

## Nechce se mi přestat

Vložil Milan - 26/12/2011 11:06

---

Ahoj, je mi 26 a podle toho jak šíleně chlastám se docela divím, že dokážu žít relativně normálním životem.

Můj alkoholový příběh začíná ve čtrnácti, kdy jsme si s kamarádem koupili flašku rumu a asi během 20ti minut ji vypili. Následovala asi týdenní kocovina, po které už doteď nemůžu rum ani cítit. Každopádně se nám to nějak zalíbilo tak jsme se tak bavili dál. Tehdy to pár let nebylo nic extra častého (jednou za pár měsíců, např. školní výlety), ale už tehdy se u mě projevovalo to, že sem byl schopný vypít opravdu kvantum alkoholu najednou.

Už kolem těch 17ti to ale začalo nabírat na obrátkách - začalo se chodit do hospody (a to každý den) a pití alkoholu se pro mě stalo hlavní životní zábavou. Tehdy to bylo zhruba pár piv za večer, bylo totiž štěstí, že jsme neměli jako středoškoláci tolik peněz. Samozřejmě, že když se mi povedlo nějaké získat ihned jsme se šli propít.

Někdy kolem maturity a prvního ročníku VŠ už z toho začal být opravdu vážný problém. Začali jsme pořádat "tahy" - popíjeli třeba 4 dny v kuse, hráli alkoholické hry za účelem co největší konzumace alkoholu (vypít tři piva na ex atp.). Vrcholem všeho byl nový nápoj, který se skládal ze 4 panáků tvrdého alkoholu a pil se ihned v řadě za sebou - to jenom pro vykreslení těch koňských dávek, které sem do sebe dokázal v průběhu let dostat....myslím, že historii svého pití již není třeba dále rozepisovat, spíš mi šlo o to vykreslit situaci.

Můj styl pití se dá charakterizovat tak, že se pokaždé (!!)) opiju jako prase, mám okna a často se i jako to prase chovám. Problém je v tom, že z alkoholu mi není moc špatně a hodně zřídka kdy po něm bliju, takže mě to ani příliš nevytrestá. Ani si nemyslím, že bych alkohol jako takový potřeboval konzumovat, spíš to беру jako prostředek k zábavě, když s někým jsem. Nikdy sem třeba nekonsumoval alkohol sám, že bych si třeba doma u televize něco vypil.

A teď se dostáváme k jádru pudla. To, že sem nechutný ožrala mě ani příliš nevadí. Naprosto paradoxně si tímto navenek neničím život, přátelé mi zůstávají, s ženskýmá moc problém nemám, daří se mi vydělávat hodně peněz a být úspěšný v práci, žiju si jak chci a dá se říct, že jsem na sebe hrdý. Jediné co řeším je samozřejmě zdraví - opravdu se divím kolik je toho moje tělo schopné snést - a taky výčitky svědomí.

Vím, že mám velký problém a taky vím, že tento způsob života je propustka do pekel, ale nějak vnitřně nejsem přesvědčen, že chci opravdu přestat a jít se léčit. Navíc ani nemám moc možnost se tomu vyhnout - všichni moji přátelé jsou taky alkoholici (ve větší i menší míře), pořád se kdekoli najde příležitost se napít. Myslím, že k tomu abych nepil bych se musel zavřít doma a nekomunikovat se světem. Jít na léčení bych byl ochoten, ale přece kvůli tomu neodejdu z práce mých snů...

No prostě si myslím, že bych k řešení své situace potřeboval nějaký impuls a nechci čekat, až mi ten impuls dá třeba doktor nebo nějaký průser. Jak mám najít nějakou vnitřní motivaci s tím začít něco dělat?

---

## Re: Nechce se mi přestat

Vložil Liba - 26/12/2011 13:40

---

Je dobrý, že sám už víš, že něco bude špatné, nenormální.... přečti si pár příspěvků tady, jak můžeš dopadnout. Možná ani nejsi alkoholik, jen pijan, tak zkus přestat na měsíc a nepij ani kapku alkoholu. Když to zvládneš, poznáš, že i bez chlastu se dá žít, což Ty asi neumíš, nedívej se na kamarády, je to jejich život, Ty řeš ten svůj. Chlastat je v naší zemi tááák normální. Každého ten alkohol dostane, někdy později, někdy brzy, znám lidi, co se upili ve 30 letech. Na léčení hned nemusíš jít, zkus nepít sám, potom, když to nedokážeš, jít na anatabus, AA, terapie, abys o práci nepřišel, když budeš dál pít, přijdeš o ní jistě.

