Můj příběh

Vložil A.J. - 08/08/2014 20:22

Zdravím všechny! Po přečtení pár vláken plných různých příběhů jsem se rozhodla napsat i ten svůj. Normálně nejsem moc sdílná povaha, ale tady se cítím tak nějak prostě dobře, chápána, tolerována, podporována, mezi přáteli....
Piju už víc než 10 let a alkohol je nedílnou součástí mého života. Všechno to začalo kvůli problémovému dětství. Nedokázala jsem vyjít s rodiči a doma jsem to začala zvládat jen díky alkoholu. Nutno podotknout, že moje puberta byla opravdu jedna z těch těžších.. Ochutnala jsem alkohol a našla v něm řešení všech mých problémů. Pila jsem tajně doma a rázem jsem byla schopná se normálně bavit s rodičema, normálně fungovat a bylo mi prostě skvěle. K akcím alkohol zkrátka patřil, tam jsem nepila nikdy přes míru.. A právě tady se začal ukazovat ten hlavní směr jakým se bude mé pití ubírat. Jsem typ člověka co nikdy neztratí nad sebou kontrolu, je to něco co mě děsí, nedokážu se odvázat, je mi trapně když někdo vidí že jsem opilá..a proto to nikdy vidět nebylo. Já piju nejradši sama. Doma s rodiči jsem měla pod postelí na každý večer 2 litry vína, které jsem usrkávala, tak abych byla stále v náladě. Ráno jsem bez jakýchkoliv problému vstala a šla do školy....po návratu domů se to celé opakovalo. Přinášelo mi to uspokojení, jiný, veselejší pohled na svět, bylo mi dobře.... Začala jsem postupně pít víc a zkoušet co všechno se mnou alkohol dokáže...Na chatě jsem našla plno lahví tvrdého alkoholu po prarodičích...vypila jsem ho....Vypila jsem všechno co jsem našla, doma, na chatě, všude....Ale nikdy to na mě nebylo znát, nikdo to nevěděl..Uklouzla jsem jen jednou, když jsem vypila láhev rumu a upadla do bezvědomí..našla mě doma sestra....
Tohle trvalo roky, postupně se alkohol stal součástí mého života, těšila jsem se na něj, kupovala ho denně, když jsem ho nemohla sehnat, byla jsem schopná koupit ho i na benzínce za trojnásobek...musela jsem ho mít...každý den.
Jak jsem byla starší, začalo si mé každodenní pití vybírat svou daň. Ano, pila jsem co teklo...whisku co jsem našla rodičům ve skříni jsem nahradila čajem aby to nepoznali...ten čaj jsem pak taky vypila protože v něm bylo trochu alkoholu...jakoukoliv lahev co dostali dárkem, jakákoliv láhev co byla doma pro mě představovala neuvěřitelné pokušení. Pila jsem na antibiotika, i když jsem neměla chuť...jen pro ten pocit!
Kocoviny se začaly dostavovat postupně a byly horší a horší, nedaly se snášet...
Začala jsem pití omezovat...Nevím proč ale k opití mi teď stačí už strašně málo...do té mé vytoužené nálady mě přivede 1 nebo 2 piva či půl lahve vína. Tvrdý alkohol už roky nepiju...nikdy...a nikdy taky nepiju aby mi bylo ráno špatně...
Piju každý den...většinou sama, miluju to, těším se na to..ty chvíle jsou pro mě nejpříjemnější za celý den...Nalít si skleničku, dát si něco dobrého, pustit oblíbený seriál...Nejradši jsem sama, vždycky jsem byla...sama s alkoholem. Neměla jsem kvůli němu nikdy žádný problém, nikdo o tom nevěděl a neví...
Kocovina je pro mě něco tak odstrašujícího, že NIKDY nepiju tak abych ji měla...a věřte, že ji mám už klidně po 3-4 pivech. Piju pouze do té své hladinky, 2 sklenky vína či piva...Miluju víno... ale pouze červené a opravdu dobré...nespokojím se jen tak s nějakým, investuji do něj hodně abych z něj měla ten pravý požitek. Miluju jeho vůni, jeho chuť, jeho barvu, to jak s ním točím ve skleničce...Pivo také nepiju jen tak nějaké, mám svou značku a nikdy nepřekročím míru...
Alkohol pro mě představuje naprosto pozitivní věc v mém životě, mám ho absolutně pod kontrolou a jsem si tím naprosto jistá....
Tak proč sem píšu....???
Cítím, že nejsem zdravotně v pořádku...a vím, že nejsem. Vyčítám si ty hektolitry hnusného alkoholu, které jsem do sebe dostala v dětství, mohla jsem být teď zdravá...
Mám manžela, skvělou práci, plánujem stavět dům a budoucnost...já ale vím, že už nebudu žít dlouho..ne tak dlouho abych si mohla vzít hypotéku...
Chtěla bych se tak naučit smířit se s tím co jsem si udělala, jak jsem si poškodila tělo...tak mladé.
Je mi 25 a vím, že svých 2 skleniček vína se nikdy vzdát nedokážu....

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 09/08/2014 09:53

Nevím co ti je.Vím,že jsem měla taky roky,kdy jsem věřila že jsem nevyléčitelně nemocná.Že umřu.Toto ovšem bylo jen v mé hlavě.Že je tomu tak doopravdy,že se SAMA ZABÍJÍM jsem SI NEPŘIZNÁVALA UŽ VŮBEC.Ano,jsem nevyléčitelně nemocná alkoholička,kterou budu až do svého konce.Umřu jedině tehdy předčastně když budu pokračovat v pití.Když jsem si konečně toto přiznala zahájila jsem akci odborný lékař.Poškození,které mi zjistili byly následkem mého pití.Zavinila jsem si je sama.Pro mne to znamená nejen abstinenci,ale i celoživotní dietu.Vzdát se jídel,které jsem měla ráda.Nějak to neřeším,přijala jsem to a cítím se o hodně lépe.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 09/08/2014 12:32

Víš, že ti alkohol zničil zdraví, přesto ho sebe liješ dál, tak nevím, co chceš!Máš ho pod kontrolou?Pleteš se!To on už tě ovládá, a ty si namlouváš omluvy, výmluvy, blbosti.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 09/08/2014 15:08

Jsi jako ja, denní hladinka, teseni se, zavislak :(

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 09/08/2014 15:14

Nemám co radit, ale ve 25 letech je i to moc. Vem si, ze to mas tydne 5 lahvi.....utesovat se kvalitkou je chabe..... Alkoholik nemusí chlastat krabicak

==========

Re: Můj příběh
Vložil Ja - 09/08/2014 15:47

A.J.,

"Najvyšší čas zatiahnuť záchrannú brzdu(liečenie)!!!
Hamuj, brzdi, pokiaľ ešte myslíš a uvažuješ!" :blush:

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 09/08/2014 15:59

_____

Můj chlap se v patek ozere, někdy i v sobotu. Ja damicka na nej koukala shora, než mi došlo, ze tydne vychlastam víc, v těhotenství to byly strašně boje, nepit..... A pak mi docvaklo, ze je jedno, jak to nazývám, ale norma to neni.Jsi na tenkém ledě, ja take

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 09/08/2014 16:18

_____

Co se týká tolerance k alkoholu?Z počátku křivka stoupá.Máš potřebu toho vypít hodně než dojdeš na vrchol.Pak je sešup dolů.Stačí mnohem méně alkoholu-ale je neustálá potřeba udržovat určitou hladinu alkoholu v krvi.Ty se nacházíš právě tam.Myšlenky,že jsi nemocná jsou podmíněné tvojí závislostí,která tě chytila a tím tě nechce pustit.Je to jen ve tvé hlavě.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 09/08/2014 16:28

_____

Jani, nevíme to, třeba je slečna skutečně nemocná...

==========

Re: Můj příběh
Vložil Ja - 09/08/2014 17:39

_____

Dana napsal:
Jani, nevíme to, třeba je slečna skutečně nemocná...

...jj; nemocná závislosťou od... (abúzu ?)
(To ostatné sa nabaľuje popri pití...pozvoľna, nebadane, potíšku.)

==========

Re: Můj příběh
Vložil A.J. - 09/08/2014 23:55

Děkuji všem za reakce, jakékoliv byly.. Dnes první večer bez alkoholu. Zvláštní v tom, že ho mám k dispozici a nepiju ho...je v lednici.. Přítel přišel před chvílí z práce, otevřel si pivko na žízeň...už nejsem aspoň doma sama. Pro dnešek je vyhráno!

==========

Re: Můj příběh
Vložil Ja - 10/08/2014 07:15

A.J. napsal:
Děkuji všem za reakce, jakékoliv byly... otevřel si pivko na žízeň...už nejsem aspoň doma sama. Pro dnešek je vyhráno!

Ono - to pivko, nie je od smädu, ale denná dávka drogy!
(racionálne zdôvodnenie prečo pijem!) :)

Od smädu je lepšia minerálka, však? B)

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 10/08/2014 07:23

Proč jsi tak sama?máš nějaké koníčky?Baví tě něco?Nebo jen sedíš a čekáš na přítele až dorazí z práce?

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 10/08/2014 07:28

Je moc smutné, že nechceš přestat pít, nepřipustíš si, že to víno tě už ovládá, doplníš svou hladinku, a hned je hezky na světě?V 25 letech bys měla mít jiné radosti a už vůbec ne myšlenky na smrt.Proč nejdeš k lékaři, jestli máš nějaké zdravotní potíže?Bojíš se, že by ti oznámil, že jsi zdravá?Ono se přeci tak krásně popíjí a lituje se, smutní.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 10/08/2014 09:50

Každý den, kdy se to podari, je fajn :) taky moc nerozumim, ze jsi sama... pises, ze mas fajn praci i vztah, chcete baráček. ten muj chodi domu po 9., ja jsem docela rada, ze mam par hodin po praci

oddych :laugh: Pravda je, ze pro me jsou tohle ty kriticke hodiny. ne, ze jsem sama, ale udelat si s alkoholem predel mezi praci a volnem (nebo uklidem).... no hruza, vim. Jinak ja mam plnou lednicku, mamka mne minuly vikend vyzbrojila 6ti lahvema...

