alkohol nici muj vztah i zivot

Vložil kevin - 29/03/2010 09:53

_____

caute, sem na podobnych strankach poprve a vubec poprve se snazim neco takoveho resit. omlouvam se jestli udelam double post ale snad tohle neni forum kde se jen dokola opakuje pouzij search tohle uz tu bylo :-) je mi 29 a momentalne piju cca 5x tydne. moje situace je o to horsi, ze pracuju jako barman, takze sem jak se rika primo u zdroje... asi 5let sem denne kouril marihuanu, obcas i neco tvrdsiho, alkohol jen malo, ale s tim nikdy problemy nebyli a bylo to spis pro zabavu a prestal sem s tim sam od sebe. od ty doby co ale travu nekourim, o to vic piju. v praci se hlidam, protoze musim, ale stejne si neco naleju. kdyz mam pak volno neni problem vypit 10piv + naky ty panaky, kdyz uz sem trohu vic zkratka nevim kdy prestat a kalim dokud muzu obvykle se vracim kolem 4-5 rano. posledni dobou se ale opilej absolutne prestavam ovladat. mam o dost mladsi pritelkyni 18 a kuli ni chci tohle hlavne zacit resit. zacal sem na ni bejt kdyz sem opilej dost hnusnej, nikdy bych ji teda neublizil fyzicky, ale reaguju na obycejny veci dost neobvykle, vytaci me kazda blbost a ani sam to rano, pokud si to vubec pamatuju, neumim pochopit. ale dalsi den du a stejne piju znova, obcas si i sam rano otevru nakou tu lahvinku, abych se "vyprostil". uz bez toho nedokazu ani normalne fungovat, nedokazu se bavit s lidma prirozene bez toho, abych mel neco v sobe. dost casto mivam "okna" trpim nespavosti a v kocovine mam pak dost hnusny depky. muj otec taky hodne pil, kdyz se s nim matka rozvedla a vyhodila ho z bytu, skoncil jako bezdomovec a upil se k smrti nevim jak az moc velky vliv na to ma dedicnost bratr k tomu skolny absolutne nema. poradte mi prosim co mam delat. potrebuju nabrat zpatky ztraceny sebevedomi, zacit zas normalni zivot a nechci ztratit cloveka kteryho miluju. prerusta mi to pres hlavu a jestli s tim co nejdriv neprestanu, spatne to pro me skonci. jak to mam rict pritelkyni ze s tim mam opravdu dost velkej problem bojim se ze to nepochopi a bude si myslet ze se snazim v ni jenom vzbudit litost ale bez ni to asi nezvladnu a nevim jestli mi s tim vubec ona muze nak pomoct nebo to musim zvladnout hlavne sam? jestli se obratit na nejakeho lekare nechci ale brat zadny prasky da se to zvladnout i bez nich? nebo se to da snad zvladnout jen silou vlastni vule uz sem to parkrat zkusil nevydrzel sem to dyl jak 3 dny... predem diky za odpovedi

==========

Re: alkohol nici muj vztah i zivot

Vložil Květa - 29/03/2010 11:04

_____

Ahoj Kevine,
trávu jste zvládnul docela v pohodě, ale usadila se Vám pořádně v mozku a její abstinenci jste vyřešil alkoholem, který také psychiku mění. Došlo k přesmyku, jak píší odborníci a s častým nadúžívání alkoholu, se už objevuje i fyzická závislost.Píšete, že pijete 5 dní v týdnu, to potom zbývají jen dva dny a to je krátká dovolená pro Vaše játra,která musí šrotovat, tím se adaptují a Vy musíte pít víc, aby byl stejný účinek na psychiku, co zase chce mozek. Jenže to není konec, protože takhle vytížená játra jednoho dne řeknou dost a to každému kdo s nimi takto zachází.
Vědci posledními výzkumy potvrzují, že riziko k závislosti se může dědit 50%. Současně také dodávají, že to neznamená, že takto geneticky vybavený jedinec je k alkoholismu předurčený.
U nás v rodině si musíme dávat taky pozor.
Chtělo by to Kevine se obrátit na odborníky poblíž bydliště, poradit se kam jste až zašel v tomto problému a následně řešit co s tím.
Přítelkyni se nebojte říct o svém problému i jeho řešení a nechte na ní jak se k tomu postaví. Bylo by fajn, kdyby Vás podpořila, těžko to ale odhadovat. Bude to záviset na tom co od Vás očekávala.
Neotálejte a jednejte :) :) :)

==========

Re: alkohol nici muj vztah i zivot
Vložil ivlik - 29/03/2010 12:18

Květuška Vám to napsala jak kdyby mě mluvila z duše.Genetika hraje dost velkou roli ale dá se tomu předcházet.Uvědoměním si problému je 50% úspěch k řešení.Ve vašem případě:vyhledat odborníka,komunikace s partnerkou,neotálet a jednat.Určitě to zvládnete,musíte si věřit.Hodně štěstí.

==========

Re: alkohol nici muj vztah i zivot
Vložil Barka - 30/03/2010 17:15

Kamaráde ,jeď do léčebny a na uzavřené oddělení. Nebude to dlouho
trvat a budeš pít ne 5 ale 7 dnů a bez A nebudeš fungovat vůbec.
To , co píšeš ,znám od stovek alkoholiků co jsem při léčeních potkal. Seber se a jeď. Pokud nechceš dopadnout strašně, tak
neváhej. To sám neuřídíš. Vykašli se na fóra a běž se léčit. Není
to žádná ostuda. Držím ti palce.

==========

Re: alkohol nici muj vztah i zivot
Vložil petr - 30/03/2010 21:03

Myslím si že nejsi první,ani poslední,kdo má s alkoholem problémy.Já s ním mám taky a vyřešil jsem to tím že jsem se sám objednal u psychiatra,popovídali jsme si v pohodě o problému,napsal mně prášky,a zatím se držím.Beru to prostě tak jak to je,že je to nemoc a ta se musí léčit!!!Američani mají taky svého psychiatra či psychologa,na tom nic není,a žijí.Ale chce to pevnou vůli(lehce se to píše)a něco stím začat dělat,nebo pak to bude,ještě horší,to mi věř.Sám jsem to zažil a zažívám.Tak v poho.Jdi a neboj se.MOTTO:Když neumíš první pomoct sobě,tak potom nepomáhej ostatním.

==========

Re: alkohol nici muj vztah i zivot
Vložil petr - 30/03/2010 21:19

---

motto:KDYŽ NEUMÍŠ PRVNÍ POMOCT SÁM SOBĚ,.....Tak to má být napsané přesně.

==========

Re: alkohol nici muj vztah i zivot
Vložil petr - 30/03/2010 23:26

---

jěště bych to upravil a přidal některé věci co mne drží abstinovat a dívat se optimisticky

1.Budh.myšlenka- zní/motto/:nepomáhej ostatatním,když sám nedokážeš,na prvním místě,pomoct sám sobě.2.NTAK-Nohavicova teorie alkoholikova konce(video najdeš na yotube.com)3.Dnes abstinuji,a zítra se uvidí.4.Ještě není tak zle,aby nemohlo být hůř.

==========

Re: alkohol nici muj vztah i zivot

Vložil ivlik - 01/04/2010 12:41

_____

Jarek Nohavica je můj velký vzor,navíc on se pohybuje v prostředí kde se zapíjí vše a všude.Pomohla mu víra a ta je mocná a je jedno v čem spočívá/pokud nejde o fanatismus/.Doporučuju sčíhnout film ROK DABLA je tam popisovaný i pomyslný kopec pijáka. :P

==========