

Ještě to se mnou není tak strašné-alespoň doufám, nečekám zázrak, ale myslím si že Kudzu pomůže.Nejprve to zkusím sama a když to opravdu nepůjde asi mi nezbyde než někam zajít.

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil ko.marti - 13/04/2014 15:42

Zkus kudzu, cokoli...Ono si přiznat svou bezmocnost nad alkoholem není vůbec jednoduchý a chce to taky správný načasování. Kdyby to náhodou nevyšlo (kudzu, kineziolog, zaječí bobky...) nevadí, nebudeš v tom sama a dá se to řešit :)

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil mirka - 13/04/2014 15:48

Jo,jo, zkusím všechno.
Trochu se bojím jak bude reagovat tělo, když nebude mít alkohol.

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil petrch - 13/04/2014 16:15

Asi blbě :)

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil mirka - 13/04/2014 16:26

Asi se mám na co těšit, doufám že to přežiju. Pomůže něco od těch stavů?

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil ko.marti - 13/04/2014 16:37

Já o ničem nevím. Asi i záleží jak dlouho to praktikuješ. Piješ už hodně let? A jen tvrdý? Manžel nic neví nebo neřeší? Budeš určitě potřebovat jeho oporu...

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil mirka - 13/04/2014 16:53

Já to mám v takových vlnách. Nemusím pít vůbec a nic se neděje, pak si dám jednu a je zle. Nemám to ale tak že bych pokračovala druhý den v pití. Nebývá mi špatně, nezvracím. Jen mám ze sebe depku co jsem to zas vyvedla.Pak si několik dní nedám nic. Ale už mě to nebaví tak chci s tím skončit.Ani kontrolované pití pro mě není.
Když jdu do práce tak to se uhlídám že si už dát nesmím, nebo když vím že pojedu autem, tak taky.Takhle ulítám když vím že druhý den nikam nejdu.Nevadí mi ani když jsem někde autem a kolem se pije,já nemusím a nevadí mi to.
Manžel neví jak jsem na tom.Takhle se zřídím když není doma.

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil ko.marti - 13/04/2014 17:20

...alespoň si teď zkusíš, jak na tom jsi doopravdy se svým pitím. Jestli budeš zvládat sama(přála bych ti to) a nebudeš mít problém vyřadit alko ze života, když ti ho komplikuje nebo uznáš bezmoc a vyhledáš pomoc. Ono moc na výběr nemáš jestli nechceš přijít postupně o vše...

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil Jana Mertosová - 13/04/2014 21:13

Poznala jsem alkoholika,který hrozně moc věřil,že mu něco pomůže nepít-zvenčí,chodil roky do AA-nechytal se moc.Jeli jsme na hory,tenkrát ve stánku si vybíral velice pečlivě kámen,který si koupil pro štěstí.Ptala jsem se ho co si přeje.Přál si nepít a věřil,že mu to splní ten kámen.Bylo to smutné,pro mne poučné.Za pár let se propil ke Korsakovovy.Posléze se dostavil navíc Parkinson.Bez asistence není schopen ničeho.

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil petrch - 14/04/2014 08:57

---

co to je Korsak?

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil Jana Mertosová - 14/04/2014 09:24

V průběhu pití se otupují nervové vlákna v periferiích těla.Dojde to tak daleko,že vlákna se přeruší a dojde k znacitlivění těchto částí.Je to vidět na chůzi stejně jako na tom,kdykoliv bereš něco do rukou.Taktéž v mozku,který dává impuls pohybu dochází k přerušení.Tím myšlení je zpomalené,stejně jako reakce.Dělá to problémy i v komunikaci.Bohužel toto postižení je už trvalého charakteru a způsobeno alkoholem

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil ko.marti - 14/04/2014 15:32

Jana Mertosová napsal:
Poznala jsem alkoholika,který hrozně moc věřil,že mu něco pomůže nepít-zvenčí,chodil roky do AA-nechytal se moc.Jeli jsme na hory,tenkrát ve stánku si vybíral velice pečlivě kámen,který si koupil pro štěstí.Ptala jsem se ho co si přeje.Přál si nepít a věřil,že mu to splní ten kámen.Bylo to smutné,pro mne poučné.Za pár let se propil ke Korsakovovy.Posléze se dostavil navíc Parkinson.Bez asistence není schopen ničeho.