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 10/08/2014 10:35

Mamka netuší, že ti ubližuje.A ty se klidně uchlastej.Vedeš pořád řeči, výmluvy, chceš pít.Až budeš chtít přestat pít, může být už opravdu pozdě.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Ja - 10/08/2014 10:51

Danka,

6 fliaš je pre alkoholika *danajský dar* = trójsky kôň, v tyle usilujúceho o triezvosť.
Je TO priama diverzia/záškodníctvo proti úsiliu a snahe o úzdravu!
(Opičia láska v nevedomosti - neznalosť vzťahov a príčin v alkoholizme.) :(

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 10/08/2014 16:28

Danuš,není dobré,že máš doma alkohol.Není vůbec dobré,že ti máma nějaký kupuje.Myslím,že problém je v tom,že jsi s mámou upřímně nehodila řeč.Nepromluvila jsis s ní o tom,že máš nějaké problémy.Myslím,že by sis měla najít ten prostor a v klidu jí všechno o sobě říct.Věřím,že ji to možná zarazí,zřejmě to zcela nepochopí,ale vím,že ti bude hrozně moc vděčná za upřímnost.Tobě se uleví,že nemusíš nic zakrývat a budeš mít ze sebe lepší pocity.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Ja - 10/08/2014 16:59

Jana Mertosová napsal:
... Nepromluvila jsis s ní o tom,že máš nějaké problémy.Myslím,že by sis měla najít ten prostor a v klidu jí všechno o sobě říct.

Úprimným rozhovorom rozhodne nič nezkazíš...
Do toho! :)

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 10/08/2014 20:56

Ona mi to koupila na víkend u ni, byla to bedna, řekla jsem ji, ze to omezuju, tak to propasovala v neděli do auta. Přitom si stěžuje, ze piju. Nechci o tom psát, to je kapitola sama o sobě...

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 10/08/2014 21:03

Jinak v pondělí jsem to zvorala klasicky. Po praci na skleničku, chtela jsem platit, místo toho mi donesla další, protestovala jsem, slečna, ze to neodnese, ze než dopiju, tak si to určitě rozmyslim a ze mi to neublizi. Tak jsem si to rozmyslela :(

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 11/08/2014 05:57

No, ty jsi ale fakt chudinka, ty nechceš pít, to oni tě nutí, musíš pít, coooo?Ty jsi takový slaboučký skleníkový kvíteček, ne?Zbytečně se ti tu snažíme pomoc.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 11/08/2014 07:04

Nejsem chudinka. Jen si to vycitam, jak křehkou mám hranici, ten den jsem dala flašku vina, což už je selhání. Nehodlám se uchlastat, co sem chodím, držím se na třetině předchozí konzumace. Neni třeba silných výrazu, desit, ze se to rozjede, se umím sama dost

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 11/08/2014 07:09

Dano.Máma ti nadává že piješ a kupuje ti to sama.Dokonce ti to vnutí a pomalu propašuje.Servírka ti dokonce diktuje co můžeš,co nemůžeš.Dokonce ví,co ti udělá dobře.Dostala bys do sebe 2 porce oběda i kdyby sis objednala jen jednu?Mámě jsi řekla neúplnou pravdu-jen jsi něco jako naznačila-což budeš muset napravit a chtěj nechtěj ZAČÍT BÝT UPŘÍMNÁ-at´se děje co se děje.Co se týká té servírky-COŽ

TAK NAUČIT SE USTÁT SVÉ VLASTNÍ ROZHODNUTÍ.Mně osobně by takový přístup urazil a donutil k zamyšlení.Je vidět,že tě už zná.Že ví,že toho vypiješ mnohem víc.I to,že jsi lehce ovlivnitelná.Už toto by mne na tvém místě zasáhlo.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 11/08/2014 07:09

_____

Pokud znamená byt slabá to, ze jsem jednoho dne nevstala s přesvědčením, ze abstinuji, pak to dvakrát porušila, ale radu let vydržela, pak ano, to nedokazu

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 11/08/2014 07:12

_____

Jani, Jo, zná me. Ví, ze normálně jsem pila 3 - 4. Jo, je to ostuda, připomenutí z minula a moje selhani

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 11/08/2014 07:33

_____

Ostuda to bude ještě větší když si nepoložíš otázku JESTLI TO VŮBEC CHCEŠ ZMĚNIT?JAKÝM ZPŮSOBEM TO MŮŽEŠ ZMĚNIT?CO SE MUSÍM NAUČIT PRO SEBE ABY SE TAK MOHLO STÁT?A ZAČNEŠ VE VŠECH PŘÍPADECH USKUTEČŇOVAT.USTÁT SI SVÉ VLASTNÍ ROZHODNUTÍ ZA KAŽDOU CENU!VE VŠECH SITUACÍCH!

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 11/08/2014 15:35

_____

Ještě, že ti servírka neporučila, abys sis hodila mašli.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Ja - 11/08/2014 17:04

_____

Dana napsal:
Pokud znamená byt slabá to, ze jsem jednoho dne nevstala s přesvědčením, ze abstinuji, pak to dvakrát

porušila, ale radu let vydržela, pak ano, to nedokazu

Danka,

o tomto presne je recidíva - súčasť našej nemoci!

Prichádza zradne, znenazdania a potichu - bez fanfár,
varovania alebo výstrah. :(

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 11/08/2014 21:13

_____

Kdyz už máme ten sibenicni humor, provaz obesence lze velmi dobře zpenezit

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 11/08/2014 21:23

_____

A vůbec, tento příběh nebyl můj, takže se loucim

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 11/08/2014 21:28

_____

Dano já na tom nic humorného nevidím.A když jsme u té šibenice oprátku na krk si házeme sami sobě.Jen malá hrst je těch štástných,co mají možnost umřít rychle a bez bolesti.Ti ostatní umírají pomaličku a v bolesti a utrpení,které bych nepřála nikomu.Já je zažila a vím o čem mluvím.největší neštěstí je to,že si ubližují sami a trpí svojí vinou.Žádný živočich se k sobě s takovou krutostí nechová.NEMOCNÝ ČLOVĚK ANO!

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 12/08/2014 04:26

_____

Z těch jejich poruch bych věřila těmto, nevoní jí práce, a chlastá.

==========

Re: Můj příběh

Vložil Ja - 12/08/2014 06:21

Dana napsal:
A vůbec, tento příběh nebyl můj, takže se loucim

... ešte, že si len hovorca/mluvčí.

A daný subjekt je nesvojprávny?
(... alebo zbabelo unikáš pred zodpovednosťou za túto kvázihru s dôverou respondentov?) Vymklo sa Ti to z rúk, pretože piješ?

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 12/08/2014 06:48

Libo, do témeř 40ti jsem nepracovala přesně 1 měsíc. V téhle praci je můj plat nižší než současný příjem na pracaku, přesto tam chodím. Do 33 let jsem měla 1,3 uvazku. Co je mamka rozvedena a v důchodu, něco málo ji měsíčně přispívání.Pořídila jsem si auto a splacim hypotéku. Nemusíš me shazovat. Jestli takto se chovají lidi, kterým nevoní prace, pak se tento stát ma!!

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 12/08/2014 07:14

Ja, tohle vlákno se jmenuje Můj příběh, ale neni můj, nezalozila jsem ho. Ano, včera jsem měla 0,25 dcl. To snad neznamená, ze nevim, co pisu

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 12/08/2014 07:18

Neunikam před zodpovědnosti za kvazihru. Jen me naštvala liby masle a některé vývody tady :(

==========

Re: Můj příběh
Vložil Ja - 12/08/2014 07:37

Dana napsal:
Neunikam před zodpovědnosti za kvazihru. Jen me naštvala liby masle a některé vývody tady :(

Danka,

ruku na srdce(0,25): - alibizmus?... alebo premyslená konštrukcia?

(Na ospravedlnenie sa pred vlastným svedomím? To jediné neoklameš - vie o Tebe všetko!) ;)

==========

Re: Můj příběh
Vložil Petra - 12/08/2014 07:38

Byla jsem 14 dní na dovolené a zpětně si pročítám některé diskuze.
Důvod, proč jsem v počátcích navštívila tohle fórum byl, že jsem si myslela, že se tady scházejí lidé, kteří mají ochotu a potřebu si vzájemně pomáhat v boji proti alkoholismu. Sdělují si svoje pocity, poznatky, dávají si rady, jak vyhrát nad tou zrůdou.

Píši teď jen svůj názor, nikdo samozřejmě nemusí souhlasit, ale mně je smutno z toho, jak se tady diskuze vyvíjejí. Proč se tady vzájemně napadáte a ještě víc si ubližujete? Proč raději nenapíšete, co jste v ten den prožili, jak jste zabojovali/nezabojovali atd. Myslím, že dr. Mlčoch určitě nezaložil tohle fórum proto, aby se tady šmelilo s práškama, anebo se napadali lidi, kteří se opravdu snaží druhým pomoci (např. viz útok PetraCh na Líbu)
Hodně příspěvků mi moc pomohlo. Hlavně otevřené zpovědi Líby a Jany. Děkuji Vám děvčata, vždy když mám chuť sáhnout po flašce, vzpomenu si na vás, na vaše příběhy a strasti.

