Abstak
Vložil Davo - 24/05/2014 18:54

Ahoj,vcera jsem ukoncil mesicni jizdu,vyvetral prochcane periny.Pil jsem do te doby dost hodne,tak kolem 20ti piv.Od rana do vecera,protoze praci nemam.Tam me vyhodili samozrejme kvuli alkoholu.Po bouracce v opilosti zustaly jenom dluhy.Zena uz to taky vzdala.Ale to jen pro predstaveni.Muj hlavni dotaz tkvi v tom,ze se priipravuju na delirium.Zatim jenom tres,prujem,paranoia a tak.Jsem zamceny v byte,pokud by na me v noci prislo,nebylo by to poprve,ale ted jsem tu sam,schoval jsem vsechny ostre veci,,da se to ustat bez leku ,normalne v posteli.Spis pujde asi o haldy.Takze by se to mozna vydrzet dalo.Co myslite? S pozdravem David.

==========

Re: Abstak
Vložil Jana Mertosová - 24/05/2014 19:02

Davide.Neriskuj a volej rychlou.V deliriu ti hrozí všechno možné.Nikdy se nedá předvídat a už vůbec předpokládat.Převážnou většinu lidí s deliriem je nutné přikurtovat aby neublížili sobě ani nikomu jinému.Ataky jsou velice silné.Nehraj si na hrdinu.

==========

Re: Abstak
Vložil Jana Mertosová - 24/05/2014 19:05

Číslo 155.

==========

Re: Abstak
Vložil Davo - 24/05/2014 19:35

Mivam prave spis jenom takove zive sny,o konci sveta ,atd ,nebo treba se vidim v byte,nad sebou jak lezim,pak se potrebuju jakoby nadechnout.Velice zvlastni spatne se vysvetlujici stav.Opakuje se to,treba i nekolikrat.Ale nehybu se u toho.Kdyz se mi to stavalo,jeste jak jsem spal s zenou,tu to nevzbudilo.Nejsem navic zadny agresor,takze senikam s nozem nechystam.Na sebe uz jsem volal vcera,kdyz jsem vedel,ze uz dneska pit nemuzu,ale to jsem mel jeste vypite,tak mi operatorka rozmluvila,at se z toho vyspim,nebo ,ze me muzou prevest na zachytku.Ale do Opavy na JIPku,tam me opileho nechteli odvezt,a ted je mi blbe nekam volat,ikdyz ta bourka venku...to taky na nalade neprida.26 je mi,ale telesna schranka spise sedi na nekoho ve veku duchodovem.

==========

Re: Abstak
Vložil Davo - 24/05/2014 19:40

Ten stav , o kterem jsem psal.Premyslim jak to lip popsat.Je to asi jako by vas nekdo ve spanku dlouho drzel za nos,a pak pustil a vy se musite rychle nadechnout.Moc rad bych vedel,zdali nekdo nema podobny problem?

==========

Re: Abstak
Vložil Jana Mertosová - 25/05/2014 08:46

Davide,žiješ????

==========

Re: Abstak
Vložil Davo - 25/05/2014 09:37

Ahoj.Diky za optani.Ano,noc byla ale hrozna.Zadne letajici veci jsem ale nastesti nevidel.Ale bez komplikaci to uplne nebylo.Asi po druhe hodine,kdyz jsem se dostal do jakesiho polospanku,zacal jsem ze sebe vydavat doslova az nelidske skreky.Opakovalo se to asi 5x a vzdy jen par vterin.Pak jsem se hned vzbudil.Myslel jsem ,ze se mi to jen zda,ale po poslednim stavu mi to malem vyhodilo cellist.Dostal jsem strach a rozhodl se pokusit se usnout az ,kdyz se zacne rozednivat.To se mi podarilo,ty zvuky uz jsem snad nevydaval.Zabral jsem asi na 2 hodiny,silana stokrat prerusovana nocni mura,ze ktere si pamatuju jen neco.Nicmene po probuzeni jsou tresy slabsi a abstak taky.Muzu uz chodit po byte i neco uklidit a umyt se.