=====

## Re: Nechce se mi přestat

Vložil Milan - 26/12/2011 15:25

---

Děkuju za názor.

Já právě vím, že bez alkoholu dokážu žít. Byly i doby, kdy sem "sekal" latinu a třeba pár měsíců vůbec nepil, nebo zřídka. Dokonce je i pár věcí, které mě baví víc než chlastat.

Nejhorší u mě je, že neumím pít. Po dvou pivech se vždycky rozjedu a piju následně dokud můžu. Prostě se zpravidla opiju do němoty. Ale, že bych měl někdy nějaké nutkání a chuť na alkohol a nemohl bez něj být, to asi ne. Možná někdy třeba v euforickém stavu, kdy se něco povede, mám chuť se jít vylít.

Myslím, že úplně hravě vydržím měsíc nepít, ale potom to bude všechno na novo, zase se nějak rozjedu a třeba za rok to budu řešit znova.

Úplně nejradši bych byl, kdybych jenom uměl pít a znal rozumnou mez. Třeba bych si jednou za týden na to pivo zašel, ale prostě se dostat do nálady a přestat, a ne se úplně vyřídit...

=====

## Re: Nechce se mi přestat

Vložil Liba - 26/12/2011 15:45

---

Milane, takto se chovají alkoholici, já byla taky taková. zašla jsem na jedno!!! a nedokázala jsem přestat pít, prostě alkohol byl silnější než já. V Tvých letech jsem to brala jako srandu, no a? naliť! Jenže kvartály nepít se zkracovaly, pila jsem víc a víc. Začal jsi brzy, o to dřív doženeš mě, nepřeji Ti dno alkoholika. Pít jen na chuť, pro zábavu, "slušně", neumíme, nezvládáme. Přestaň úplně, budeš se divit, kolik najdeš přátel, co nepijí vůbec, mají koníčky, sportují, baví se, smějí se bez chlastu, užívají si!

=====

## Re: Nechce se mi přestat

Vložil Lenka - 26/12/2011 22:10

---

Milane, pokud jsi alkoholik, nebo se tak cítíš, prosím tě, neměj děti, protože jsem dítě alkoholika, a nejen, že jsem to měla celý život a nemohla dělat věci, které ostatní mohli normálně, nedokážu se normálně s lidmi bavit, ale teď maminka pravděpodobně umírá, v příšerných stavech, a trpím tím já, má

dcera, druhá rodina, ztratila jsem během tohoto týdne kvůli pláči práci, neprošla zkouškama ve škole, to už jsem v posledním ročníku (dělám dálkově) a musím školu skončit, všichni jsme zestárlí o 100 let během jednoho týdne. Moc si přeji, aby maminka byla zdravá. Porím, pokud si myslíš, že máš rád alko víc než zdrávo, prosím, neměj děti. Nedokážeš si představit, kolik bolesti si děti celý život takto užijí, a věř, mi, že žádné dárky to nespraví. Pij, ale neměj, prosím, děti.

=====

## Re: Nechce se mi přestat

Vložil Milan - 28/12/2011 14:10

---

S maminkou je mi to moc líto a doufám, že všechno dopadne co nejlépe.

Každopádně asi raději přestanu pít, než nemít děti. Aspoň pro to budu dělat maximum.

=====

## Re: Nechce se mi přestat

Vložil karolína - 29/12/2011 10:17

---

<http://www.youtube.com/watch?v=S-XjQUTDmFc>

Ahoj ,

tak také pročítám vaši diskuzi,také chci s alkoholem úplně seknout,i když nepiji každý den..nedávno jsem viděla tento film"DNES NAPOSLED"z roku 1958 herci Štěpánkem,Rážem,Mensíkem,myslím,že se tam hodně lidí zde najde tak jako já :( už to nikdy nechci zažít jak alkohol ničí lidský život..snad se sem mohou dávat odkazy :)

Jedná se o příběhy lidí co holdují alkoholu víc než je zdrávo,a jak pomalu jejich životy a hlavně jejich blízké ničí...

=====

## Re: Nechce se mi přestat

Vložil Kateřina - 04/01/2012 12:56

---

napiš si všechna pro i proti proč nepít?? myslím, že ten kdo se nad tím pořádně zamyslí bude mít v tom jasno.