Prožívám krásné léto a v září se chystám na AA. Líbo, prosím, napište mi - také jsou tam takovéhle formy diskuzí?
Stejně postižení lidé by spolu přeci měli soucítit, vzájemně si pomáhat. Omlouvám se. Jsem asi pořád naivní. Je mi líto nezměním se a ani nechci.
Přeji všem krásný den. Já ho dám bez skleničky, lépe se mi kouká na svět, i když někdy to, co vidím, není zrovna příjemné. O tom však život je, + a - jsou každodenní součástí mého života.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 12/08/2014 08:19

Petro, AA je už promyšlené, vyzkoušené 80 let samotnými alkoholiky.Má své pravidla, přímo na sezení se nediskutuje, jen se říkají vlastní zkušenosti k tématům, co se zrovna pobírají, vždy je to přínos, poučení pro alkoholika.Je tam rovnoprávnost, žádné vedení, funkce, ...pak je diskuze o všem.Záleží na každé skupině jak si jí udělá.Je to na dlouhé vysvětlování, hned neposuzuj, jen vydrž chodit, a pak ti vše dojde.AA fungují , jsou vážení v 160 zemích světa, a hlavně pomáhají, zachraňují nemocné alkoholiky.Neboj, poznáš dobré lidi, nabereš motivaci, chuť k abstinenci, pomoc.....

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 12/08/2014 09:44

Petro,příčina je velice jednoduchá.Málo kdo si přiznává,kolik je v něm agresivity když se mu nedaří přestat a už vůbec si to nepříznávají ti,kterým se to podaří,ale nervozita a potlačovaná agresivita v něm stále zůstává.Málo kdo dokáže být v této fázi natolik upřímný-tím v druhém probouzí domněnky a dohady.A tím je konflikt na světě.Přesně tak to často funguje i léčebnách.No a o tom,aby se to všechno upravilo je doléčování třebas AA a pod.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 12/08/2014 11:41

0,25 l - samozrejme :(

me uz ty utoky taky nebavi. za chvili me zacnete obvinovat z preklepu nebo ze pisu v poledni pauze, coz obe pro nektere z vas bude dukaz, ze jsem opila :(

==========

Re: Můj příběh
Vložil petrch - 12/08/2014 11:50

Nic si z toho nedělel...Po 0,25 nemůžeš být opilá, max. se trochu motat

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 12/08/2014 11:59

Dano vůbec nemám důvod útočit.Stále si nepřipouštíš,jakému vnitřnímu protivenství stojíš.Jak je chlast zrádný.Nikdo z nás ti nepřeje,aby jsi musela projít touto záludnou cestou.Já ti jen ukazuju chyby,kterých se dopouštíš.Stejně jako jsem se jich dopouštěla i já,které znám velice důvěrně.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 12/08/2014 16:46

Dano,něco se s tebou děje.Cítím z tebe skepsi a zklamání.To první znám.Také na mne doléhaly pocity zbytečnosti,marnosti ve chvílích,kdy jsem ztrácela víru,sebedůvěru sílu a chut´s pitím nadobro seknout-vykašlat se na všechno a na všechny.Jsou to jen krize,které velice rychle pominou,pokud sama nepropadneš do sebelítosti a toho,že ti celý svět nerozumí,nikdo nechápe a nerozumí.V těchto chvílích jsem to byla jenom já kdo nechtěl rozumnět,pochopit-jednoduše jsem v takových chvílích já nerozumněla a nechápala sama sebe.Nebo jsem právě v podobných chvílích potřebovala a očekávala pochvalu od jiných lidí,která nepřišla.Tímto očekáváním od jiných jsem si sama připravovala živnou půdu pro své zklamání.To pochopitelně přešlo v sebelítost a už jsem se rochnila v pití.Musela jsem to v sobě

změnit.Přestala jsem očekávat od jiných a učila se pochválit sama.Musela jsem se pracně učit naslouchat sama sobě a klást si otázky-podobné těm,které občas kladu i na tomto foru.Já se na ně učila odpovídat poctivě s tou největší upřímností,která ve mne byla.Z počátku jí moc nebylo.Čím déle jsem to tak dělala,tím jí bylo víc a víc-a já z toho měla velikou radost.Steně tak velikou radost jako ze své abstinence.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Janreil - 12/08/2014 19:46

Forum sleduji už dlouho, pomohlo mi udržet motivaci. Líbo, mluvíte o Bohu a pokoře. Snad ji máte k alkoholu, jinde ji nevidím.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Petra - 12/08/2014 20:07

Líbo: hodně jsem si o tom přečetla a vůbec nepochybuji, že to funguje. Jen se mi vloudila myšlenka,že se mi nechce někam, kde se lidé vzájemně napadají. Možná zapracovalo ego, už tuší, že tentokrát jsem fakt rozhodnutá:-).

Janreil: Myslím, že Líba je obyčejná, hodná ženská, která prošla peklem a ví, že kecy nemají cenu. Nemaže tady nikomu med kolem huby, protože ví, že to nemá smysl.Jiná cesta než přestat chlastat, prostě není!!
Komunikuje způsobem, který se nemusí každému líbit, ale pomohla plno lidem a výsledky se počítají. Kolika lidem jste od pití pomohl Vy? Pokud pomáháte, napište nám, jak. Každá dobrá rada se hodí;-)

==========

Re: Můj příběh
Vložil Danny - 12/08/2014 20:13

Ještě, že ti servírka neporučila, abys sis hodila mašli. - cituji Líbu, ano, toto je výrok hodný typu člověka PetraCH,kterého Líba tak odsuzovala. Nemá smysl to komentovat, úsudek o míře pokory, necht si udělá každý sám.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 12/08/2014 20:47

Ja se k tomu už moc nechci vyjadřovat, ostatne podobná témata jsou i v jiných vláknech.... Navíc masli, na rozdíl od alkoholu, odmítnout umím, zas taková květin ja nejsem B) Komunikace přes internet je

zradna.... Navíc je pravda, ze se k abstinenci neumím rozhoupat a mám strach z toho, ze upadnu tam, kde to bylo. Vlitla jsem do stresu, aniž bych byla dost silna. ... Bylo to moje rozhodnuti. Všem dobrou noc

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 12/08/2014 20:56

Takže necht je poučením pro druhé heslo AA first things come first - nevim v češtině, něco jako nejdříve to nejdůležitější? Ja doufám, ze se udrzim svého tenkého ledu pití nad míru, ideálně ho pokorim, ale to nevim...

==========

Re: Můj příběh
Vložil petrch - 12/08/2014 20:57

---

jakej výrok? :)

==========

Re: Můj příběh
Vložil Danny - 12/08/2014 21:06

Petře ch,
když Líba psala Daně, o tom,že ještě, že jí servírka neporučila, aby si hodila mašli, no, že to je výrok, resp. hláška podobná těm, které máš ty. A přitom tě za tyhle řeči Líba odsuzuje a sama je vede, kapišto? :laugh:

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 12/08/2014 21:11

Radši nepis, Petr ti doporučí neurol nebo flašku, :woohoo: všem klidny vecer

==========

Re: Můj příběh
Vložil petrch - 12/08/2014 21:13

Jo tak..Je fakt, že Neurol by ti dali v léčebně v poměrně silných dávkách..flašku asi ne, ale působí to na stejné receptrory v mozku což je výhoda při abstaku

==========

Re: Můj příběh
Vložil Danny - 12/08/2014 21:17

Dano,
drž se, vím, že to zvládneš, jsi hodně citlivá a křehká žena, o to těžší bude se srovnat s životem bez alkoholu. Jinak, pokud by mi někdo doporučil flašku nebo neurol, je to v pohodě, beru to jako srandičku!Tak střízlivosti zdar :cheer:

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 12/08/2014 21:21

Mám obavy, ze tvá vira je nadměrná, navíc zitra setkání s kamoskami, kterému se už dva nebo tři týdny vyhýbám, abych nepila moc... Mám z toho strach, ale jsem odhodlána. Dnes byl čaj na spaní, vstávám v 6. Tobe i všem, co bojuji, hezkou noc

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 13/08/2014 15:00

Řekla bych,že všichni závislí jsou v podstatě přecitlivělí lidé.Mnozí to však zakrývají pod maskou cynismu.Ale všichni mají citlivé místa.Jakmile se do nich zasáhne jenom slovem,je to šok,jak zásah elektrickým proudem.Podle toho odpovídá i reakce,která strhne celou lavinu.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 13/08/2014 15:20

Stačilo říct-Děkuji, nechci už další víno!Ale ne, Dana je chudák, podlehla.Není to k smíchu?Fakt jsem ráda, že jí tu mašli neporučila.Je to komedie.Lži.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 13/08/2014 15:22

Když na tebe Peťo nemají reagovat, nemůžou tě ani napadat.Každý mluví jen o své střízlivosti, co mu pomohlo.....

==========

Re: Můj příběh
Vložil Ja - 13/08/2014 16:19

Liba napsal:
Stačilo říct-Děkuji, nechci už další víno!Ale ne, Dana je chudák,... Je to komedie.Lži.

... ani ryba ani rak.
... ani z voza ani na voz.

Ja, túto nerozhodnosť v pochybnosti s vychytralosťou poznám pod pojmom:
lavírovanie &/alias bezhraničné *kľučkovanie*. ;)

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 13/08/2014 16:31

Všechno má svůj čas.I ovoce musí nejprve dozrát,aby se mělo tu správnou chuť.Alkoholik může hovořit o štěstí,když mu chlast přestane chutnat a zjistí,že ty krásné chvíle,které s ním byly zpočátku sladkých námluv ,jsou dávno pryč.A ŽE SE UŽ NIKDY NEVRÁTÍ!

