

Moje priznani,ktere mi pomuze.

Vložil Jana - 22/03/2017 13:01

Rozhodla jsem se do toho jit sama,tak se musim vypsats tady,kdyz se nechci vypovidat nekde na sezeni. Dekuji,ze me neodsoudite.

Ahoj,je to zpatky ctyri roky,co jsem mela hospodu a tim to vse zacalo. Ale i pred tim jsem sw opijela,ale ne kazdy den. Tady jsem do toho padla,protoze kdyz vsude zavreli,tak ja prebehla ulici a mela jsem vseho dost. Kazde probuzeni jsem si rekla,uz dost,jenze po otevreni hospody to slo nejdriv malym pivem a pak uz se to hrnulo. O cigaretach nemluvim. Hospodu jsem zacala utapet,zacala jsem si pujcovat a casem mi zacalo vse dochazet. Snazila jsem se to omezit,ale jakmile me.pritel rekl,ze jde na.pivo,hned jsem chytla slinu a sla s nim,nebo si nechala pivo donest domu,aby me nikdo nevidel. Toto jsem delala i v tehotenstvi,za coz se dodnes nejvic biju do hlavy,ale porodila jsem nastesti pred rokem a pul zdravou holcicku. V porodnici zadnej problem,zadna chut. Prijela jsem domu a uz to jelo nanovo. Strasne jsem se chtela zmenit,ale pritel me nepodporoval. Konecne po roce a pul,kdy jsem opravdu triskla do stolu tak se vse meni. Prvni vec: zbavit se hospody-nekonecneho prijmu alkoholu. Doma se uz nekouri,tudis neni chut na pivo a tim padem se chodi spat uz v devet vecer a ne ve ctyri rano. Ja jsem i prestala kourit uplne,pritel si obcas zapali,ale misto dvou krabicek denne mu staci jedna na tri dny. Uz par dni me svedi cely telo,asi ten "binec" ze me odchazi. Drzte me palce,zatim mam tak silnou vuli a mam naslapnuto,ze to zvladnu sama. Mozna jsem alkoholik nebyla,ale urcita zavislost u me vybudovana byla. Sama nevim. Rozhodne to chci ukoncit. Tak se jeste jednou omlouvam,ale tuhle vec nikomu blizkymu rict nemuzu,tak jsem pouzila toto forum,kde me to vyliti srdicka mozna pomuze k dalsimu kroku prestat pit.

=====

Re: Moje priznani,ktere mi pomuze.

Vložil Kleris - 22/03/2017 13:53

Pěkné rozhodnutí, stůj si za tím. Já si tedy netroufám nikomu radit...ale to, že je holčička zdravá a k světu, je bezvadný. Važ si toho, co máš a už nevyblbuj. Ve slabých chvílích použij rodinné štěstí jako motivaci. Pěsti držím velmi.

=====

Re: Moje priznani,ktere mi pomuze.

Vložil rosnička - 22/03/2017 15:53

Ahoj...mám to nějak podobně. Vždycky jsem si ráda vypila, jen já nepila ani v těhotenství ani, dokud byli kluci malí. Pak nástup do práce a jelikož jsem dělala v obchodě, kde je alkoholu až dost..tak to jelo. Myslela jsem si, že, když změním práci...tak to přejde. Bohužel pije se všude. U mě taky nikdo neví, že jsem na tomhle fóru, ale dost mi to pomáhá...mám pocit, že v tom nejsem sama. nakopává mě to a věřím, že tentokrát to víjde. Radit někomu..na to nemám právo, ale třeba ti to taky pomůže :)
Držím palce

=====

Re: Moje priznani,ktere mi pomuze.

Vložil Jana - 22/03/2017 19:33

Ahoj,muzu tykat?

Dekuji za podporu. Budu se snazit. Zjistila jsem,ze nikdo me nepomuze,ze musim sama. Na odvykacku jsem jit nechtela kvuli dceri a ta jedina me dava fakt silu to zvladnout. Pokud to zvladnu,jakoze si.myslim,ze ano,tak budu na sebe hrda. Jen nejhorsí jsou blizici se vecery.... To prichazi ty myslenky sami na to pivo,ale drzim se. Verim si.

=====

Re: Moje priznani,ktere mi pomuze.

Vložil Rachel - 23/03/2017 09:40

Velmi velmi drzim palce. Já mam taky nejhorší večery. asi většina.. přes den se mam skvěle bez kočky, pak kolem 5-6 u mě přijde propad energie, nic se mi nechce, a dostanu chut se napít..takové dvojčička červeného jenom přece.... :laugh: Vím že jak bych se napila, hned by to odpoledne bylo krásnější :laugh: :cheer: :woohoo: ale pak to ráno....a celej den v prčících... U mě pomáhá si to odpoledne.navečer vyloženě naplánovat. Večere, kde musim řídit, sauna, kino, doma film, pohádka, něco si zahrát....to pak jde! Hodně sil!

