Nevím, jak jsem k závislosti přišel, ale jsem tam!

Vložil Jan - 27/01/2012 17:03

Piju pravidelně, každý den pivo večer doma. Nejprve jsem dával tak 2-3 kousky, po roce třeba 5-6, dnes dám klidně i 8 kousků za večer. O víkendu mám pak ráno takovou "žízeň", že si klidně dám už ráno pivko ke snídani a pokračuji celý den. Plus k tomu i pivko v práci k obědu.

Všechno v pohodě, žádný problémy, nejsem opilej, normálně pracuji i bez pití a pivo piju až večer doma. "Idylka?"

Dnes jsem ráno nebyl schopen dojít do práce a musel se hodit marod. Nebyl jsem opilý, měl jsem naposledy pivo včera večer asi ve 23. ALE ráno jsem byl úplně vyřízený a když jsem šel po ulici, tak se mi třepali prsty, nešlo mi moc ovládat nohy, potil jsem se a nemohl jsem ani moc mluvit (ovládat čelisti), když jsem si cosi kupoval.

Podle všech příznaků jsem měl asi normální absťák. Dal jsem si totiž 3 piva "na žízeň" a najednou všechno v pohodě. Normálně jsem asi fyzicky závislý na pivu!

PROBOHA, co s tím? Nemůžu chlastat, abych byl provozuschopný!

Dřív jsem třeba 1-2 týdny nic nepil a v pohodě, ale teď to vypadá fakt bledě. JAK se té závislosti zbavit? CHCI NEPÍT, ale abych dokázal fyzicky fungovat! :(

==========

Re: Nevím, jak jsem k závislosti přišel, ale jsem tam!

Vložil Jana Mertosová - 27/01/2012 17:32

Jana.Opravdu to byly absinenční příznak co jste měl a ještě určitě máte ještě nyní.Nesoustředěnost,nervozita-poku jste to už neuhasil pivem nebo jiným alkoholem.Můžu VÁM JEN DOPORUČIT-PŘEČÍST SI POZORNĚ VŠECHNY CELÝ OBSAH TOHOTO FORA,POŘÁDNĚ SE NAD SEBOU A TÍM VŠÍM ZAMYSLIT.A ROZHODNOUT SE VČAS CO S TÍM CHCETE UDĚLAT!

==========

Re: Nevím, jak jsem k závislosti přišel, ale jsem tam!

Vložil Jan - 27/01/2012 17:52

Děkuji za komentář a silně si uvědomuji ten problém. Ještě se mi to nestalo a jasně, že jsem teď v pohodě po 5ti pivech, co jsem do sebe už nalil. Já to nechtěl "uhasit pivem", ale nevím, jestli bych se fyzicky nezhroutil nebo jak jinak ten stav zlepšit, tak proto jsem si ho dal.

STRAŠNÉ! Mám slzy v očích, to mi věřte, neboť v práci to bude docela problém.

Právě si připravuji řeč, jak to řeknu ženě, až přijde z práce, že musím v PO k doktorovi, neboť je to evidentně vážný.

==========

Re: Nevím, jak jsem k závislosti přišel, ale jsem tam!
Vložil Jan - 27/01/2012 18:18

Teď řeším, jak to udělám v práci. Jsem ve zkušební lhůtě na novém docela významném místě, takže je asi jasné, co se stane, když jim řeknu pravdu, že se musím léčit. Máme navíc nyní zrovna honičku a potřeboval bych tam být a fungovat.

NECHCI pít ani doma a v práci už vůbec ne, ale musím fungovat, abych tam mohl chodit a NE aby se mi třepaly prsty. Jsem v ... asi víte kde.

==========

Re: Nevím, jak jsem k závislosti přišel, ale jsem tam!
Vložil Liba - 27/01/2012 18:36

Jane, nejsi v prdeli, jsi na dobré cestě se vyhrabat z problému, přes víkend se srovnáš, promyslíš, vymyslíš.Ženě řekni pravdu, v práci nemusíš, zatím, ne?K lékaři nemusíš, zkus nejdřív AA!!Tam to někomu pomůže i bez lékaře, léčebny.....Neboj, zmákneš to!