==========

Re: Můj příběh
Vložil petrch - 13/08/2014 16:55

---

jdu zalít květenu.I ta má právo se občas napít, vid Dano

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 13/08/2014 17:59

A sebe ne Petře? :ohmy:

==========

Re: Můj příběh
Vložil petrch - 13/08/2014 18:01

---

nee

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 13/08/2014 18:11

_____

Tedy rozjelo se to tu. Sraz s holkama jsem odpiskala, story se servirkou dokazuje, jak je to se mnou křehké. Laviruji- k abstinenci jsem se neodhodlala, boj vedu s mirou

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 13/08/2014 18:22

_____

Podle me alkoholismus naseda na různé patologie. Citlivost, úzkostnost, pesimismus, ale i impulzivita, potřeba hledat vzrušení, impulzivita...

==========

Re: Můj příběh
Vložil petrch - 13/08/2014 18:28

_____

Pravdu díš...jen je blbý se kvůli tomu ulemtat úplně.Což se většině alkáčům povede

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 13/08/2014 18:58

_____

Jedná se o sebedustrukci,ale má destrukční dopady na naše nejbližší okolí.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 13/08/2014 18:59

_____

Dano, nechci statečně přihlížet, jak se ničíš.Sice falešná humálnost je moderní, nejsem Havel.Přestaň pít úplně, nevydržíš pít kontrolovaně, nenič se.Je bezva, že nejdeš s holkama, chráníš se, víš, že by asi nebyly jen ty dvě decky.Abstinence se neboj, čím dřív začneš, tím lépe.Pak poznáš teprve tu sílu, radost ze života, pochopíš, proč tě tak podpichuji.Zkus to.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 13/08/2014 19:21

_____

Je to stejné jako anoreksie či bulimie.Nemocný je už vychrtlý na kost a kůži ale ve svých představách je tlustý.Stejně alkoholik stále věří,že má své pití pod kontrolou a nepřiznává si že ho už alkohol ovládá.Obojí je mentální onemocnění, mimo jiných.Obojí pramení z nepřijetí sebe sama.Obojí je smrtelné,když se včas neléčí.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Ja - 13/08/2014 20:18

_____

Jana Mertosová napsal:
Je to stejné... Obojí je smrtelné,...

Anorexia, bulímia, tabakizmus/nikotínizmus, alkoholizmus
a ďalšie - izmy sú otvorená koketéria so smrťou v priamom a aktuálnom prežívaní! :(

==========

Re: Můj příběh
Vložil A.J. - 13/08/2014 20:27

_____

Pár dní jsem tu nebyla, tak se zase hlásím... Vydržela jsem 3 dny...4.den - 1 pivo, 5.den - 1 pivo, dnes - 1 pivo... Mám jen potřebu to sem napsat, ani snad nechci číst žádné komentáře k tomu, nebude to asi nic hezkého:(
Dano, nechceš trochu nastínit svůj příběh? Zaujal mě tvůj přístup a líbí se mi tvé názory, chtěla bych vědět co máš za sebou. Ale samozřejmě respektuji že je to osobní.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 13/08/2014 21:52

_____

A.j. A ostatní. Mazu spát, nemám zajímavý příběh, motam se v uzkostnosti a alkoholismu či nikotinusmu. Jak psala líba, obojí je sebedestrukce, jako poruchy přijmu potravy, které naštěstí nemám... Snažím se pit kontrolované, ale pak přijde ta servírka.... A.j. klidně se ptej, ale jsem začátečník, kterému docvaklo teprve před par měsíci, ze ma problém...

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 13/08/2014 22:20

_____

A.J. Nejvíc me probudilo, kdyz jsem byla těhotná. Najednou jsem nemohla nic, ani jednu dvojku. A držela jsem to strašnou silou vule, protože ten, komu bych ublizovala, jsem nebyla ja... Nevyšlo to, zamlkle těhotenství, dnes to berou jako normu, než se ti to stane víc než třikrát. Tehdy mi došlo, ze jsem závislá. Ze se udrzim jen kdyz tím přímo ohrožují někoho, kdo nemá na vyber, a ze me to stojí strašně sil. Ale sebe vesele ničím. Třeba piju na antibiotika, jako ty. a ted se mi to potvrzuje, vidím, ze me předsevzetí naruší servírka, co tu dvojku nechce odnést. Moc držím palce, zitra dam soutězne abstinenci :)

==========

Re: Můj příběh
Vložil Ja - 14/08/2014 08:02

Danka,

čo je to za sila, ktorá Ťa núti konať proti sebe a ničiť si život?

Skutočne si myslíš, že to, čo Ťa doposiaľ nezabilo, že to Ťa naozaj aj posilní?
(aj cyankáli= K-CN, metanol, etylénglykol=fridex apod.???):(

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 14/08/2014 14:43

Danuš a hceš vůbec ještě dítě?Opravdu po tom toužíš?Opravdu jsi se vyrovnala s tím,žes je nedonosila?Já už byla matkou 3 synů,když se mi narodila vymodlená holčička.Bylo to rizikové těhotenství od počátku.Od počátku jsem byla sešitá,hospitalizovaná jako ležák.Narodila se i tak předčastně tenkrát nám šlo o život oběma.Druhý den po porodu umřela.Mně dávali další měsíc dohromady transfůzemi.Přišla jsem po měsíci domů-a začala pít ligu.Nemohla jsem unést,že žiju na úkor života svého dítěte.Nemohla jsem se s tím smířit.Později se mi dcera narodila-to už jsem byla závislá!!!

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 14/08/2014 15:33

---

jani, uprimne nevim, mam z toho hruzu, co se muze stat a deje se....Je mi lito, co jsi prozila, u mne to bylo v rane fazi, o to to bylo jednodussi.. zatim neplanujeme, je to na mne brzy, ale s vekem pozde....

==========

Re: Můj příběh
Vložil petrch - 14/08/2014 15:55

---

známá (nyní již upitá) chlastala v těhotenstí a narodila se jí dementní holka

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 14/08/2014 20:51

Danuš,bodejť by to šlo.Když mám problém se závislostí.Mimo jiné působí škodlivě i na potenci a plodnost.Máš pravdu,že otázka věku je také důležitá.Neuvažovali jste o adopci?

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 14/08/2014 21:02

Jani, časem asi klidně, ale máme pidi byt a tak... Oni i v mem veku čekají, jestli se to stane ještě dvakrát, az pak mas nárok na testy. Prý tak konci každé 3. - 5. Těhotenství, tak z toho nic nedělají..

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 14/08/2014 21:05

Mám brát kyselinu listovou a konec

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 14/08/2014 21:24

A bereš ji?Víš já pila víno.Tenkrát ,když jsem dostávala tu krev od různých dárců jsem si slíbila,že jestli se z toho dostanu,tak ji vrátím.Po odběru jsme mimo svačiny dostávali 2dcl červeného.Tak jsem věřila tomu,že to je zdravé a začala kupovat a pít červené víno.No,že už piju na litry mi nedocházelo.ŽE SE VLASTNĚ POMALU ZABÍJÍM!Ty by jsi mohla místo vína začít třeba bylinkové čaje,vitaminové kůry a tak.Možná by tě to i inspirovalo k tomu přestat kouřit a zvolit zdravý životní styl.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Ja - 14/08/2014 22:01

Existuje aj výborná hroznová šťava: ~ 1,0 = 3,5 -> 4,0 €.
.

Výborné sladké nealko pitie s minerálkou.
Červená obsahuje aj liečivý resveratrol! Mňam!;)

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 14/08/2014 22:12

Já už ani tu šťávu.Známá mi nalila Mochito,nějakou novou minerální vodu.Že prý frčí.Tož mi to připadalo jako vinný střik,jen jsem si usrkla.Ale hroznové víno-to můžu na kila.Nejmladší syn ani to hrozno do huby nevezme od té doby,co se z vína ožral jak prase a blul jak dvě :) Jsem si říkala,že takové štěstí mne nepotkalo.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Petra - 14/08/2014 22:52

Dano, ty chceš, aby tvé dítě mělo matku alkoholičku? To bude mít krásné dětství, viď? Včera mi jeden známý (má ženu alkoholičku, vrátila se z bezúspěšného léčení) říkal, že přišel domů a jeho malý syn si hrál se Savem, všude ho vylil (naštěstí a nevypil), protože ona opilá uklízela a usnula na podlaze. Nejdřív uzdrav sebe, aby ses mohla správně starat o druhé. To, že jsi o to mimčo přišla, ti ukazuje, že nebyla správná doba. Jez klidně kyselinu listovou, ale pokud chceš prožít krásné mateřství, tak tady přestaň tlachat a vyraž se léčit.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 15/08/2014 03:45

Přesně tak, Peťo.Já být Danou, jdu na léčení, dám si život do pořádku, hlavně své zdraví, pak plánuji dítě.Psychika se srovná, Dana může rodit o 107, dokáže nemožné, ale musí fungovat jako máma, ne opilá máma.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 15/08/2014 06:48

Co se tyče planu, hledám psychologa, kt děla kognitivne behavioralni terapii na úzkosti. Ty úzkosti se zlepšily, psychiatr říkal, ze je čas na tu specializovanou terapii, ze se dal sami nehnem

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 15/08/2014 07:22

Ví ten lékař, že piješ?Nezamlčuj mu to, může to bránit tvé léčbě!

==========

Re: Můj příběh
Vložil petrch - 15/08/2014 07:58

Uzkosti i panickou poruchu máš Dano z chlastu, přiznej si to konečně..Si závislá na alkoholu a když se nenapiješ máš úzkosti, jasné jako facka

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 15/08/2014 08:33

---

lekar vi. chlast to dlouhodobe zhorsuje, ale neni to z chlastu, to by bylo dost jednoduche:(vazne,Petre

==========

Re: Můj příběh
Vložil Petra - 15/08/2014 08:34

Přesně tak jsem to měla já. Když jsem měla hladinku, bylo to v pohodě. Když nebyla možnost, přišla úzkost jako hrom. Závislé tělo si tak říkalo o další příděl. Takhle to bylo řadu let.