==========

Re: Abstak
Vložil Jana Mertosová - 25/05/2014 10:20

Tak si tyhle stavy zapamatuj.Možná že když si je vryješ hluboko dovnitř sebe při další pokušení se napít ti to zabrání.

==========

Re: Abstak
Vložil petrch - 25/05/2014 10:26

Tomu nevěř..Mozek je tak vychcanej, že si ty špatný stavy dlouho nepamatuje, naopak ty dobrý ano..Je to podobný, jako když ženská zapomene na bolest po porodu..bohužel si můžeš v těžkym abstaku 100x řikat, že už nikdy, za tejden jedeš znova

==========

Re: Abstak
Vložil Liba - 25/05/2014 10:51

Ještě pár dní bude zle, vydrž nepít!

==========

Re: Abstak
Vložil Davo - 25/05/2014 11:26

Mi alkohol nechutna.Zapijim nealkem aji vino.Tvrde nepiju vubec,kvuli silnym abstakum.Liju do sebe uz jen piva a obcas vina.Drive jsem pil proto,ze se mi libily ty stavy.Ted jsem si tim pitim a ruznymi drobnymi urazy tak zhorsil psychiku,ze bez toho aniz bych se napil,nemuzu mezi lidi,natoz nekam do autobusu nebo na postu.Kdezto,kdyz se rano nastartuju a mam svoji hladinu,tak jsem s kazdym kamarad,v par pripadech jsem si domu pozval i uplne cizi lidi.Pritom si ale zacinam uvedomovat,ze jsem jim pro smich vic,kdyz jsem prave opily.Proto jsem to utnul ,cekam az prejdou ty zle stavy a chystam se zacit u AA,pres Modry kriz a psychiatra.U toho bych zacal jako prvni,ale bojim se,ze po dvou recidivach me nebude chtit lecit.Ale jedine on muze napsat antidepresiva,poslat na jaterni testy atd. pripadne napsat doporuceni do PL.Takze ted mam v planu byt jeste tak 3dny schovany doma,pumpovat se horcikem a potom zvolit s cistou hlavou tu nejlepsi moznou variantu.

==========

Re: Abstak
Vložil petrch - 25/05/2014 11:33

Držim palce..piš sem jak ti bude, to taky pomahá, zaměstnáš trochu mozek

==========

Re: Abstak
Vložil petrch - 25/05/2014 13:26

Já když piju několik dní v kuse, pak se proberu z oparu a zjistim, že třeba 4 dny zplynuly v jeden celek, z kterého si pamatuju jenom úryvky..když jsem pil tvrdý nepamatoval jsem si vůbec nic..hrůza

==========

Re: Abstak
Vložil Jana Mertosová - 25/05/2014 13:28

Máš pravdu paměť se oslabuje u alkoholika.Já měla hrůzu pokaždé,když jsem si přiznala že v tom lítám už zase.Právě proto je pro mne důležité chodit na AA.Ted´jsem 2týdny nebyla.Chodím na rehabilitaci s kyčlema,tož jsu ráda,že vůbec dolezu domů.Dneska tam ale jdu.Moc mi chybí.Davide já chlast do sebe

taky tlačila silou vůle.Zapíjela kýblem vody.Kolikrát mne z něho natahovalo,kolikrát jsem se pozvracela.Už jsem ho musela.Tělo i psychika ho potřebovaly.

==========

Re: Abstak
Vložil petrch - 25/05/2014 13:31

_____

první ranní pivo jde vždycky ven, nejlíp do vany, do té se jde v pohodě trefit líp než do malý mísy na hajzlu..jak se dostane do krve trochu novýho alkoholu, už se dá chlastat dál

==========

Re: Abstak
Vložil Petra - 25/05/2014 22:37

_____

Petře, to je ale hrozný, co píšeš! Jak dlouho to ještě budeš takhle dělat? Dokud neumřeš? Jmenuješ se jako můj manžel, který umřel, protože neměl vůli a sílu to změnit:-(

==========

Re: Abstak
Vložil petrch - 26/05/2014 09:11

_____

Je pravda, že alkoholismus je smrtelná nemoc, o tom není pochyb

==========

Re: Abstak
Vložil marti - 26/05/2014 15:40

_____

Ahoj Peťo, když čtu tvoje poslední příspěvky, tak na mě působí trochu rezignovaně, teorii, fakta o alkoholu a jeho škodlivosti ovládáš perfektně, tak se už konečně na sebe pořádně naser !