=====

## Re: Nechce se mi přestat

Vložil Liba - 04/01/2012 13:04

---

Co Ti alkohol dává, i bere.

---

=====

## Re: Nechce se mi přestat

Vložil Foxy - 04/01/2012 16:15

---

Milane jsem na tom stejně, a už jsem přišla na to že žádné 2 - 3 pivka nedám, je to nesmysl, souhlásím plně s Líbou. Taky nesmím ani jednu, nemám klapku a vím že jí nikdy nenajdu. Zkusím to tedy si prostě nedat, když budu chtít vypustit páru půjdu asi běhat dokud nepadnu na hubu :lol:

=====

## Re: Nechce se mi přestat

Vložil Jana Mertosová - 04/01/2012 22:07

---

AHOJKY.DÍKY ALKOHOLISMU JSEM PŘIŠLA O DĚTI-STÁLO MNE I TO ZAMĚSTNÁNÍ-DÍKY TOMU JSEM JSEM BYLA DLOUHÁ LÉTA NEPOUŽITELNÁ-NIKDO O MNE NEMĚL ZÁJEM.TAKY PROČ?AŽ SE JEDNALO O MŮJ ŽIVOT?JSEM DOKÁZALAABSTINOVAT.TEHDEJŠÍ DŮVODY K POKRAČOVÁNÍ V PITÍ ZMIZELY.JÁ SI KONEČNĚ SVOJÍ ABSTIMENCE ZAČALA VÁŽIT SEBE SAMA.A DNES JSEM ZÁZRAČNĚ ZÍSKALA VŠECHNO ZTRACENÉ.

=====

## Re: Nechce se mi přestat

Vložil Foxy - 04/01/2012 22:28

---

:) Tak to je krásná zpráva ;), jsem ráda že to má i takovéto konce, a že to jde, a že jste to dokázala.

=====

## Re: Nechce se mi přestat

Vložil james - 05/01/2012 16:06

---

Čau Milane,

tvůj příběh je 100% totožný s mým, jsme stejně starý, začínali jsme úplně stejně a životní styl totožný. S tím rozdílem, že já na to dojíždím.

Zdravotní problémy, které (pokud budeš pokračovat) můžeš zažít také. Po jedné akci na sensation white (pití 12 hodin vkuse) jsem začil něco hodně divného.

Po 24 hodinovém střízlivění mi alkohol vyvolal něco jako abstinenční příznaky, kdy mě hrozně bochalo srdce, naběhla mi tepna, zbělal jsem, studenej pot a myslel jsem v tu chvíli, že je konec to se zakončilo zvracením krve a jel jsem na pohotovost. Dal jsem si oraz a hned jak jsem se dal po nějaké době do pořádku a po jaterních testech mě rekli, že jsou úplně v pohodě, řekl sem si, bylo to jen tím, že jsem to

přepísk a jel znova styl, který provozujes.

Jenže tím stylem jsem si vyvolal poruchu psychickou - panická porucha, je přesná formulace, kterou vyvolává i alkohol. Docela s tím bojuju, teď musím abstinovat, abych fungoval jako normální člověk.

S panickou poruchou se nedá ani normálně řídit automobil, je to nebezpečné, z ničeho nic chytneš záchvat na silnici a nemuzes ridit, zastavil jsem an dalnici v odstavnym pruhu, coz je zase nebezpečí, jedno riziko za druhym.

Po abstinenci se mi tyto stavy odeznívají. Bojím se, že kdykoliv se napiju, vrátí se to.

Vyser se na to dokovad muzes, dej si třeba alespon měsíc detox, pak pij měsíc z lehka kvalitní chlást, řed' to hodně vodou celej vecer, před spanim antiethanol, rano vodu a dva dny voraz, jenom takhle muzes alkoholicky dychanky nějakou delsi dobu provozovat, klidně cely život.

Ale tyhle extremy co pises, který sem dával taky, tě zdravotně zničí a tvůj poslední varovny signal bude stejny jako u mě, dříve nebo později.

---

## Re: Nechce se mi přestat

Vložil Liba - 05/01/2012 16:57

---

Jamesi, moc se pleteš, jestliže je někdo alkoholik, nesmí už nikdy ani kapku alkoholu! Sice je to lákavé, po letech střízlivosti, vyzkoušet, přesvědčen, že se nic nestane, jednou, dvakrát vydržíš u pár skleniček, po třetí už jedeš svou starou cestou, tutově. Tohle už vyzkoušelo hodně lidí, někteří znovu začali abstinovat, většina se vzdala, umírají. Kontrolované pití u alkoholika neexistuje.

