To už není sranda:(
Vložil Pepa - 08/03/2011 13:39

Zdravím, dlouho čtu tenhle web, vždycky jsem myslel, že to zvládnu, ale teď fakt ne:(Jestli to někdo bude číst, popovídám svůj příběh, potřebuju pomoct

==========

Re: To už není sranda:(
Vložil Liba - 08/03/2011 13:47

Pepo, čteme to, jistě.Vypovídej se.Už to sranda fakt asi není.

==========

Re: To už není sranda:(
Vložil Pepa - 08/03/2011 13:51

---

nevím, čím začít a mám strach, že to přečte zaměstnavatel nebo rodiče:(nemluví ze mě absťák ani chlast

==========

Re: To už není sranda:(
Vložil Pepa - 08/03/2011 14:00

---

omlouvám se, ale toto jsem musel smazat

==========

Re: To už není sranda:(
Vložil Pepa - 08/03/2011 14:06

Popovídám Vám večer, teď na to bohužel nemám čas a mám strach z kontroly. Díky

==========

Re: To už není sranda:(
Vložil Pepa - 09/03/2011 09:29

Po měsíci zase další absťák. Nevím, čím začít, je toho strašně moc. Nedokázal jsem přestat ani kvůli přítelkyni, proto jsem o ní přišel. No a od té doby to bylo čím dál tím horší. Minulý rok v květnu jsem to

musel říct rodičům a začal to řešit. Od té doby už nepiju, ale cca jednou za měsíc se opiju. A to nechci, ale nevím jak to udělat, vždycky si řeknu, že jednou to nevadí, pak piju 2 dny. Snad pomůže, když Vám tady každý týden napíšu, že jsem to zase týden vydržel, jinak opravdu nevím. 9.3.2012 chci říct: už rok ani kapku. Držte mi palce

==========

Re: To už není sranda:(

Vložil martinab - 09/03/2011 21:22

Pepo, držím vám palce, ona to se závislostí na alkoholu není nikdy sranda, přemýšlejte o tom v jaké situaci se vždycky opijete a pak se radši preventivně vyhýbejte takovým situacím.

==========

Re: To už není sranda:(

Vložil Liba - 10/03/2011 05:12

Situací je tolik, že se jim nevyhne, nebo si nějakou vymyslí.Chce to nějakou podpůrnou léčbu, sám to nikdo nezvládne.AA!!

==========

Re: To už není sranda:(

Vložil Pepa - 22/03/2011 14:40

Zdravím všechny, je to skoro 14 dní, co jsem neměl ani kapku. Zatím to jde dobře, nemám na to ani chuť. K předchozím příspěvkům: situace, kdy mám chuť se napít, jsou asi dvě, nuda a dojeb. S tou první, to už jsem se naučil, najít si něco jiného a nezabíjet nudu pitím. Navíc mám docela dost práce tak na to ani nemám čas. Ale ta druhá situace, tomu se asi do konce života nevyhnu. Například teď mě křivě obvinili z krádeže, málem zbili a v podstatě okradli o 250 korun, takže jsem na tom s náladou dost blbě, a jediné co mě napadá, je si jít něco koupit a napít se. "Naštěstí" to nejde, protože mám ještě večer schůzku s klienty. Ale kdybych měl volno...nevím. Poraďte mi prosím, jak si zlepšit náladu, nebo spíš: jak přestat myslet na špatné věci bez toho, aniž bych přestal myslet vůbec v důsledku intoxikace alkoholem. Díky Pepa

==========

Re: To už není sranda:(

Vložil martinab - 22/03/2011 15:15

člověk si má umět dělat radost z maličkostí, já mám radost z toho že dnes svítí super sluníčko a zima už je snad nadobro pryč :-), zkuste to taky

==========

Re: To už není sranda:(
Vložil Liba - 23/03/2011 14:34

Je to tak!Je tolik věcí kolem nás, co je radost na ně koukat, pohladí, potěší, já si vždycky ještě řeknu, jak je bezva, že nepiju, aspoň tu krásu vidím, opilá bych jí nevnímala.Někomu může udělat dobře jídlo, muzika, film, tisíc věcí.Takže úsměv a je to!

==========

Re: To už není sranda:(
Vložil Richard Abraham - 27/03/2011 01:01

Pepo super! Vykašli se na to úplně a uvidíš jak ti bude dobře. Ztratil jsi kvůli chlastu i holku.....to je bída, co? Stojí to za to? Sračka co ničí játra, bolí druhý den hlava, špatná nálada..... Život bez alkoholu je paráda....
Držím ti pěsti chlape! Já skončil z minuty na minutu. Prostě jsem se ráno probudil a řekl si - seru na to...všeho dočasu Richadre...tak jsem fakt skončil a je to rok a měsíc a je mi výborně.....jen ten detox byl strašný.....nikdy už to nechci zažít.
Richard Abraham, Hořovice

==========

Re: To už není sranda:(
Vložil Liba - 27/03/2011 05:21

Říšo, vše zlý je k něčemu dobrý, bylo nám moc blbě, aspoň si to pamatujeme lépe.Už nám tak nebude, doufám.

