všechny ismi světa včetně toho mého alkoholového

Vložil blackjack - 03/03/2014 09:16

_____

Ahoj, zanedlouho oslavím své 25. narozeniny. Poprvé jsem se opil, když mi bylo nějákých 16 let. Pil jsem jen příležitostně a stejně jako většina mých spolužáků. Zlom přišel, když jsem nastoupil do práce (19 let)a rozešel se s přítelkyní. Tenkrát poprvé jsem si namíchal gin s tonikem a pocítil sladkou úlevu, když jsem do sebe vyklopil 3. Ucítil jsem moc alkoholu, který pomáhá zapomenout a dělat svět na chvíli jednodušším. Jenže jak to tak bývá, tak vše se nakonec obrátí.

Situace je nyní asi taková, že když mám před sebou volný den, hned si běžím koupit nějáké ty lahváče navečer- máš volno, zasloužíš si to, říkám si vždy. Večer vypiju tak 6 dvanáctek a druhý den se probudím s mírnou kocovinou. Nenapadne mě nic lepšího, než to přebít zase pivem. Bohužel ale nevypiju jedno, ale třeba deset. Poté mi je opět velmi špatně a jediný, co mi zabrání v pití je to, že musím do práce. Standartně vydržím nepít tak pět dní, ale po pěti dnech začínám cítit touhu-nutkání- se napít a letím si koupit ,,jen" ty tři piva s tím, že víc si nedám. Dopadne to samozřejmě, jak dopadne. Uvědomuji si svůj problém, ale nejhorší je že mé okolé to bagatelizuje-říkají že jsem hypochondr. Partnerka říká, že přece nemůžu být alkoholik, když piju míň, než jiní(ano, nelemtám každý den, ale opít se v průměru 2 za týden je podle mého také dost).
Dnes je pondělí a já se opil v sobotu na plese a včerejšek proseděl v hospodě, kde jsem znovu vypil oněch deset piv(jak běžný scénář).
Jsem samozřejmě úplně přejetej a uvědomuju si, že to takhle dál nejde. Píši sem proto, abych se zeptal, jestli si zde přítomní myslí, že budu asi opravdu alkoholik.
Opíjím se v průměru 2x do týdne. Když si dám jedno pivo, tak už nedokážu přestat, musám jich zkrátka vypít minimálně 6. Nejhorší je, že druhý den mám obrovskou tendenci pokračovat Jako poslední ukázka problému- v pátek mi volá kamarád, že je pryč a že půjdeme posedět jindy. První co pocítím je smutek-bohužel v následujících sekundách si uvědomím, že to není proto, že jej neuvidím, ale proto, že dnes nebudu nasávat :-(

==========

Re: všechny ismi světa včetně toho mého alkoholového

Vložil Pavla 7 - 03/03/2014 15:00

_____

Blackjacku úplně upřímně se mi udělalo z tvého příspěvku šoufl. A to hlavně s té poslední věty, úplně si vzpomenu na ten pocit a hlavně to těšení se že půjdeš lemtat, pak prásk a neděje se.
Před deseti roky jsem taky lemtala nezřízeně, jenže moje kocoviny byli úplně šílené a druhý den jsem to pivem nespravovala to ne. Píšeš že u jednoho nevydržíš, nemáš klapku. Okolí to bere na lehkou váhu i tvé okolí, no kdyby to nebyl problém, nebyl by jsi tu, v jádru cítíš že je to špatně a takhle to dál nejde. Je to hazardování jak se zdravím - veř že ho budeš ještě hoodně potřebovat, tak hlavně s tvou duší a psychikou. Ovlivni tě to, a přetvoří k obrazu svému, pak budeš mít problém jako hrom, a dojde to tak daleko, že pro okolí budeš notor, a partnerka tě bude přemlouvat ať nepiješ. Bude to vlak který nezastavíš.....a ty budeš jen vzpomínat na to jak si sem psal a že v tu chvíli už si měl přestat.

==========

Re: všechny ismi světa včetně toho mého alkoholového

Vložil Liba - 04/03/2014 04:54

_____

Blackjacku, sám to tušíš, že je něco v nepořádku.Sekni s alkoholem, dokud máš na to sílu.Znám dvacetileté alkoholiky, tak bacha.Okolí neví, co cítíš.Nenech nikoho, aby řešil, ovládal tvůj život.