==========

Re: Abstak
Vložil petrch - 26/05/2014 16:24

_____

Ahoj Marti.Tako to není, pouze diskutuju a reaguju na jisté příspěvky, jelikož mám celkem dost zkušeností s chlastem, rozhodně někomu nebudu mazat med kolem huby a napíšu jak vim, že to je :)

==========

Re: Abstak
Vložil Petra - 26/05/2014 23:19

Marti,
souhlasím. Petrové jsou prostě Petrové. Rezignace je jim vlastní.
Ok, každý má právo na vlastní názor. Já respektuji i Petrovo názory a příspěvky. Jsou pro mě velmi poučné. V tom negativním slova smyslu.
Díky Péťo za to, že mi ukazuješ kudy cesta nevede.A jestli se tobě na ní líbí, tak buď vůle tvá..

Ostatní - jedeme a nevzdáme to.
Dnešek byl ve znamení střízlivosti.
Heslo dne- hlavně se z toho neposrat.

Mějte krásný večer a ještě krásnější sny, např. o novém, krásném životě:-)

==========

Re: Abstak
Vložil Davo - 11/06/2014 21:58

Ahoj,vsem.Pred 19 dny jsem zalozil toto tema a rozepisoval se v nem o svem piti,abstacich,narusene psychice a chatrne telesne schrance.Od te doby jsem se neopil.Prvni tyden nebyl jednoduchy,postupne ale problemu spojenych s nadmernym pitim zacalo ubyvat.19 dni neni zrovna moc,ja vim,nenavstivil jsem ani psychiatra,ani AA,i presto,ze jsem to mel v planu.Co se tyce psychiky,ta panicka hruza z lidi castecne odeznela asi po 10 dnech.V to jsem vubec nedoufal,alespon ne,ze to pujde tak rychle.Kazdy den vyrazim na dlouhe cesty na kole.Jezdim pryc z mesta a pak je mi to jedno kam.Jedu tak dlouho dokud se uplne neunavim.Domu se vracim az k veceru uplne zniceny a unaveny.Tak nejak mi to pomaha s abstinenci a je to cim dal lepsi.A dulezite je,ze se k tomu nemusim nutit,tesim se na kazdy dalsi den,ikdyz se to zda byt stereotypni,neni.Navic rodina uz zbystrila,ze tento xty pokus prestat by uz mohl vyjit a zahrnula me spoustou pozadavku o drobnou pomoc s ruznymi cinostmi.To je fajn,protoze jsem je poslednich par let jen financne vysaval.A ted se nabizi moznost smazat nalepku cerne ovce.Kdyby nekdo chtel,rad napisu,co mi pomohlo ,ale nevim jestli to nekdo vubec bude cist.Navic ,kazdy jsme jiny,ze.Takze ,co pomohlo mi,nekomu treba muze uskodit,ale to si nemyslim.Pekny zbytek dne,David.

==========

Re: Abstak
Vložil Pepa - 11/06/2014 22:10

Držím ti palce Davide. Jen tak dál. Objeď republiku několikrát na kole.

==========

Re: Abstak
Vložil Ja - 12/06/2014 09:31

Dávid,
každý úspešný deň je tehlička triezvosti. Časom, z nich postavíš mohutnú a nádhernú pyramídu, ktorú vidieť už z diaľky.
Vlastná prevýchova Ega stojí za túto - vynaloženú snahu, ochotu a rozumne využitú príležitosť - smelo vkročiť do triezvej budúcnosti.
(Je to skvelo zhodnotená investícia - túžba prestať piť!)