==========

Re: To už není sranda:(
Vložil mirka - 04/04/2011 14:54

Hej drž se chlape!!! :cheer:

==========

Re: To už není sranda:(
Vložil Peepa - 11/05/2011 13:36

---

do teď to šlo, žádný problém 2 měsíce. Ale teď jsem byl s bráchou na oslavě, zase sem se napil a nedokážu přestat

==========

Re: To už není sranda:(
Vložil Pepa - 11/05/2011 13:37

---

do teď to šlo=ani kapku!

==========

Re: To už není sranda:(
Vložil Liba - 11/05/2011 13:41

Stalo se,! nic se neděje,! začni znovu!Klídek, už víš, že to vydržíš, a bude dobře.

==========

Re: To už není sranda:(
Vložil Dáda - 11/05/2011 22:31

Pepo držím palce ! Půl roku už po léčebně abstinuji, dalo mi to hodně práce zjistit proč piju, kdy piju, jak to nahradit, nestýkat se s lidmi co pijí.... no prostě spousta věcí na kterých jsem zapracovala a je mi mooooc dobře :-) tak jako už mnoho let ne. Není to ale zadarmo, musíme tomu něco obětovat a nebát se si nechat pomoci.

==========

Re: To už není sranda:(
Vložil Mova - 28/05/2011 12:02

---

zjistit proč piju, kdy piju a jak to nahradit a nestýkat se s lidmi co pijí, to vážně v léčebně dokážou??

==========

Re: To už není sranda:(
Vložil Jana Mertosová - 17/01/2012 19:12

---

ahoj.napadla mne jedne příznačná věc.Nemůžu přestat ani kvůli(své ženy,přítele,dětí...Ttoto mne může trochu vzpamatovat.Jen přestat pít musím vždy především a hlavně kvůli sobě a vždycky jen pro sebe.Celý problém mého abnormálního,nenormálního či alkoholického pití.Celý problém je vždy ukrytý ve mně a tam ho musím později také vždy hledat.
Co jsem přestala pít já sama?Uvědomila jsem časem,že toto je opravdu první věc,kterou dělám jen sama pro sebe a za sebe.Toto bylo opravdu mé vůbec první důležité rozhodnutí,které jsem v životě učinila.Uvědomila jsem si vlastní zodpovědnost za svůj život a také za způsob svého života,který jsem vedla a který chci změnit.Změnu můžu provést jedině tím,že toužím opravdu přestat pít.Změnu můžu učinit jedině tehdy,když si přiznám celou svoji alkoholickou nemoc.Protože alkoholismus je v podstatě nemoc duše člověka,která,když se neléčí přejde v onemocnění celého těla.Bohužel touto nemocí trpí a

často onemocní celé okolí(ti nejbližší)-at´už strachem,úzkostí,nepatřičnými výčitkami svědomí,pocitem marnosti a beznaděje.

==========

Re: To už není sranda:(

Vložil Pepa - 19/05/2013 04:15

Zdravím všechny. Už je to dlouho, co jsem tady psal. Předtím jsem zase začal pít, tak jsem sem radši ani nechodil:(Málem jsem kvůli tomu nedokončil bakalářské studium. Možná by mi to pomohlo, kdybych to nedal, ale já jsem zamakal a zvládl to. No a pak mi zas nic nebránilo pít. V listopadu jsem se rozhodl jít do centra pro pomoc závislým a dostal jsem antabus. Nejdřív jsem měl strach tam jít, naštěstí jsem už to slíbil taťkovi a bylo mi ještě pořád strašně blbě, tak jsem moc nepřemýšlel, neměl jsem jinou možnost než tam jít. Měl jsem i strach z jaterních testů. Nakonec tam byly strašně fajn doktorky i sestry, takže tam teď chodím docela rád. Už je to půl roku co nepiju a nějak mi to nechybí. Trochu mi pomáhá asentra (sertralinum), beru 25mg denně. Po půl roce jsem měl i jaterní testy v normálu. Samozřejmě nemůžu chodit na akce, kde jsou všichni opilí. Ale jsou i jiné akce. Nevím, co bude za půl roku. Paní doktorka říkala, že antabus budu brát rok, a pak mám dál abstinovat. Jasně, nebudu dál pít, ale pořád nad tím přemýšlím, až nebudu mít antabus, co mi zabrání dát si třeba jenom jedno pivo? Myšlenka na to, že by to nikdy u jednoho piva nezůstalo a bylo by to zase jako předtím? Nemyslím hned až vysadím antabus, ale třeba za pár let. Přemýšlím tak do budoucna, momentálně nemám nějakou akutní touhu pít, že kdybych neměl antabus tak se napiju. Během toho půl roku co se léčím jsem musel na měsíc vysadit a všechno bylo jako kdybych to pořád bral.

==========

Re: To už není sranda:(

Vložil Liba - 19/05/2013 05:21

Pepo, nemysli na to, co bude za pár let, makej na sobě nyní.Měl bys zajít na AA, naučit se žít vedle alkoholu.Motivací, zkušeností tam seženeš dost.Anatabus není lék.

==========