Sebedestrukce

Vložil Lian - 23/03/2014 00:14

Všechny vás zdravím a předně bych chtěla moc poděkovat za to, že tenhle server vůbec existuje, protože mi v mnoha věcech otevřel oči. Zároveň se omlouvám, že ten můj "povedený" příběh bude trochu delší. Když čtu příspěvky ostatních, strašně moc se stydím. Stydím se sama za sebe, že jsem to mohla nechat zajít až takhle daleko a neudělala něco dřív, než mi půjde o život.

Ve svých 24 letech jsem alkoholička, tvrdá alkoholička. Narodila jsem se s ne zrovna příznivou genetickou výbavou. Babička byla alkoholička a když už se z toho dostala, zabila ji rakovina. Děda byl alkoholik, druhý děda byl gembler a taky ho nakonec dohnala rakovina. Taťka měl s alkoholem problém už když jsem byla malá. Mamka taky nemá problém se napít, i když v minulosti nepila. Prostě se v našem rodinném a přátelském kruhu alkoholu holduje. Nikdy mi na tom nepřišlo nic špatného - lidé se prostě baví a alkohol k tomu patří. Vzpamatovala jsem se až ve chvíli, kdy jsem si uvědomila, že největším alkoholikem z naší rodiny jsem já.

Můj kolotoč hrůzy se roztočil na vejšce. Alkohol se pro mě stal jakousi pohonnou hmotou, protože jakmile jsem se něčeho napila, vymýšlela jsem velké věci, které se později setkaly s velkým úspěchem. Vždy jsem studium propojovala s praxí a snila o tom, že jednou budu fakt úspěšná. Byla jsem zvyklá, že mě učitelé obdivovali a vkládali do mě velké naděje. To se tak nějak pořád stupňovalo a dopadlo to tak, že když jsem měla napsat bakalářku, musela jsem být věčně pod parou, protože mozek říkal, že za střízliva nic nevymyslím. Opět to byl úspěch a nikdo netušil, že jsem to psala po nocích naložená v lihu.

Říkala jsem si, že vejškou to skončí, protože už nebudu muset tolik přemýšlet a vymýšlet nové věci. Budu shánět práci a jestli nějakou dostanu, tak konečně nastane nějaký stálý režim, ke kterému alkohol nebudu potřebovat. Jak naivní, že? Dostala jsem skvělou práci, do které jsem se ponořila až po hlavu, a která je neskutečně kreativní. A já jsem opět došla k tomu, že pokud se napiju, vymýšlím a vytvářím skvělé věci. Skvělé věci pro všechny, až na to, že likviduju sama sebe.

Rodina zatím nic neví, ale fakt je ten, že už 5 let téměř každý večer trávím s počítačem a lahví. Nejhorší je, že nemám kocoviny a že na mě po půl lahvi vodky nebo po lahvi vína nikdo nic nepozná. A dost často to u té jedné lahve nezůstane. Piju fakt hodně, vždycky jsem hodně vydržela.

Ale teď už se strašně moc bojím o své zdraví. Bojím se jít k doktoru, protože mi zjistí, že mám játra v háji. Strašně moc bych to chtěla všechno vrátit. Chtěla bych být zase zdravá a vědět, že mé tělo funguje tak jak má, neposkvrněné tím hnusem. Chtěla bych vyměnit to neustálé vymýšlení něčeho v doprovodu s alkoholem za normální život. Ovládá mě mozek a srdce se stáhlo někam do ústraní. Jsou chvíle, kdy bych si ten mozek nejradši vystřelila z hlavy.

Předem díky všem, kdo se k tomu vyjádří! :-)

==========

Re: Sebedestrukce

Vložil Karel Preisler - 23/03/2014 02:55

Zdravím Lian. Sebedestrukce je asi docela výstižný název. Vím o čem to je. Já skončil s pistolí u spánku a prstem na spoušti. Teď je to dva a půl roku, co díky absolvování léčby abstinuji. Žijem společně s přítelkyní, kterou jsem poznal v léčebně a Tvůj příběh, mi ji docela připomíná. Tím co tady napíši Ti v