---

## Re: Nechce se mi přestat

Vložil James - 05/01/2012 17:23

---

Já myslím že je to hodně hodně individualní je to jako se vším, nejen s alkoholem. Určitě z nějakých zkušeností je tu nějaká procentuální účast alkoholiků, kteří už nesmí nikdy pít, můžeme mluvit třeba o 90%. Věřím, že existují lidé, kteří dokážou svou mysl plně kontrolovat. Ale chápu, že se nedoporučuje něco takového prezentovat v léčebnách a pod, pak by to každý zkusel a výsledek by neměl takový smysl.

---

## Re: Nechce se mi přestat

Vložil Světlana - 05/01/2012 21:39

---

Jamesi,

já jsem rozhodně pro absolutní abstinenci. Proč by se měl člověk učit kontrolovaně pít, když je lepší

nepít vůbec. Je lepší si užívat život za střízliva, s dobrým čajem, minerálkou, mít tu jistotu, že Tě alkohol opět nestáhne. Každý jednou začínal pozvolna, pomalinku, s jednou skleničkou, jednou za čas, pak častěji, s více skleničkami a kam jsme to dopracovali? Se podívej, kolik lidí navštěvuje tyto stránky, kolik lidí se léčí, kolik lidí to tají a kolik lidí pije a neřeší to, protože si nepřipouští, že mají problém. Alkohol je metla lidstva a čím dál víc nás ovládá. A přitom nesmíme zapomenout, že i bez alkoholu se dokážeme radovat, smát, užívat života. A jde to. Takže, kašlem na chlast a jdeme se radovat z každého střízlivého dne :).

Sláva alkoholikům, co dostali rozum a přestali pít :).

Světlana

P.S.: já sama jsem na začátku a vím, že nesmím ani kapku...

=====

## Re: Nechce se mi přestat

Vložil James - 05/01/2012 22:40

---

Světlano,

ano, jde se bavit bez alkoholu. Alkohol není metla lidstva, ale jen určité části populace, která nemá nad sebou kontrolu, znám lidi co se baví bez alkoholu a napijou se občas na nějaké společenské události jednou za uherák, nicméně i neurolog ti sám doporučí alkohol úplně nevypustit ze života, neb má blahodárné účinky pro mozek, pokud se konzumuje doktory doporučeném množství, samozřejmě né tak, jak jsme to předváděli / předvádíme nyní.

Vypustit úplně alkohol musí alkoholik, člověk, který nemá kontrolu sám nad sebou. Vypustit alkohol nemusí člověk, který se dokáže celý život 100% kontrolovat a slovo alkoholismus je cizí, nebo člověk, který dokáže včas přestat ještě než do něčeho spadne, člověk, co má od začátku do konce nad vším kontrolu a přehled. Těchto lidí je více, než alkoholiků a znám je :-)

chápu že se ale musíte takto motivovat, jinak to aní nejde, ale není to realita normálního člověka.

=====

## Re: Nechce se mi přestat

Vložil Foxy - 06/01/2012 12:58

---

Myslím že v určitém věku opíjet se do němoty přijde mladejm jako velká sranda. Už vím že když jsme s holkama začínaly já měla největší výdrž, ale taky největší opice. Neuměla jsem přestat už tenkrát. Chodily jsme pomalu každý víkend. To člověk nějaké zdravotní problémy moc neřešil.

Postupem času člověku začne docházet že tak to asi není v pořádku, a proč ostatní dokážou jít domu a on ne. Proč on nemá tu klapku, a ostatní jo, a proč mu ostatní začínají říkat že je celkem dobytek, a že by měl trošku ubrat.

Sama v tom porád tápu, zkusím se najít východisko. Spíš takhle zkoušela jsem to už mnohokrát, hodně se najíst, méně pít, nebo nepít tvrdé, ředit to s vodou. Popravdě povedlo se mi to jen když jsem druhý den opravdu ale opravdu musela něco zařídit. A to už jsem do toho šla s tím že se moc nepobavím.