Jani v čem to bylo pro tebe poučné?

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil Jana Mertosová - 14/04/2014 16:21

Nestačí JEN CHTÍT A NIC PROTO NEUDĚLAT.Přestat s pitím znamená velice náročnou změnu nejen co se týče stavu ale celé osobnosti každého jednotlivce.Ten muž to nedokázal věřil kamínku nebyla v něm víra v sebe sama.Ovšem spoustě jiných lidí dokázal pomoct.At´už s léčebnou nebo s AA.Věděl kde se nabízí pomoc,ale nedokázal jí sám pro sebe využít.

==========

Re: Narazove PITIE

Vložil petrch - 14/04/2014 16:35

A co měl dělat?Chodil na AA, měl talisman pro štěstí

==========

Re: Narazove PITIE

Vložil ko.marti - 15/04/2014 09:00

...Bohužel nejsou jen šťastné konce! Ale prosím všechny, komu se daří dobře a zvládají svůj alkoholismus, pište sem a podělte se s námi. Kde jsou všichni co sem dříve pravidelně přispívali? Jak se máte? Pěkný den všem!

==========

Re: Narazove PITIE

Vložil Karel Preisler - 23/04/2014 18:36

Ahoj všichni. Jsem zde stále, ale nějak nemám potřebu reagovat. Čtu, čtu čtu a sám si přemýšlím. Většinou by se moje odpověď nebo rada shodovala s někým, kdo odpověděl dřív. Každý den máme doma 4,5 zedníků, tak běhám od plotny na staveniště, obvolávám kde co a kde koho a na alkohol si vzpomenu vždy až při čtení tady. Za pár dní na dovču a pak 13.6. hurá na sraz do Bílé vody. Je to už náš 3. a moc se s Peťkou těšíme. Toto letí...

==========

Re: Narazove PITIE

Vložil Jana Mertosová - 23/04/2014 18:59

No zdravím.Myslela jsem na tebe právě včera.Jestli to dáváš.No super.

==========

Re: Narazove PITIE

Vložil Karel Preisler - 23/04/2014 19:45

Jo, jo dávám. Je toho teď jenom prostě víc, ale jsem tu s vámi všemi a každý den čtu. Pokud bych někdy začal pít, první komu bych dal vědět by jste byli vy tady.

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil emil2004 - 08/07/2014 17:04

Caute,raz za cas sa stale pridem pozriet co a ako sa tu mate.Abstinujem zatial este,ale sem tam mam taku chut ze neviem co zo sebou.Tak rad by som isiel do krcmy.Ked tamadial idem tak sa normalne ,az rozsvietim dobre ze nezacnen blikat ako stromcek. :laugh: To je abstak.Srdce a tep mi zacnu sialeno blikat.Vcera som mal taku chut...Rychlo som lahol do postale a zaspal rano bolo v pohode.Stale mam asi abstak ci?Raz alkoholik tak alkoholik.Boze pomoz mi este.Ja sa na to tak tesim,ze si sadnem s kamaratmy,ale viem ze budem v tom zase.Ide o to ked tam som tak ja sa nedokazem stadial dostat von a pochodim vsetky krcmy.Viem ze sa stale stane neaka blbost a peniaze v cudu tak mam taky blok v sebe,len do kedy.....Kruti sa mi cele telo, nepredstavitelna chut do seba nieco naliat.Viem ,ze keby som si dal upokojilo by ma to ,ale iba na kratku dobu.Vtedy sa citim ako King a na druhy den ako IDIOT.Musel som to tu napisat citim sa teras lepsie,ale srdce len si tak stahuje pri pomysleny,ach ako mi chyba ten SMRAD.CAUTE :woohoo:

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil Jana Mertosová - 08/07/2014 18:16

Jsem ráda,že to dáváš!No nechápu proč chodíš slintat do hospody.Riskuješ a to hodně.Mně se to nepovedlo,když jsem riskovala.Pokoušela jsem samotné peklo a skončila v něm dřív nebo později pokaždé.