==========

Re: Nevím, jak jsem k závislosti přišel, ale jsem tam!
Vložil Jan - 27/01/2012 18:55

Díky! Ženě, samozřejmě, řeknu pravdu. Ale v práci to nemůžu říct. Řeknu, že mám asi chřipku a počkám, co řekne doktor. Kdybych ale musel na léčení, tak neschopenku s diagnózou jim dát nemůžu. AA mají schůzi až večer, tak nejprve zajedu k doktorovi

Nepiju a nebudu pít o víkendu, zkusím najet na čaje a vodu, abych nechtěl a nemohl pít nic jiného. Ale jak čtu o fyzických příznacích abstinence alkoholiků (delirium tremens apod.), tak jsem zvedav, jak to zvládnu v práci.

Snad mi doktor "pro alkoholiky" dá nějaké prášky, abych neměl alespoň ten třepot rukou bez toho chlastu.

==========

Re: Nevím, jak jsem k závislosti přišel, ale jsem tam!
Vložil Liba - 27/01/2012 19:18

Třes i příznaky absťáku by Tě měly přejít už zítra, v neděli jistě.Ale fakt už nepij, počítej s nespavostí, depky...nebude to tak hrozné, zatím jsi nebyl úplně K.O, budeš O.K.------ovšem, když budeš pokračovat, absťáčci se zhorší, bude hůř.

==========

Re: Nevím, jak jsem k závislosti přišel, ale jsem tam!
Vložil Jan - 27/01/2012 19:58

Už Vám tady kdosi v diskuzích mnohokrát děkoval za Vaše rady. Ani já to nevidím jinak a děkuji moc za podporu a za to, že tady lidem pomáháte. Díky!

==========

Re: Nevím, jak jsem k závislosti přišel, ale jsem tam!
Vložil Kateřina - 27/01/2012 20:04

Tak jste na dobrý cestě něco s tím dělat. A pokud jde o práci, nikdo nemusí vědět že jste závislý. Hlavně že to víte Vy.

==========

Re: Nevím, jak jsem k závislosti přišel, ale jsem tam!
Vložil Roman Roman - 10/06/2012 18:58

Chápu, že je v dnešní době hodně těžký říct v práci, jak se věci mají. Znamenalo by to pravděpodobně o tu práci přijít, problém s penězi, řeči okolo a spoustu dalšího.

Osobně bych ti poradil, pokud opravdu chceš řešit svůj život, jít s pravdou ven.

Ono totiž ambulantně, i kdybys to dokázal, to nebude vůbec jednoduché!
Je jen otázkou, jak by si byl schopen, dejme tomu v náročném zaměstnání fungovat.

Pokud by jsi náhodou ještě zkoušel jako nějak TO kočírovat, o tu práci by jsi pravděpodobně časem mohl přijít, také třebna časem o ženu a spoustu dalšího.
Uvědom si, co je v sázce!

Vím, je to těžký v dnešní době, ale riskuješ mnohem ,mnohem víc!
Ahoj.

==========

Re: Nevím, jak jsem k závislosti přišel, ale jsem tam!
Vložil Alex - 22/07/2012 08:35

Já piju 2-3 kousky každý večer u PC už asi 4 roky a o víkendu dám někdy i 3-4 pivka.Kdysi dávno sem chlastal hodně(i 3 litry vína za noc), ale to beru jako postpubertální nerozvážnost.Na čem sem opravdu závislej, jsou cigarety.

Jinak přeji mnoho zdaru.

==========

Re: Nevím, jak jsem k závislosti přišel, ale jsem tam!

Vložil Mojra - 27/07/2012 14:48

_____

Vím, o čem píšeš. Vyhledej co nejdříve léčebnu nebo pokud máš někoho,komu věříš, kdo Ti pomůže, vyhledej jeho pomoc.Teď už jednej rychle. Je dobře,že sis uvědomil, kde seš. Byla jsem na tom stejně. Skoro jsem nechodila,nemohla jsem se napít (jen z brčka), přidala se k tomu nespavost, vyrážka v obličeji ... byla jsem totálně v pr... věř,projdeš peklem,ale nejhorších je těch prvních sedm dní. nesmíš opravdu pít...ale pouze vodu a vodu, polévky a vůbec - donutit se k jídlu. Mně málem selhaly ledviny. Zvládneš to...Budeš zas žít normální život.... já se poté musela učit i psát na PC - vůbec jsem necítila prsty... zvládnout se to dá, musí, není cesta zpátky....cítím s Tebou..běž do toho...

==========