žádném případě nechci ublížit, ale asi se Ti to nebude líbit. To, že celá vaše rodina pije v žádném případě není omluva pití Tvého. Genetika je genetika, ale pokud se Ty sama rozhodneš přestat, jde to. Super je, že sis ten problém připustila a že chceš něco začít dělat. Moje přítelkyně studovala výtvarku a španělštinu a pít začala také při studiu. Malovala a já si myslím, že její obrazy jsou dobré. V léčebně řešila to, že se bojí, že když nebude pít nic dobrého nenamaluje. Po léčbě to hrozně dlouho odkládala, a pak namalovala něco, z čeho jak sama řekla měla skvělý pocit. Věřím tomu, že jsi v tom co děláš fakt dobrá, ale to neznamená, že bys bez chlastu nemohla být lepší. Nejsem odborník ani nemám křišťálovou kouli, ale podle toho co píšeš a co jsem si prožil já to vidím takto: O práci časem přijdeš, a protože z něčeho asi žít musíš, budeš časem přijímat práce horší a horší. S tím přijdou deprese a časem úplná rezignace. Já být na Tvém místě, okamžitě vyhledám pomoc. Nemáš se za co stydět, protože závislost je nemoc jako každá jiná. Má své označení diagnózy a u Tebe asi bohužel problém je. Zkusil bych pro začátek navštívit nějaké sezení AA, nebo navštívil psychologa specialistu na závislosti. Existuje dost možností, jen hledat. Pokud to nezabere, na všechno se vykašli a absolvuj ústavní léčbu. Tam budeš od alkoholu na 3 až 4 měsíce izolovaná a budeš mít dost času o všem přemýšlet. Součástí léčby jsou i zdravotní vyšetření, tak že čím dřív, tím líp. A ničeho se neboj. Tvá denní dávka alkoholu je proti tomu co jsem do sebe lil já asi čtvrtinová a po vstupních odběrech mi pan doktor v léčebně řekl, že jaterní testy mi vyšli, jako kdyby brali krev od kojence. Může to být jen velké štěstí, ale každopádně v tomto případě je dobré znát pravdu. Držím Ti palce a ještě jednou zdůrazňuji, že je to pouze můj názor, třeba je to všechno jinak.

==========

Re: Sebedestrukce
Vložil Liba - 23/03/2014 05:00

Souhlasím s Karlem.Jaterní testy můžeš mít zatím!!v pořádku, bojíš se zbytečně.Je dobré, že si své pití uvědomuješ, je zle.Protože zatím ho tajíš, opravdu zajdi na AA, tam je to anonymní, můžeš jít na skupinu i mimo bydliště.Znám holku, co byla na tom s alkoholem moc zle, pomohli jí áčka, na léčení nešla, dodržuje program AA, 2 roky nepije.Někde tady je mé telef. číslo i mail, jestli chceš, spoj se se mnou.Pár dívek z této diskuze mně napsalo, drží se.

==========

Re: Sebedestrukce
Vložil Lian - 23/03/2014 11:40

Moc děkuju za reakce, tou genetikou jsem mé pití určitě nechtěla omlouvat (za všechno si můžu sama a je to jen v mé hlavě, to vím), spíš jen nastínit pozadí, jak to všechno vzniklo. Je mi jasné, že jestli to takhle půjde dál, tak to zákonitě musí skončit zle. Nechci v tomhle stylu života pokračovat, proto jsem sem napsala a jsem strašně ráda za to, že ta možnost je. Po přečtení těch pár odpovědí se hned cítím mnohem líp. Teď musím do práce, ale večer napíšu víc. Ještě jednou díky!

==========

Re: Sebedestrukce
Vložil Jana Mertosová - 23/03/2014 15:27

Lian alkohol jak hodně a rychle dává,tak pomaličku a nenápadně začne brát,začne si nárokovat,vyžaduje víc a víc až dojde na život každého z nás.Je to nenasytný věřitel.Začni akci.Už žádnou láhev ani jednu skleničku.Zřejmě se dostaví odvykační stav-abstinenční příznaky.Pokud nebudeš zvládat volej pohotovost a s pravdou musíš ven.Nebo máš možnost vyhledat psychiatra s AT problematikou a začít s jeho pomocí(využití pobytu na detoxu,příp.absolvovat léčbu,nebo jen nasadit léky,aby se předešlo halucinoze či deliriu a abstinenční příznaky nebyly tak silné,ale snesitelné.A hledat pomoc a dokázat využít všude tam,kde se ti nabízí.To znamená,nezůstávat se svojí nemocí sama.

==========