V okamžiku, kdy jsem se OPRAVDU rozhodla, že tak už žít nebudu, a přestala, pár dní potom byly takové úzkosti, že jsem nemohla ani vstát z postele. Musela jsem si vzít v práci volno.
Vydržela jsem, moje rozhodnutí je opravdové. Bylo to pak jako počasí. Pár dní zamračeno - šílené úzkosti a další abst. příznaky a pak přišlo slunce. Nádhera stojí za to nebýt bábovka:-).

A ještě ti Dano možná pomůže, když ti napíšu, že čím déle jsem pila a zkoušela přestávat, tak pokaždé úzkosti a deprese byly větší a větší. Čím dříve se jim postavíš, tím dříve se uzdravíš.
Máš nádherný cíl- mateřství, to už stojí za to se pohnout z místa a dát víno navždy k popelnici;-)

Já odstraňuji příčiny svého pití s kogn.beh. psychologem. Funguje to, nehledej ho dlouho, budeš dlouho čekat a ty čekat nechceš, viď?

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 15/08/2014 13:29

Peti,diky, nemas nahodou nejaky tip na psychologa? obvolavala jsem je asi pred mesicem, nasla jsem, ale tenhle typ terapie nedela... maji hodne plno..

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 15/08/2014 17:33

Poslední dva dny se mi vracejí paniky, asi jsem fakt krehule, co musi hodne spát, cvičit jógu atd. A nebýt ve stresu, zjevně je alkohol jen jeden z faktoru... Našla jsem a psala na nějaké kbt skupiny, uvidíme. A nahlásila se na jógu. Ale úzkosti se s nástupem do prace zhoršují rychle.... Libo, ta prace me baví, ne ze mi nevoni

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 15/08/2014 17:37

Řeším ted i velké rozhodnuti. Segre naši dali barák, mne pripada čast pozemku. Takže rozhodnout, jestli prodal byt a začnu v jiném městě stavět. .... Ale to je druhotné. Přítel s tím nepomůže, ten nemá nasetreno nic a spokojeně by žil pod stanem

==========

Re: Můj příběh
Vložil petrch - 15/08/2014 18:05

Normálně sm nelitej jak váza

==========

Re: Můj příběh
Vložil petrch - 15/08/2014 18:07

Dano,Libo,Jano a je mi fajn....kurva proc???

==========

Re: Můj příběh
Vložil jana Morisová - 15/08/2014 20:13

Potvrzuju zkušenosti, co tu píšete. Když jsem pila víc, tzn. na párty, druhej den jsem měla tak šílený úzkosti, že jsem bez piva nemohla fungovat... :(čim víc jsem se ale léčila pivem, tim horší byly úzkosti.

Pak se přidaly strachy, panický ataky.... Cvičení jogy je sice fajn, sama ho provozuju, ale zásadní věci neřeší. Každej člověk je specifickej, u každho jsou jiný důvody a způsoby. Z mojí zkušenosti je potřeba vytahat na světlo věci co ti dělaj v hlavě bordel. Základ všeho je chytit se za nos a přestat si dál kopat jámu, to znamená přestat chlastat. Teprv potom může šlověk začít normálně uvažovat:) Bejt prostě střízlivej :) Hezkej večer všem, držim vám všem tam palce :)

==========

Re: Můj příběh
Vložil Ja - 15/08/2014 21:16

---

petrch napsal:
...a je mi fajn....kurva proc??? :silly:

...," pretože si ako *váza*(!)." ...(viď. ^ vyššie...)

Práskni sebou o zem a rozbi opičiaka na črepy!!! :(

==========

Re: Můj příběh
Vložil Petra - 16/08/2014 00:42

Vůbec si neumím představit jak je nalitá váza.
Vlastně ano, když dáme do vázy květiny, tak tam nalijeme vodu.
PetřeCh - nesrovnávej se s vázou. Váza je rozumná, takže nechlastá;-).

Jóga neodstraňuje příčiny pití, ale je dobrým pomocníkem pro vyplnění prázdnoty, která zůstane, když začínáte abstinovat. Já cvičím léta, miluju jógu a troufám si říct, že to jedna z věcí, která mi při abstinenci opravdu pomáhá.
Od září jsem se přihlásila na studium jógy, budu chodit v Praze na víkendové semináře.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Petra - 16/08/2014 00:47

Dano, omlouvám se, ale budeš si muset psychologa najít sama.
Jednou jsem jí doporučila a se zlou jsem se potázala. Tahle paní totiž opravdu umí a každý na to není připraven.
Někteří lidé, chtějí politovat, foukat na bebíčka a slyšet, jací jsou chudáci a přitom v podstatě nic nedělat. Ona to nedělá. Je jako Líba - nakopává a to ty nemáš ráda.
Můžu ti tedy akorát poradit - sedni si k internetu a řiď se citem. Najdeš a za výběr budeš odpovědná jen ty;-)

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 16/08/2014 04:41

Dobře Petro, Dana si musí vybrat sama, máknout, snažit se.Přesně jsi popsala většinu alkoholiků-litujte mně, foukejte na bebí, pomáhejte, stejně se opiju, a budu nadávat zrovna vám.Litujete málo,a já jsem přeci taková chudinka!Opičí láska zabíjí.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 16/08/2014 10:13

Petře, jestli ještě chlastas, přestaň!!!!! Jinak bude neděle hrozna

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 16/08/2014 10:22

Petro, budu hledat. Psychiatr říkal, ze mám max držet dobrý životní styl, ale dal se už bez specializované terapie nedostaneme. Budu hledat, ale fakt na pojišťovnu mají strašně plno

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 16/08/2014 10:39

Peti, me vyhovuje, kdyz mi někdo rozumi a kope do zadnice :laugh: tutununu od psychologa by mi bylo k ničemu..

==========

Re: Můj příběh
Vložil Ja - 16/08/2014 10:53

Dana napsal:
Peti, me vyhovuje, kdyz mi někdo rozumi a kope do zadnice :laugh: tutununu od psychologa by mi bylo k ničemu..

... a ako potom sedíš? ;)
To kopanie je tiež na plný úväzok? B)

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 16/08/2014 11:42

Ideálně hrazené pojistovnou B)

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 16/08/2014 18:59

Dano, proč by ti měl psycholog nebo někdo jiný porozumnět?Ono to tak v realitě není že mi budou nejlépe všichni rozumnět a chápat.Psychologická cesta je POROZUMNĚT,POCHOPIT A PŘIJMOUT SEBE SAMU.Až poté,co se ti podaří u sebe toto zpracovat začnou tě přijímat i jiní.A sama zjistíš,že se nemáš nad čím znepokojovat,když to nebudou všichni.Sama zjistíš,že toto a spousta jiných věcích souvisí s NEREÁLNÝM OČEKÁVÁNÍM.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 16/08/2014 19:10

Co se týká psychologů.Ví,že hodně lidí má ten problém,že se vidí nereálně.Že si sami sebe přikrášlují,bojí se pravdy,nebo ji vůbec nevidí.Potom terapie je taky okecávání plné bludů a vlastních přesvědčení,které jsou zavádějící.Taková terapie,kde to psycholog toleruje je u závislého na prd.Protože je důležité to vlastní rozebrat,nebo rozbít na atomy.Rozdrtit vlastní fikce,aby zůstalo jen čisté já.Je to drsný,bolí to.Je to konfrontace s jinou pravdou.Ale bez toho to nejde.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 16/08/2014 19:43

Jj, Jani, to jsem myslela tím porozumět. Budu hledat, snad se zadari, už jsem zkoušela v létě a je to katastrofa, kdyz nemáš 700 Kč, které do toho tydne nebo ob dva das. Je mi jasné, ze tu budou reakce typu, ze se vymlouvam, ale v tom to neni. Mám toho dost, co řešit, cele je to sebedestrukce. Kdy jdeš do toho azylaku? Ted jsem odmítla rozlucku se svobodou, byly řeči typu das kofolu, ale to už se vidím, haha.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 16/08/2014 19:44

A.j., jak to jde?

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 16/08/2014 19:45

Musíš odborníkům přiznat svůj problém s alkoholem.Když budeš vyprávět, že piješ pár deci, bude se jim zdát, že je to normální, ale ty bez těch decek nevydržíš ani týden, čili jsi závislá, což je rozdíl.Sama sebe utěšuješ, že jsi s alkoholem vlastně v pořádku, pravdu si nepřiznáš.Dokaž sama sobě, že to není pravda, vydrž měsíc v pohodě bez alkoholu.Oni ti ani pomoc nebudou schopni dát, protože neznají pravdu.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 16/08/2014 20:04

Libo, postoj některých doktoru k pití je hodne tolerantní. Jestli se zásazujes o osvětu v alkoholismu u nás, je i tady co dělat. Nebo tomu proste nerozumi. Tomu svému to přiznávám, ano, uberu, ale vázne tak max 4 dvojky tydne. Ze piju denně 2 - 3 dvojky hlásím. Rekne mi, ze to neni dobře, ale ok. Předminulé jsem dokonce říkala, ze mám strach, ze se to rozjede víc, řekl mi, ale to vám vaše inteligence a charakter nedovolí. Což je kec. Ten minuly to taky věděl, taky to bylo jen to byste neměla. Jednou měl dovolenou a zaskakoval jiný, ten mi vzal proto prášky. Pak jsem se toho svého ptala, co to je, řekl, ze ta ten přehání.Nevymlouvam se na nej, vím, ze je to na mne. Jen chci říct, ze ne vždy je svět se lékaři řešením. Měla jsem na druhou stranu super psychologa, dovedl mi dat náhled na sebe tak, abych to vzala, dal i podmínku, ze k němu nesmím, jestli se den před tím napiju. Držela jsem to, říkali jsme tomu kvalitni dny. Odstěhoval se.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 16/08/2014 20:06