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil emil2004 - 08/07/2014 18:20

Uz povolilo,len treba to neako preckat a nieco robit aby sa to utlmilo.Len troska potrasie a potom zase v pohode.Len si stale uvedomit, co to bude obnasat, tak sa na to vyseriem.

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil emil2004 - 12/03/2015 17:06

Ahojte priatelia.Preslo uz 8 mesiacov,niekedy s chutou na alkohol niekedy bez chute.Po vlastnom priznani a vyhladani pomoci AA som sa nenapil alkoholu.Dakujem ,ze som zotrval a vladzem bez neho fungovat tak ako kedysi.Dokazal som priznat chybu stretnut sa s ludmi s AA a boli mi otvorene oci a vidiet svet inou farbou.
http://www.cs-aa.eu/
Vsetky dostupne informacie som nasiel na nete,bez alkoholu sa da vydrzat.Staci chciet
Dakujem
EMIL

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil stef - 03/08/2018 11:50

_____

cital som toto 4 roky stare vlakno, a smekam klobuk az na zem, ako to chalani dali, to su frajeri

Mam 10ty den cisty, chcel som do liecebne, ale tak vyslo vhod/nehvod ze som dostal zapal, beriem antibiotika na 14 dni, tak to vidim ako perfektnu prilezitost skoncovat s tym alko raz a navzdy. Som sam a aj toto forum mi pomaha tak preto aj pisem.

Skusam fakt si to cele dni poriadne zrovnavat v hlave. Uz 1 craving som prezil a nesiel chlastat na lieky. Uznal som ze by to bolo ciste sialenstvo, az ma zamrazilo, ze az kam by som bol schopny zajst aby som sa napil, ale nespravil to a za to som vdacny, ale nuti ma to sa nad tym zamysliet.

vypisal som si vsetky plusy a minusy a dovody mojho pitia a vidim len same minusy (stroskotanec, nic naokolo nefunuje, panika, uzkost, depresie, ocd, nespavost, strhany xicht, otekly, vztahy na nic, sebavedomie nikde, zaseknuty, strateny v zivote, dlhy atd atd) uvedomujem si ze som v predpekli kusok od bran pekla.

ale vnimam aj po case nepitia akoby moj mozog to zlahcoval a ze "neni take zle"
no a ja mam taky strach, lebo je to zle a chcem s tym kvoli tomu skoncit, (nechcem aby to zaslo az tak, ze mi alkohol zoberie uplne vsetko) ale ako tak nad tym mozog spekuluje a chut si hlada cesty tak mam strach, ako sa ma snazi moja hlava klamat a IDEALIZOVAT to pitie a minulost, ze jake to je perfektne

(cital som Jana Jilka a on tam spomina ake je dolezite rozpoznat a pomenovat svoje pocity a myslienky potom ma clovek nadhlad viac nad tym)

Chcem sa Vas spytat, ziskam v tom po case viac istotu ze sa nebudem tak bat, ze sa napijem? lebo ja nechcem pit, teda aj by som chcel, viete ako to myslim tie chute a myslienky, ale robi to velmi zle tak chcem s tym naozaj skoncit, a bojim sa ze ma moja hlava oklame, tak ci po case napr. 2 / 3 mesiacoch uz to bude lepsie a ja si budem moct zacat uzivat triezvy zivot.

Nerozumiem preco ma lakaju veci ked je to tak destrutivne. Ja uz chcem byt rozumnejsi :/

Inac mam pocit, ze mi to vyhovuje a aj funguje odost viac, ako ked som chodil k psychologicke.

==========

Re: Narazove PITIE
Vložil Double D - 03/08/2018 12:34

Treba si uvedomit, ze zle dni pridu, aj craving pride. Ale cim dlhsie vydrzis nepit, tym viac bude tych lepsi dni - vyspaty, s dobrou naladou, bez pomyslenia na flasku. Tvoj mozog je teraz velmi dobre vytrenovany riesit v podstate hocijaku situaciu alkoholom, ale kazdym dnom nepitia viac a viac vychadza z cviku.

==========

Re: Narazove PITIE

Vložil Nespoznaný - 03/08/2018 14:28

A aj preto je dobré chodiť na nejaké mítingy, keď je zle, a keď je dobre tak ešte viac - pripomínať si, že to v nás stále drieme a vyčkáva na slabú chvíľku.

==========