==========

Re: všechny ismi světa včetně toho mého alkoholového

Vložil Karel Preisler - 04/03/2014 06:29

Blackjacku musím se přiznat, že Ti trošku závidím. Chtěl bych v Tvém věku uvažovat stejně. Mohl jsem si užít o 15 let života víc. Já jsem si to tenkrát nepřiznal a namlouval si, že je to super život. Pondělí, úterý jsem přetrpěl, středa, čtvrtek heroické výkony, v pátek ráno už jen plánování víkendu. My kdo jsme si tím prošli víme, že problém každopádně máš. Vůbec Tě nechci strašit, ale dělej něco. Je super, že jsi sem napsal, ale to je začátek. Na internetu najdeš spoustu informací, ale pokud to bude málo, obrať se na nějaké odborníky. Zajdi do AA, nebo do nějaké poradny. Navštiv psychologa, psychoterapeuta, psychiatra(nejlépe specialistu na závislosti). Na to co si myslí okolí se teď nedívej, zkus poslouchat sebe. Pro začátek piš třeba jen sem. Vždycky Ti někdo poradí a jsou tu lidé kteří abstinují dlouho a ví o čem mluví.

==========

Re: všechny ismi světa včetně toho mého alkoholového

Vložil blackjack - 04/03/2014 11:15

Moc mě těší, když vidím, že se někdo zajímá o můj příběh. Po přečtení Vašich příspěvků jsem sebral odvahu a zašel do místní AT poradny. Ordinační hodiny mají ve čtvrtek, takže se tam nejdříve objednám telefonicky a uvidím, co se bude dít. Taky jsem si vyhledal místní skupinu AA, kterou bych rád navštívil.
jinak bych se chtěl podělit opět o střípky z mého alkoholového života. Už jsem přestával pít 3x. Vždy to bylo po nějákém větším tahu a hlavně prů..., který nastal. Ten poslední, co mě donutil přestat bylo to, že jsem byl s kamarádem posedět. Dali jsme tak 7 piv za večer, ale já samotný pak šel ještě do jednoho music baru, kde jsem dal asi 3. Problém bylo, že jsem se vrátil na svůj čas příliš pozdě-v 5. Probudil jsem se asi v 9 a cítil jsem se ještě řádně pod parou. Byla sobota a my jsme pracovali na domě a mě nenapadlo nic jinýho, než si otevřít pivko- vyprošťováka. Z vyprošťováků bylo normální chlastání, kdy jsem piva skrýval v pračce a vesele chlemtal při práci. Ve 4 hodiny bylo jídlo a já už měl docela špičku. První to poznala máma a jelo to. Nářky, můj pláč, naštvání atd. Jelikož rodiče působí ve zdravotnictví, začali jsme to léčit doma. Vydržel jsem asi měsíc a půl-musím říct úžasný měsíc a půl. Já jsem si opět četl knížky s tím, že jsem si užíval každou větu, chodili jsme na procházky každý den a já si užíval letní vzduch-prostě nádhera. Jenže léčit závislost v rodině je ošemetný. Začalo ukolébávání, rodiče se nechali uchlácholit, že když to jde měsíc, tak že to problém snad nebude atd... Bum a po půl roce jsem před tím zase. Už zase mám prázdné lahváče za pračkou a ve skříních jako jsem měl kdysi. Už zase nezvládám všechny své povinnosti, tak jak bych si přál. Už se mi válí asi týden oblečení na zemi, nádobí neumytý na lince a já nemám moc sil to řešit. Jediný nad čím přemýšlím je, jak se z toho dostat a žít opět plnohodnotný život, kdy se nebudu každý 3-4 dny namazávat. Věřím, že když zajdu do AT poradny a na AA, že by se to mohlo konečně převrátit na správnou stranu.

==========

Re: všechny ismi světa včetně toho mého alkoholového

Vložil Pavla 7 - 04/03/2014 11:35

Všichni víme jaké je to peklo, kéž by se s toho dostal každý. Tak už nepij, pokud pro tebe byl střízlivý život tak krásný, tak nepij. Takže odvykačka už proběhla doma, tak to je celé opravdu na pováženou a super že to budeš řešit takhle. AA a poradna určitě dostaneš ty správné odpovědi. Ale dnes je úterý a ty tam jdeš ve čtvrtek, no do té doby piš, nejsi v tom sám. Nepromarni svůj život, v 25 letech můžeš spousty věcí dokázat, začátek je nepít - uvidíš kolik pak budeš mít energie a co vše budeš moct dokázat. Proč vůbec lemtáš, víš kolik ti to bere zdraví? Už te´d ti to žere osobnost po kouskách.

==========

Re: všechny ismi světa včetně toho mého alkoholového

Vložil Jana Mertosová - 04/03/2014 21:13

Jseš na nejlepší cestě se bud´uchlastat nebo s tím rozhodně začít něco dělat.Bez lékaře to nedáš stejně jako celoživotního doléčováku-tím může pro tebe být AA.Už jsi začal dělat určité kroky,tak se jich drž a neodmítej pomoc.Pro alkoholika je opravdu těžké začít věřit,důvěřovat ale též požádat a přijmout pomoc.A opravdu škoda,každého promarněného dne,natož roku a je opravdu škoda každé propité mozkové buňky-protože ti to myslí správně jak uvnitř tebe,tak i v makovici.