Svěřit se lékaři. Mobil ta slova mění, jak chce

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 16/08/2014 20:09

Pravda je, ze klasicky začíná ten čert-ted se neopijim, takže už nemám takovou tendenci si myslet, ze jsem alkac. Navíc úzkosti nejsou nesnesitelně. Budu hledat toho psychologa

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 16/08/2014 20:26

Jsem po 12hod.noční,sice měla bych být vyspaná,ale cítím se unavená.Přiznám se,že jít na dvě po sobě-to bych nedala.V pondělí budu vědět.Jeden azylák se mi ozval,že nastoupit bych musela už příští týden.Jinak místo obsadí.Druhý jdu zjistit v pondělí,jestli se mnou počítají,jak jsme se dohodli.Je období dovolených a sociální pracovnice,které mi to přislíbily jsou na dovolené.Tak tam jdu v pondělí.Každopádně v pondělí budu vědět na jisto.Aby se nestalo,že se ocitnu na ulici.V doléčováku končím 31.8.Zatím to vypadá,že ten poslední týden v srpnu se budu stěhovat.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 16/08/2014 21:49

Budu držet palce!!! Do te uzkostnacke skupiny by me vzali, ale zase začínají az začátek listopadu. Budu ještě hledat individuál driv

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 17/08/2014 05:31

To, že lékaři neléčí, nezajímají se o pacienty, co se týká alkoholismu, znám velice dobře.Děsí mně jejich neznalost,musíš hledat!A přeji abys našla.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 17/08/2014 11:33

Mno, kdyz jsem u jiného psychiatra vysazovala ten neurol či xanax, co jsem brala 10 let, tak jsem zvažovala i žalobu. Prý takhle dlouhodobě bráni způsobuje i organické změny mozku, az demenci!!Na skupinu půjdu určitě, ideal je ale něco dříve, úzkosti se rozjíždí. Budu hledat, diky moc.kdyz nenajdu, mám ještě tu psycholožku z léta, to je pravé taková mamca, ale asi lepší, než nic.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 17/08/2014 11:48

Určitě je to dobrý nápad.Můžeš ji požádat o změnu přístupu k sobě.Možná že neví,že jsi připravena ke konfrontaci sama se sebou.Možná,že čeká na to,že jí to navrhneš sama.Pokud bude souhlasit-JE PRO TEBE DŮLEŽITÉ,ŽE TĚ NEKONFRONTUJE ONA,ŽE TI POMÁHÁ NAVÁZAT VZTAH SAMA SE

SEBOU-SE SVÝM AUTENTICKÝM JÁ.S TÍMTO PŘÍSTUPEM,MÁŠ MOŽNOST ZVLÁDNOUT HLAVNĚ TY BOLESTNÉ POZNÁNÍ SAMA SEBE.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Helena - 17/08/2014 17:54

Dano,
jak to tady tak pročítám,patříme sem obě.Jen možná Vy si to ještě neuvědomujete.
Je totiž úplně jedno, kolik toho pijete.A už vůbec nechápu Vašeho doktora, který řekne, že Vám Vaše inteligence a charakter nedovolí atd.-Co to je inteligence a charakter???
Je mi 65 let a už jsem něco zažila,opravdu si myslíte, že alkoholici jsou jenom ti(např.bezdomovci),co se někde válí?Ano, oni jsou lépe vidět a my, ke kterým se taky díky vzdělání a práci počítám to umíme lépe tajit.Ale výsledek je stejný,alkohol si nevybíá!
Mě pomohla moje doktorka, a hodně dlouho mi trvalo jí všechno)ale opravdu VŠECHNO říct), do dneška slyším její slova, Vy při Vaší inteligenci byste dobrovolně nepila jed,už jsem měla hodně špatné jaterní testy-určitě věděla proč.!
A ještě něco, co možná máme společného. I já jsem měla problém s otěhotněním-zažila jsem si spoustu bolestí, operací, lázní atd. a nakonec jsme se rozhodli pro adopci. Ani to nebylo za totáče jednoduché(což Vy nemůžete asi pamatovat), ale dneska máme krásnou dceru, která nám všechno vynahrazuje(naroldila se v roce 1983).
A poslední věc Dano, všechny úzkosti, a paniky úplně přestaly s úplně přestáním pití-věřte mi, držím Vám palce
Helena

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 17/08/2014 17:58

Možná Dano už bude s lékařkou komunikace jiná, přiznáváš, že máš problém s pitím, změnila jsi se za tu dobu.....

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 17/08/2014 18:21

Heleno, moc dekuji. Totac pamatuji, ale měla jsem vzhledem k veku jiné starosti. Dekuji za praní. Za par týdnu to budou 3 měsíce po potratu, tedy i čas se zamyslet, co dal. Libo, já usla pidi krok - nepiju přes den, kdyz o víkendu překročim lahev, vím, ze je zle. Kdybych měla normální historii, jsem pijan.Ted se zhoršují úzkosti, snad neupadnu. Ale můj postoj k alkoholismu se změnil hodne. Dřív to pro me bylo mít úrazy, ztrácet věci, nevstat do prace. Tak jsem se utesovala, ze to se mi nestává. Ted už mám hranici jinde.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 17/08/2014 18:26

Pravda je, ze slyšet spontánně od někoho, kdo me zná, ty už tak nechlastas, co?, je super pocit!!!!

==========

Re: Můj příběh
Vložil A.J. - 22/08/2014 20:20

Zdravím zase po nějaké době..u mě zatím vše při starém. V tom to týdnu zatím pouze 2 dny bez alkoholu, zbytek provázen klasickým množstvím piv. Dnes střik z 400ml vína...

==========

Re: Můj příběh
Vložil Dana - 23/08/2014 13:11

---

a.j. Jsme na tom podobně. Jen ja dřív chlastala víc, ted ty dvě dvojky denně, víkend tři, jeden den bez alka. Chtělo by se to hecnout :huh:

==========

Re: Můj příběh
Vložil A.J. - 23/08/2014 13:41

Taky jsem dřív chlastala až moc..na jednu stranu jsem ráda, že už teď nemám potřebu pít víc než je ta obvyklá míra, na druhou stranu vím, že i to málo mi nedělá dobře... Hecnout se můžu, nejdýl jsem to vydržela 3 měsíce, to už je 2 roky zpátky. Od té doby to bylo max pár týdnů nebo dní:-/

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 23/08/2014 19:26

Právě jste mi připomněli doby,kdy jsem pití dokázala korigovat a zastavit.Zamyslela jsem nad tím,jestli bych byla ráda,když bych si jednu skleničku dokázala uhlídat.Upřímně řečeno,nestálo by mi to za to.Vůbec nic bych z toho neměla,žádný požitek ani úlevu,netož uvolnění.Naopak.Byla bych velice napjatá a na pozoru,abych to uhlídala.Dělat si dobře,abych se cítila blbě?To mi nedává žádný smysl.

==========

Re: Můj příběh

Vložil A.J. - 23/08/2014 19:55

_____

Tady je právě ten problém. Já to mám ráda, přináší mi to příjemné pocity a nemá to žádné negativní dopady..Ničí mi to zdraví, ale nijak to nepociťuju... To je ten průšvih

==========

Re: Můj příběh
Vložil Luděk - 23/08/2014 21:15

_____

Mám to taky tak...

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 24/08/2014 06:07

_____

Zatím to tak máte, ale věřte, že bude s pitím hůř, a hůř.

==========

Re: Můj příběh
Vložil petrch - 24/08/2014 09:07

_____

Zajisté že bude.

Ale to může být s kouřením, dokonce se můžu bát, že když pojedu na služební cestu srazí mě náklaďák, tak radši nikam nepojedu, budu sedět doma a modlit se, aby nebylo hůř..tak asi tak

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 24/08/2014 11:08

_____

Kouření je také závislost.Můžeš onemocnět.Ovšem nevypatlá ti mozek,tak, abys nepřiznal,že už jsi nemocný.V tomto je propastný a záludný rozdíl.

==========

Re: Můj příběh
Vložil petrch - 24/08/2014 12:30

_____

Každý boj, vyhraný nebo i prohraný nás posiluje pro ten další..Někdo musí unést řadu porážek než dosáhne vítězství

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 24/08/2014 13:37

_____

U alkoholismu je problém, že když člověk přizná svou nemoc, je už ta zle, že nemá sílu střízlivět, většinou umírá.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Ja - 24/08/2014 13:43

_____

petrch napsal:
Každý boj, vyhraný nebo i prohraný nás posiluje...

Petrch,
Ty - si pokojne bojuj, hoci aj s veternými mlynmi a posilňuj! (Ego)
(pokiaľ máš ešte čas) :P

Pre mňa alkohol už nie je súper. Alkohol iba je, a pritom dokážeme existovať nezávisle od seba a na sebe, jeden bez druhého. ;)
Niet víťaza - ani porazeného! OBAJA však pritom reálne SME!!! :)

==========

Re: Můj příběh
Vložil petrch - 24/08/2014 15:47

_____

Ja napsal:
petrch napsal:
Každý boj, vyhraný nebo i prohraný nás posiluje...

Petrch,
Ty - si pokojne bojuj, hoci aj s veternými mlynmi a posilňuj! (Ego)
(pokiaľ máš ešte čas) :P

Pre mňa alkohol už nie je súper. Alkohol iba je, a pritom dokážeme existovať nezávisle od seba a na sebe, jeden bez druhého. ;)
Niet víťaza - ani porazeného! OBAJA však pritom reálne SME!!! :)

já:prozrad nám kolik Ti je, jak dlouho si chlastal a kolikrát si skončil v pakárně, že si ted tak chytrej.Díky

==========

Re: Můj příběh
Vložil Ja - 24/08/2014 18:07

---

petrch napsal:

já:prozrad nám kolik Ti je,... že si ted tak chytrej.Díky

Peter,
ak si aspoň spolovice taký IT-šikovný a zručný,
ako si už prepitý,tak si to v mojich príspevkoch vyhľadáš/nájdeš.
Stručne som už na to odpovedal respondentke Danke.
Zahraj sa na Foxa Muldera a vyhľadaj si to! :P

Répétition:
;)

==========

Re: Můj příběh
Vložil Lenka - 26/08/2014 18:32

A.J. napsal:
Tady je právě ten problém. Já to mám ráda, přináší mi to příjemné pocity a nemá to žádné negativní dopady..Ničí mi to zdraví, ale nijak to nepociťuju... To je ten průšvih

To jste přesně popsala i moje pocity. Přesto nebo právě proto mě stále "láká" ta pomoc AA. Roky utíkají a nic se nemění :-(U praktické lékařky si nejsem jistá objektivní pomocí, nevím.

