

Mladá alkoholička?

Vložil Ludmila - 25/08/2011 23:13

Dobrý den,

od různých lidí poslouchám, že mám problém s alkoholem, do nedávna jsem se vmlouvala na to, že jsem prostě mladá (můj věk je 19) a že lidé v tomto věku tohle dělají. Ale uvnitř jsem věděla, že je to jen výmluva, že na ten alkohol prostě mám chut. Není to tak, že bych pila každý den, většinou jen o víkendech a přes týden občas na pivko, ale jde mi o to, že jsem třeba venku a říkám si, že bych se opila. Také piju proto, že mi alkohol dodává odvalu se bavit s lidma, normálně za střízliva nejsem příliš schopná se s lidma bavit a nějakou tou promílí v krvi mi to jde lépe. Také mi vadí, že když piju po každé to skončí, tak že se opiju do mrtva, buď si nic nepamatuju nebo jen některé ústřížky. Snad nikdy jsem se neopila jen tak do nálady. Nečekám, že mě z toho problému dostanete jen žádám nasměrování jak dál. Děkuji

=====

Re: Mladá alkoholička?

Vložil Ctirad - 26/08/2011 01:02

Ahoj,

mám to asi trochu podobně. Je mi 23 a poslední rok jsem nějak ztratil míru a když už jsem na nějaké zajímavé akci, obvykle se opiju tak, že mám okna nebo někde usnu. Nelíbí se mi to, nechci to takhle dělat... Asi před 3 týdny jsem si řekl, že takhle už dál ne.. A nepiju.. Vidím to tak, že ještě pár týdnů pít nebudu a až zase začnu, budou to 2 piva a stop. Kdybych nedokázal pít s mírou, tak přestanu pít úplně. Ty ostudy, útraty a kocoviny mi za to fakt nestojí. Na světě jsou lepší drogy než alkohol, třeba běhání, s tím teďka začínám. :)

Je fajn, že o svém pití přemýšlíš, to je krok dobrým směrem. Doporučuju ti pročíst si různé materiály tady na těch stránkách, udělat si testíky... Pro začátek zkus třeba týden nebo měsíc nic nepít, uvidíš, jak se budeš cítit, jak na tom jsi.. Rozhodně doporučuju nějak se za to odměňovat... např. "Tak jsem měsíc nepila, za uštvřené peníze si můžu pořídit nové krásné botky." nebo tak něco.. :)

Určitě ti sem napíšíou fundovanější lidé než já, mě ber s rezervou, já spíš zatím bojuji s vlastními problémy a nevím, jestli můžu někomu radt. :)

=====

Re: Mladá alkoholička?

Vložil Liba - 26/08/2011 06:07

Znám alkoholiky i mladší, bohužel. Týden nepít je málo, zkus minimálně měsíc. Ctirade, ty dvě pívka si už odpuť, kašli na chlast, úplně, moderní je nepít, budeš frajer. Děcka, užívejte života, neničte si ho.

=====

Re: Mladá alkoholička?

Vložil Markéta - 08/09/2011 23:49

Ahoj Lidusko-jako bych cetla svuj pribeh-pred 10lety.Asi to ma clovek fakt snad v genech.Kazdopadne dnes jsem o 10 let starsi a mam za sebou obdobi,kdy uz jsem si piti schovavala a pred lidmi pila jen stridme a pak se doma dodelala.Pote,co me pritel opustil,jsem si hodne veci uvedomila a vyrazne piti omezila.Pritele mam zpet,stali jsme se rodici a ja stale vedu boj o to,pit mirne.Dnes uz vim,ze jit sama bez nekohe,kdo by me hlidal na discoteku,do baru apod nemuzu,protoze bych se strasne opila.Proto se kontroluju tak,ze si koupim domu urcite mnozstvi alkoholu,po kterem vim,ze se vylozene neopiju-lahev vina.Obcas mi to ale i tak ujede a ja si rikam,co je tohle za otrocinu?Neustale se snazit kontrolovat.Prisla jsem na to,ze je mnohem jednodussi nepit vubec nez malo.Vzdy mi to tak nejakou dobu vydrzi a pak si reknu,ale co dam si vinko,na tom preci neni nic spatneho a nebo mam blbej den,malej zlobi,nespi a ja potrebuju "relax"-proste vymluva ci duvod se najde vzdy.Proto jsem si vcera rekla dost a prestala pit-doufam.Moc si neverim,protoze na tom jeste nejsem tak spatne a stale ve me hloda dabel,ktery mi naseptava,ze dat si obcas vinko nebo pivko po tenise je normalni a delaji to vsichni...Je to boj,moc ti drzim palecky a preju hodne stesti a silne vule a urcite pis,jak pokracujes.Ja si sem ted budu pro inspiraci chodit denne,pa a dobrou noc,Marky

=====

Re: Mladá alkoholička?

Vložil Liba - 09/09/2011 05:40

Máš pravdu, zdělili jsme alkoholické geny!A pozor, žádné kontrolované pití, nezvládneš to, jako to nezmákl nikdo na světě, alkohol je daleko silnější než člověk, je to smrtelná nemoc, nevyléčitelná, jedině úplná abstinence je lék!Stojí za to.

=====