=====

Re: Moje priznani,ktere mi pomuze.

Vložil rosnička - 23/03/2017 10:12

Souhlasím s Rachel....naplánovat.

Já mám jógu...a jiné aktivity.

Pokud jedem na nějakou oslavu...řídím. Chodím brzy spát, abych nemyslela na pití. Když to na mě přijde...myslím na další ráno...ty jsou super. Držím palce :)

=====

Re: Moje priznani,ktere mi pomuze.

Vložil Žilinčan - 23/03/2017 10:49

Mne sa páči to optimistické oznamujúce "ktere mi pomuze".:-)

=====

Re: Moje priznani,ktere mi pomuze.

Vložil Jana - 23/03/2017 15:33

Tak pro me je potreba se z toho vypovidat,pak je mi lip. S okolim o tom mluvit nemuzu. No muzu,ale stydim se za to,tak,Iroc si nemuzu pomoct touto cestou?

=====
Re: Moje priznani,ktere mi pomuze.

Vložil rosnička - 23/03/2017 15:44

Jani, i pomáhá o tom mluvit...asi to ženy mají jinak. Dlouho jsem si tu jen četla než jsem se přihlásila. A je mi líp. Mám manžela, který si taky rád vypije...takže nevidí, že mám problém(pokud se teda úplně nezřídím). Ale já už takhle nechci a proto jsem tu. První krok je přiznat si problém..no ne? :)

=====

Re: Moje priznani,ktere mi pomuze.

Vložil Jana - 23/03/2017 16:15

Ano,to je asi pocatek uspechu. Priznat si,ze uz to nemam pod kontrolou.

=====

Re: Moje priznani,ktere mi pomuze.

Vložil rosnička - 24/03/2017 17:51

Jak se daří? Zvládáš to...? :)

=====

Re: Moje priznani,ktere mi pomuze.

Vložil Jana - 06/04/2017 23:33

Ahoj,myslim,ze jsem se hodne zklidnila. Na pivko zajdu max 2x do tydne,dam si tri a jdu v pohode domu. Nemam problem s tim,ze bych si brala dalsich pet na dopiti doma. Takze uplne jsem neprestala pit pivo,ale panaky vubec nepiju.Takze jako normalni spotrebitel. Tak snad to tak zustane. Byla bych rada a citim se na to. Hlavne me zacal bavit vic zivot. Planuju si,co udelam na snidani,k obedu,prochazky,vylety. A to vse bez kocoviny apod.

=====

Re: Moje priznani,ktere mi pomuze.

Vložil pert - 07/04/2017 07:13

Čas ukáže jestli to tak zůstane. Prožila sis svoje, ale ještě zřejmě málo. Na tomto fóru je hromada příspěvků jak končí jakékoliv snahy o kontrolu. Nějakou dobu to půjde, třeba rok, mně to taky šlo, jen se závislost prohlubuje. Je ti teď líp, ale jak užs měla před tím ty myšlenky na alkohol, chutě, tak tvůj mozek bude potřebovat časem větší dávky. Pití bude nad tebou postupně přebírat kontrolu, ovládat tě.

Je těžké se něčeho vzdát, páru těch blbých piv, prostě tam musíš, za jakoukoliv cenu, co bys jinak dělala, když ne hospoda?

Můj názor, asi to jen tak přejdeš nebo se našteješ jak někteří tady, kteří to nechtějí slyšet - mají to přece pod kontrolou, jsou jen konzumenti, pijani. Nebo se třeba víc nad sebou zamyslíš.

Hodně štěstí, dej vědět :)

=====

Re: Moje priznani,ktere mi pomuze.

Vložil Žilinčan - 07/04/2017 07:57

Konzumenti, pošlite potom selfíčka "som v hospodě a som úplne v pohodě", každý predsa popíja a nemáte sa za čo hanbiť. :-)

PS: Názov "které mi pomůže" ma stále fascinuje, ale očividne funguje, Jana je vyléčená, halelúja! :-p

=====

Re: Moje priznani,ktere mi pomuze.

Vložil rosníčka - 08/04/2017 06:59

Vyléčená...??? Kéž by to fungovalo, tak jednoduše. A pokud ano, tak si žádný problém neměla. Jak už napsal Pert....jak už si jednou měla ty myšlenky a chutě na alkohol, tak tě to jen tak nepustí. :dry: Držím palce...všem. a přeji hezký víkend :)

=====