---

Je to hrozný, je to vlastní sebetrýznění.  
A myslím že psychiku to ničí v plné míře.  
Vážně nemám v úmyslu ze sebe v budoucnu udělat psychicky labilního člověka.  
;)

=====

## Re: Nechce se mi přestat

Vložil Liba - 06/01/2012 13:28

---

Jamesi, alkoholismus je nemoc, chápeš? Jediná léčba na ní je naprostá abstinence. Není to jen motivace, ale fakt. Každého alkoholika nějaké pokusy o kontrolované pití dostane opět tam, kde skončil předtím, a bleskově. O alkoholismu je toho napsáno všude plno, od chytřejších, než jsem já, tvrdí ovšem totéž.

=====

## Re: Nechce se mi přestat

Vložil Ivana - 06/01/2012 14:32

---

Ahojte,...

Když jsem začala chodit na tohle forum a na terepie, bylo mi jasné, že musím něco začít dělat. Můj život šel do kopru a já věděla, že to s chlastem už tak dál nejde. Chtěla jsem začít něco dělat, ale rozhodně jsem tehdy nechtěla přestat pít... Byla to pro mě hrozná představa.... že bych přestala pít v 19? Tehdy jsem si to nemohla připustit...

Tak jsem se snažila omezit množství chlastu... tahle myšlenka mi vydržela do té doby, než jsem ujistila sama sebe, že jsem v pohodě a že to přece zvládám, tak proč nepít častěji (cca 2 týdny)... a pak se to vrátilo do starých kolejí..

Dostávala jsem se zase do kolen. Psychy, schýzy, depky, výčitky, třesy, bezmocnost, nicotnost,.... Bylo mi hnusně s chlastem, a když jsem pár dnů nebyla bylo mi zle bez něj. Netušila jsem co mám dělat. Chtěla jsem najít nějaký smysl života... Nenacházela jsem nic.

Několikrát jsem dostala radu, ať si zajdu na AA. Nechtěla jsem tam nikdy jít. Byla jsem přesvědčená, že všechno zvládnou sama. Že když budu chtít dokážu nepít... Nedokázala a znova padal níž a níž...

Nakonec jsem zašla na AA. Teď můžu říct, že to byla moje záchrana. Je mi 20 a upřímně mi je úplně fuk, že si už nedám panáka. Nedám si, protože už nechci. Už nemám sílu znova rozjet ten šílený kolotoč.

=====

## Re: Nechce se mi přestat

Vložil Jana Mertosová - 06/01/2012 19:55

---

Ahoj Ivanko. To, co Ti radí, že si poradíš sama? Není nic jiného než pýcha. A té předchází vždy pád. Já na tom nebyla jinak. Pyšně a tvrdohlavě jsem si myslela, že si s pitím poradím sama. Nepodařilo se mi to. Sama jsem akorát narážela a dostávala se s pitím stále níž. Pokus odložit svoji pýchu a předsudky a začni. S upřímností nejdál dojdeš ale pomocnou ruku, pomocné náruče ostatních neodmítej. Jsou to opravdu přátelé, kteří dokážou pomoci a poradit.

---

=====

## Re: Nechce se mi přestat

Vložil Ivana - 06/01/2012 20:58

---

Ahojte,  
...teď už nejsem takovej paličák, zatvrzelec.  
Názory na hodně věcí jsem změnila... naštěstí :)  
(jednou z nich je přijmout pomoc)

=====

## Re: Nechce se mi přestat

Vložil Jana Mertosová - 06/01/2012 21:15

---

To je jediná cesta.jediné možné řešení.Všichni alkoholici jsou zatvrzelí a umínění.Jen do doby,než si začnou uvědomovat a připouštět svůj problém.Já nebyla jiná má alkoholická nemoc toho změnila opravdu hodně.Celý můj přístup,celé myšlení jsem musela opusti-a je to to nejlepší,co mne v životě potkalo.

=====

## Re: Nechce se mi přestat

Vložil Ivana - 06/01/2012 21:46

---

jo... já jsem hrozně moc ráda, za to, že se to všechno konečně začíná měnit... Dokud jsem si ale fakt naplno nepřiznala, že v tom totálně plavu, že nemůžu nikdy normálně pít... tak jsem pořád byla v pasti.

Sice všechno není fajn, ale já se to už nesnažím utápět v chlastu. Utápět a tím všechno ještě víc oddalovat a ještě víc ničit.  
...život jde dál a já konečně můžu začít řešit svoje problémy a.... začít žít.

=====

## Re: Nechce se mi přestat

Vložil Jana Mertosová - 06/01/2012 22:22

---

Držím palečky at' nic nepodceníš a zvládneš.Vždycky je pro co žít.

=====