==========

Re: všechny ismi světa včetně toho mého alkoholového

Vložil blackjack - 06/03/2014 13:20

Tak, dnes jsem se byl objednat na AT. Zděsila mne ovšem jedna věc. Čekal jsem, že budu muset nějakou chvíli počkat, ale že řeknou, že mají volný termín až v červenci mi vyrazilo trochu dech. Jsem schopen vydržet určitě nějaký čas, ale z vlastní zkušenosti vím, že zhruba po dvou týdnech začnu oslabovat a říkat si:,, Když si to vydržel dva týdny, tak to nebude problém. Dáš si jen tři piva a nic se nestane." Jak to dopadá asi všichni víme.... Nicméně sestřička byla ochotná, probrala se mnou situaci a řekla, že s paní primářkou něco vymyslí :-)
Čeho se teď akorát bojím je to, že jedu příští týden na dovolenou. Máme tam all inclusive, což bude zkouška mé vůle, protože nenapít se, když to bude tak blízko a ,,zadarmo" bude opravdu lákající :-/ Nicméně si dokola opakuji, že nedám hromadu peněz, abych to tam proležel v kocovinách a večer nacamaranej v baru. Nacamranej můžu být doma za pár korun. Taky si chci tu dovolenou užít a nasát atmosféru a hlavně odpočinout :-)
Jinak chci přidat opět malý střípek do mozaiky mého ismu. Doufám, že když to tady bude viset, tak mi to zabrání nezapomenout, proč musím zůstat střízlivý. Přesně před dvěma týdny jsem měl opět kocovinu. Bylo to po večeru, kdy jsem si nakoupil oněch 6 dvanáctek a běžel domu. Nejšílenější bylo, když jsem zjistil, že jdu hodně rychle, daleko rychleji, než kdybych šel s jiným zbožím. Podvědomě jsem si uvědomoval, že mozek se těší na svoji dávku a zkracuje tak čas, který ho dělí od tohoto požitku. Večer jsem vypil svých 6 (v další konzumaci mi zabránilo to, že jsem nic doma neměl a musel bych jít sám do baru, což by asi spící přítelkyni moc nepotěšilo). Ráno jsem se probudil s mírnou kocovinou. Cca v jednu hodinu jsem navrhl, jestli si nedáme jedno v hospodě před odjezdem autobusem. Vypili jsme jedno a já dostal samozřejmě chuť na další. Poté, co jsme vystoupili asi za 20 minut na přestup, jsem mazal do vesnickýho koloniálu pro plasťáka dvanáctky. Když jsme dorazili do místa určení, měl jsem asi 3 hoďky volno. Nenapadlo mě nic jiného, než zapadnout do hospody a dát tam další 3 dvanáctky. Už notně nalomen jsme jeli domu a doma mě nenapadlo opět nic jinýho, než si koupit další 2 litry piva v petce. Jak mi bylo následující den nemusím asi ani připomínat.

Otázka na ty, kteří se závislostmi mají víc zkušeností. Vaše nemoc se v průběhu času zhoršovala? Zkracovaly se intervaly mezi jednotlivými opitími? Pili jste častěji a více? Je alkoholismus opravdu progresivní onemocnění? Pil bych pořád stejně nebo bych později přešel k dennodennímu pití? Děkuji

==========

Re: všechny ismi světa včetně toho mého alkoholového
Vložil ED - 06/03/2014 13:49

Ahoj, časem přejdeš na tvrdý alkohol, protože rychleji dosáhneš kýženého účinku, pivem se nalíváš a nic z toho. Tvrdý alkohol ti zničí trávení a ke kocovině se přidá permanentní nevolnost, která se přejde pouze po dalším napití, budeš pít jenom proto abys fungoval.

==========

Re: všechny ismi světa včetně toho mého alkoholového
Vložil Pavla 7 - 06/03/2014 16:15

Uffff poslední dobou se mi dělá z těch představ fakt těžko :(

==========

Re: všechny ismi světa včetně toho mého alkoholového
Vložil Jana Mertosová - 06/03/2014 20:44

Pochopitelně začneš experimentovat se svým pitím.Měníš značky i druhy alkoholu.Intervaly mezi jednotlivými tahy se zkracují,doba pití se prodlužuje.Můžu ti potvrdit,že je to opravdu progresivní nemoc.Vlítla jsem do toho opět po 9letech a navázala přesně tam,kde jsem kdysy skončila.JEN JEM SI TO UŽ NEDOKÁZALA PŘIZNAT,UŽ JSEM SI NEDOKÁZALA PŘIZNAT VŮBEC NIC A LÍTALA JSEM V TOM 2ROKY.Já věděla,že jsem v prdeli ale to vůbec nešlo zastavit.Nepomáhalo vůbec nic,přepíjený antabus,ani AA přišel další debakl,který jsem si přiznala až s pomocí přátel z AA,kteří za mnou přijeli domů.Detox a léčebna a doléčovák bylo to jediné řešení.

==========