==========

Re: Můj příběh
Vložil A.J. - 26/08/2014 19:05

Pojďte se se mnou někdo hecnout nějak to zkusit. Jsem zatím 2 dny bez pití, chci dát za tento týden max 1 lahev vína. Zjistila jsem, že se mi to líp dodržuje pokud vím, že pít můžu když bude nejhůř (ten limit 1 lahve), příští týden si dám limit 2 piva...uvidíme..

==========

Re: Můj příběh
Vložil Bety - 28/08/2014 20:04

Jdu do toho s tebou...Jak jsi na tom?

==========

Re: Můj příběh
Vložil A.J. - 28/08/2014 20:08

_____

od pondělka 1 pivo...co Vy?

==========

Re: Můj příběh
Vložil honzis - 28/08/2014 21:17

_____

Ahoj,na toto musím reagovat a zklamat tě,protože to takto nefunguje.Omezovat chlast a nezakázat si ho je zcestné.Mozek ví,že svou dávku dostane.Nic se tím vlastně nemění.Sekni s tím na tvrdo a dej si šanci.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Luděk - 29/08/2014 03:43

_____

Já jsem slyšel, že ze zkouší nová metoda odvykání pomocí snižování dávek. takže nemusí být nutná okamžitá a absolutní abstinence. Jaké jsou s tím výsledky, to nevím.
Jinak za mě v úterý 1,5 litru vína plus tři borovičky (hrůza), ve středu sedmička vína a tři piva a dnes necelá sedmička vína a tři pivka. Zítra mě čeká pařba s kamarádem, kterého jsem neviděl rok, tak to snad nějak ustojím... no příklad si ze mě neberte.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Bety - 29/08/2014 17:07

_____

Já si myslím, že to co se osvědčilo jiným, a klidně i většině, nemusí nutně platit pro všechny. každý jsme originál. Pokud všem tady pomohli AA a naprostá abstinence ze dne na den, Ty to můžeš mít úplně jinak.
Já jsem měla od začátku týdne 1 lahev vína a cítím se dobře. Pro mě to znamená pokrok a každý ať si říká co chce.
Pěkný pátek všem!

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 30/08/2014 05:19

_____

Jestliže jsi alkoholička, nedokážeš kontrolovaně pít, týden ještě neznamená, že svou dávku vydržíš.Věř, že bych ti to přála, jenže zkušenosti tisíců alkoholiků, co toto zkoušeli před tebou, jsou takové, že dávky

alkoholu zvyšovali, a stejně měli velký problém s pitím.Časem na to přijdeš.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 30/08/2014 07:52

Luďku zkouší se jestli léčba kontrolovaného pití by byla možná.V léčebnách(ne ve všech)se k tomu vybírají vhodní kandidáti,kteří se dotali se závislostí do počáteční fáze.Je to ovšem za pomoci podpory léků,které by měly zabránit následnému rozpití a za pomoci odborníků(lékařů).Výsledky tohoto zkoumání ještě nejsou zveřejněny.Pro alkoholiky, kteří mají rozvinutou závislost do některé z dalších 3fází tohoto schopni nejsou a nikdy nebudou-toto už je potvrzeno!

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 30/08/2014 07:56

Jistěže každý člověk je individualní.Jinak snáší,jinak reaguje.Ovšem závislost je jedna,má svoje pravidla,svoje fáze pro všechny závislé.

==========

Re: Můj příběh
Vložil A.J. - 30/08/2014 17:37

Já respektuju názory a zkušenosti většiny ale musím přiznat, že s Bety souhlasím. Mě prostě pomáhá když vím že můžu, špatně se mi funguje se zákazy. Já už hodně let dávky snižuju, z těch litrů alkoholu denně co jsem pila před 10 lety se postupně stávalo míň a míň, 3 piva denně, 2 piva denně, 1 pivo obden. a necítím díky tomu žádné negativní odvykací pocity. Není to pro každého, vlastně, těžko říct jestli to je vůbec pro někoho jiného než jsem já, ale já si tím jsem jistá. Zkusila jsem přestat ze dne na den...to prostě není pro mě.
Jinak moje aktuální bilance: 2 piva za týden. A nemám ani chuť.

==========

Re: Můj příběh
Vložil anoine - 30/08/2014 23:33

Mne se A..J. se zakazy funguje stejne.Take jsem to,stejne,omezila.Problemy,ktere jsem mela drive(a byly velke)uz nejsou.Ze zacatku jsem z toho byla "nadsena",ale posledni dobou (par tydnu) se mi stava to (naprosto pravidelne),ze se mi opet dostavily "moralni kocoviny"....Je fakt,ze jsem si rekla,ze od zari prestanu pit uplne.Tak nevim,jestli to nahodou neni tim,ze ten muj (mrcha) mozek to vi...

==========

Re: Můj příběh
Vložil anoine - 30/08/2014 23:56

A opravdu mi staci,posledni dobou,dat si "neco" vubec.Nechapu to.Drive jsem se "ozirala",ac jednou za cas(s problemy),jak "zakon kaze".Dnes mi dokonce vadi to (a mam z toho vycitky),kdyz si dam cigaretu (alkohol mam spojeny s cigaretami,nejsem schopna vypit cokoliv bez cigarety)....Dnes uz mam "problem" i s tim,kdyz kourim (a to kourim hodne) i ke kave...Vbec to nechapu...

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 31/08/2014 13:21

Protože mně šlo o život, nezakázala jsem si přestat pít, ale chtěla jsem přestat, což je asi rozdíl.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Helena - 31/08/2014 13:40

Libo,
i mě šlo o život, srandičky typu já to zvládnu, dvě-tři decky, jedno pivo-kravina.Žádný alkoholik to takhle nemůže zvládnout a kdo si to myslí, tak i na něj dojde.
Helena

==========

Re: Můj příběh
Vložil Kira - 31/08/2014 14:21

Tiez som skusala pit kontrolovane, ale bola to blbost, suhlasim s helenoT, ze toto nedokaze ziaden alkoholik.Teraz nastastie to tiez citim tak, ze pit nechcem a nie ze si nieco zakazujem. Keby si to zakazujem, asi by to funogovalo len na chvilu, lebo bed to pozname vsetci, ze zakazane ovocie chuti najlepsie..

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 31/08/2014 17:33

A jak je ta střízlivost bezvadná, co?Už bych neměnila, s alkoholem chvilku opojení, pak zlo, smutek, hnus.Bez něj klid, důstojnost, smích.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Bety - 01/09/2014 18:25

Dnes: půl láhve nealko vína:) Měli jste to už někdy?

==========

Re: Můj příběh
Vložil Petra - 01/09/2014 18:32

Já ano. Koupila jsem si ho, když jsem se snažila "kontrolovaně" pít. Byla jsem fajnšmekr na vína, takže tohle mi přišlo, jako sednout si z BMW do Trabantu.
Navíc, i nealko drinky vyvolávají craving. Jakmile jsem si cucla tohodle, už jsem nepřestávala myslet na opravdové.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Bety - 01/09/2014 18:57

Tak na mě to funguje přesně opačně. Já víno miluju a tohle mě ho tak znechutilo, že na alko už chuť nemám:)

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 01/09/2014 19:08

Proč se zbytečně dráždit, a ještě hnusem.Za mého pití takové víno nebylo.A nyní si lahví nevšímám, ať je!

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Morisová - 02/09/2014 18:42

Ahojte, myslim si, že to snižování alkoholu se týká jen alkoholiků v odvykačce - tj. krátkodobě. Snižují se tak nesnesitelné abstinenční příznaky. Pokud je člověk pijan, asi může pít kontrolovaně, jednou za čas se i opít. Podle mě, ale pokud je alkoholik, tak pít nesmí, to je známá věc. Protože jak si čuchne, tak jede :)

==========

Re: Můj příběh
Vložil Karel Preisler - 03/09/2014 04:30

Zdravím všechny. Jen jsem tak zběžně přečetl pár posledních příspěvků a píše se zde o tom, že abstinující alkoholik již nikdy nesmí pít. To vůbec není pravda!!! Já abstinuji cca 3 roky a postavil jsem si to jinak. Já si můžu dát pivo klidně třeba hned teď, nikdo mi to nemůže zakázat, ale já NECHCI a to je pro mě obrovskej rozdíl. Můžu, ale nechci...