==========

Re: Abstak
Vložil Pepa - 12/06/2014 20:26

Davide

Napiš mi jak ti to jde. Taky jezdím na kole.
Pepa
Jjjhab@gmail.com

==========

Re: Abstak
Vložil davo - 26/06/2014 12:05

Ahoj všem,tak po 22 dnech abstinence v tom elitám znova.Vlastně to začalo nevinně dvěma pitvy před spaním,protože jak všichni víme,po chlastu se spí nejlíp.Navíc bylo nepekne počasí,tak jsem nemohl sportovat.No a teď už je to týden jen o 20ti pivech,do toho pět rivotrilu nula letem na tresy,nepamatuju si vůbec nic,běžné denní rituály už vůbec nezvladam a na kole jezdím jen pro chlast,protože jsem z toho tak vygumovany,že už ani nevím,kdy mám přednost.Tady je každá rada drahá.Jinak všem co s tím taky bojují přeju hodně sil.Kdyby si chtěl někdo anonymně popovídat,pište prosím na můj mail dejvicernik@gmail.com, protože nevím jestli si za pár hodin budu pamatovat,že jsem zde psal,tudíž si ani nemusím přečíst příspěvky nebo reakce.Z pozdravem, David z Ostravy

==========

Re: Abstak
Vložil Liba - 26/06/2014 14:39

Pršelo, po pivu se spí lépe..., svět stojí, já musím pít-jasné omluvy alkoholiků.A proč to sem píšeš?Co s tím budeš dělat?

==========

Re: Abstak
Vložil davo - 26/06/2014 17:22

Libo,ano máš pravdu,jsou to klasické alkoholické výmluvy,mám prášky proti abstakum,a slabou vůli,možná by pomohlo si s někým promluvit..nebo úplná izolace

==========

Re: Abstak
Vložil Ja - 26/06/2014 17:57

---

davo napsal:
Libo,ano máš pravdu,jsou to klasické alkoholické výmluvy,mám prášky proti abstakum,a slabou vůli,možná by pomohlo si s někým promluvit..nebo úplná izolace

Dávid,

namiesto prášku(tbl.) hľadaj zdôvodnenia v sebe -> ako odolať cravingu a kde máš skryté spúšťače. Tu využi vôľu - pri štúdiu a poznávaní seba a svojich defektov!

Na liečení sa naučíš účelne hospodáriť s časom a intelektom.

==========

Re: Abstak
Vložil Liba - 27/06/2014 08:03

Davide, jdi na AA, tam se namluvíš dost, když se ti bude chtít, najdeš to, co hledáš.Nevymlouvej se, konej!Jde o tebe, tvůj život, zdraví...izolace jistě ne.

==========

Re: Abstak
Vložil Janis30 - 06/07/2014 10:19

Nazdárek, v některých tvých příspěvcích se docela vidím

jak jsi na tom teď?

ty noční můry z pití jsem měla kdysi taky, a dosti nechutné, i ty problémy s nadechnutím se,apod...jojo, to znám až moc dobře...tak hezký den

==========

Re: Abstak
Vložil davo - 07/07/2014 21:53

Ahoj,teď jsem zrovna na detoxu v Opavě v PL.Odvezli mě tam 2.července ze zachytky,no a 11.tého jedu

domů.Personál je příjemný,parta lidí taky dobrá,akorát jídlo málo bohaté na vitamíny,cpou do nás spoustu léků,jinak prijemne strávený pobyt.

==========

Re: Abstak
Vložil Ignác Hromádka - 07/07/2014 21:56

_____

Davo,

drž se chlape. Bude dobře. Až vyjdeš, začni zase sporovat. Víš, že ti kolo pomohlo. Držím palce

Ignatius, 5 dní čistý

==========

Re: Abstak
Vložil jarda - 18/09/2014 23:56

_____

ja zazil neco podobneho..chapu to..jakmile jsem. Nepil prestalo to

==========