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 03/09/2014 04:52

Jasně, nikdo ti Kájo přeci nemůže zakázat pít, a to že nechceš pít, je ta výhra, síla.Ta pravá abstinence.Nesmím-křeč, nechci-svoboda.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Kira - 03/09/2014 14:48

Aj ja som to tu uz niekde pisala, pokial som si hovorila, ze nemozem, tak som tym trpela. Ale nieco sa vo mne zmenilo a uz to citim tak, ze keby chem, tak si dam, ved nikto mi to zakazovat nemoze, ale ja uz proste nechcem a takto to funguje skvele, Naozaj to nepocitujem ako utrpenie, ked vsetci okolo mna piju. preto ze keby chcem, mozem si dat aj ja, ale ja nechem. Zijem v krajine, kde sa vino pouziva miesto vody a kazdy obed a vecera vsade vino tecie prudom. Ked si dovolim vypytat vodu k jedlu, nejde im to do hlavy, ale uz si vsetci pomaly zvykaju :)

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosova - 03/09/2014 20:37

Já jsem vypustila ze svého života slůvko musím.Jsou věci,které rozlišuju podle důležitosti-ty pochopitelně neodkládám,ale řeším podle pořadí.Zákaz jako nesmím mne irituje,dráždí.Tak jsem začala rozlišovat a vůbec si uvědomovat co chci,co nechci.Tím způsobem se da navázat kontakt s vlastním já.Ptát se co potřebuje,co mi říká.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 04/09/2014 07:30

Já musím spousta věcí, ale nemusím , nechci pít, alkohol je, bude, ať!Mám své vypito, nechci už být

troska, ničit život sobě, dětem, vnukům.Poznala jsem pozdě, co alkohol dokáže z člověka udělat.Představy, že alkoholik je ten, co se válí v příkopě, smrdí...je naprosto mylná.Mám kolem sebe spousta skrytých alkoholiků, rodiny to tají, kvůli ostudě, partneři jsou týráni, děti také,hladoví, a přitom netuší, co alkoholismus je za nemoc.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Jana Mertosová - 04/09/2014 08:48

Já jsem alkoholička.Trpím také SPOLUZÁVISLOSTÍ.Musím mne vždy nahodí k přebírání zodpovědnosti a ostatního za jiné-pokud neřeším a neposlechnu svoje já.Co mi říká,co mi radí.Tudíž zjišťuju že je pro mne důležité toto respektovat ve všech situacích.To mi dělá stále často problém.Tak pro mne zůstává jediné musím.A to je umřít.Ovšem ted´mám prostor učit se žít.Stejně jako přijímat sama sebe ve všech situacích.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Anděla noci probděla - 16/09/2014 09:03

.."můžu, ale nechci"....

ale lidi mě teď minimálně okem kontrolují jak reaguju,když okolí pije...čeká mě rozlučka s létem, nevím jestli tam jít,protože se i zbytek osazenstva dozví o mé závislosti a dozví se to na místě..nebo tam nejít, protože se i zbytek dozví o mé závislosti(budou se vyptávat proč tam tentokrát nejsem) a já se to nedozvím a nebudu o tom vědět... nejsem připravená na to, že se bude drbat... grrrrrrr... Rady "vykašli se na lidi" sice poslouchám,ale jak se zachovat v sobotu nevíím...

nejradši bych si tam před nima dala skleničku,abych je utvrdila v tom, že jsem si vědoma přestupku, co jsem měla v práci,ale mám to "pod kontrolou"..na druhou stranu je mi líto zahodit mých 18 dnů absinence... je tu nějaká morální podpora pro Andělu..??
íky

==========

Re: Můj příběh
Vložil Michal K - 16/09/2014 17:49

Ahoj Andělo, z mé skušenosti, pokud mé pití překročbilo určitou mez, už nikdy jsem ho neměl pod kontrolou, ostatně jako většina lidí,kterým se to stalo a našli odvahu být k sobě upřimní a vystřízlivěli. A pokud jde o druhé lidi, celkem chápu Tvé obavy, ostatně jsem je míval podobné také. Až do chvíle, kdy jsem si uvědomil, že žádný z těch lidí kolem nežije můj život. Onehdy v práci byla velká párty, a kolega ač věděl o mé nemoci (alkoholizmus) mně nutil slkeničku, byl už popitý a že když se s ním nenapiji, tak ho strašně urazím. A já mu jen řekl, že mi je to líto, ale, že on neponese následky co se pak semnou bude dít. A opravdu nikdo na světě mně nestojí za to, vrátit se zpátky do toho pekla nežití. Kdy jsem jen přežíval, pln obav, výčitek svědomí, strachu co zase bude a beznaděje. Chodím mezi Anonymní

alkoholiky, Ti mně naučili a ukázali jak opravdu svobodně žít a jak dát životu ztracený smysl. Ale opravdu nejsem žádný bojovník za střízlivost, ten název na tomto foru mně fakt rozesmál. Jen píši svoji zkušenost a vím že je to na každém, jak naloží se svým životem.
Tak Ti Andělo přeji ať to dopadne co nejlépe ať uděláš cokoliv Michal K alkoholik

==========

Re: Můj příběh
Vložil Anděla noci probděla - 17/09/2014 07:40

Ahoj Michale, díky za reakci.
Přirovnala bych svou současnou situaci k nějaký autohavárii :P ..Když nejde o život a zranění, začíná človět řešit pomačkaný plechy a s tím spojený finanční náklady... Vyhrabala jsem se trochu z depresí (nikoho jsem nezranila) ,zaměřuju se jak můj poklesek vnímá okolí a jak se má ke mně chovat(to jsou ty následky,plechy).
Nejradši bych se někam odstěhovala a začala znovu, na čisto..ale jak jsem někde četla, to je přímo ukázkový případ chování alkoholika, opouští stará přátelství, známé, protože ti už o jeho problému vědí. Hledá nové a pak do toho spadne znovu. Když bych se odstěhovala kamkoli,asi mám smůlu, vědí to už všude :)
Takže díky i za tu poslední větu..je v ní svoboda rozhodnutí, žádný zákaz.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 17/09/2014 08:13

Je pravda, že když jsem začala střízlivět, mizeli moji"přátelé".Stejně jsem si s nimi neměla co povídat, jen ty otřelé kecy, které jsou furt stejné.Našla jsem nové kamarády, nepijí, pořád se s nimi něco zajímavého děje, žiju úplně jinak, daleko lépe.Moderní je nepít.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Anděla noci probděla - 17/09/2014 08:22

"Moderní je nepít"..to se mi líbí!... zkusím se k tomu postavit takhle. Pak už jen zkoncovat s kouřením, škoda, že jsem na to nepřišla tak o 20 let dřív. Sakryš, já mám restů! :huh: ..ale lepší začít pozdě, než nikdy.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Liba - 17/09/2014 08:47

Nespěchej, s alkoholem máš nyní starostí dost.

==========

Re: Můj příběh
Vložil Ja - 17/09/2014 11:07

_____

Anděla noci probděla napsal:
"Moderní je nepít"..to se mi líbí!... zkusím se k tomu postavit takhle. ...Sakryš, já mám restů! :huh: ..ale lepší začít pozdě, než nikdy.

Sakryš! :) ... "Buď moderná/í!!!" ;)(...*prestaň piť/fajčiť !!!*)

==========

Re: Můj příběh
Vložil Anděla noci probděla - 17/09/2014 13:20

_____

já vím, dámy.. postupně ;) , to mi v r.2012 psycholožka už říkala..

==========

Můj příběh
Vložil laďa - 21/11/2014 11:49

_____

dobrý den,prosím o radu která se týká mé partnerky:Začnu tím,že jí v 15 letech vysadily prášky na epilepsii že pry už je
vše v pořádku a ma zakázanou práci v noci.Z počátku jsem bral její opilé vyvádění tak jakože každý někdy ulítne,
ale postupem času se stává stále častěji že se opije do němoty a příjde domů až druhý den ráno,už měla tolik ostudy a
tolik věcí které by střízlivá asi neudělala /nevěra atd./že by to možná dalo na sepsání knihy.neustále někam zdrhá
nějčastěji do pochybných nočních heren a podniků.Doma nacházím schované lahve od piva,které nestihne zamaskovat jinak.např.
ve skříni s jejím oblečením v botníku atd.zhruba před rokem se potýkala s nějakými feťáky až si z tohoto počínání musela
nechat udělat testy v zářízení Riaps.Vždy to má stený scénář,pokud je se mnou tak se dokáže krotit do určité míry a pak
s dalším napitím jako by to udělalo klap a neví co dělá.bez alkoholu vydrží vždy celý týden co je v praci,potom když má
týden volna začíná to tak,že já odjedu do prace na noční směnu a když přijedu tak už poznám že zas někde byla pít.vymluvá
se na kamarádky z prace že prý si byli posedět,ale když se jich zeptám tak mi vždy řeknou že to není pravda.vždy to má
pomalý začátek a nárust, až se to za pár dní dostane do takového stavu že přijde až druhý den ráno opilá nevyspalá
a to je ještě ten lepší případ,ty horší tady popisovat nebudu,už měla několik incidentů z městskou policijí a připadá

my jako by jí to vše bylo málo.byla schopná 3 dny po operaci a po propuštění z nemocnice doslova zdrhnout do nočních podniků
a potom opilá zaůtočit i na svoje rodiče,kteří jí kvůli tomu samozřejmně vynadali.za střízliva je to zlatá ženská
ale jak si někde dá 2 piva rozjede se kolotoč pití až do rana.potom se neustále omlouvá,že s tím přestane že už to nikdy
neudělá,ale opak je pravdou.dřív bylo tak jednou za dva měsíce,teď už klidně dvakrát do týdne a vždy když nejsem doma.
několikrát už sem jí sháněl a jednou sem jí nechal hledat policií protože když nebyla 48 hodin,tak už se mi to zdálo
opravdu hodně.ve své opilosti říká a dělá věci které by nikdy za střízliva neřekla a neudělala.V poslední době je pořád
podrážděná a každá maličkost jí dovede rozhodit tak jako kdyby mělo něco vybouchnout.Myslím si že je závislá na alkoholu,
ale á na to nejsem odborník tak vás touto cestou prosím o nějakou radu.možné sem spíš blbec,že se s ní ještě zahazuju,ale
chci jí touto cestou a s nějakým odborníkem pomoc.trvá to už 5 let.děkuji za radu a odpověd.

==========

Re: Můj příběh

Vložil anonym - 21/11/2014 22:19

Jednu radu bych měl - najít si jinou partnerku, tohle je síla.

==========