

## problém

Vložil zdeněk - 20/02/2012 14:35

---

ahoj je mi čerstvě 25 let a mam problem s alkoholem... Není to vubec lehké připustit si to ale je to bohužel tak. Začínal jsem jako 17 letý teenager chodit po koncertech, festivalech a tak podobně jako hodně dalších, samí dobře víte jak to na takových akcích vpadá hodně se pije atd. ale to bylo ještě vše v pohodě, školu jsem dodělal úspěšně odmaturoval a nastoupil do práce kde to bylo docela psychicky náročné...vydělal jsem si hodně peněz takže o víkendech takové ty bujaré večírky a přes tyden s partou po práci na pivo to bylo samozřejmostí na par menších zadrhelu ale problem v ničem nebyl. Po nějaké době jsem potkal svou životní lásku, byl to anděl...samozřejmě že jsem byl štatný a miloval jsem ji zatím bylo vše v pohodě ale po nějaké době sem začal mít problémy v práci a odešel jsem...našel jsem si něco podobného a pracoval jenže zas jsem se dostal do party kde se hodně pilo a to vubec nebylo dobré asi po roce jsem tam skončil...znovu jsem si našel novou práci ale po třech měsících mě vyhodili za pozdní příchod a absenci...řešilo se to hodně ale ještě jsem si nepřipouštěl že mam fakt problem, nakonec po nějaké době jsem skončil na týdennim detoxu a abstinoval pak asi tři měsíce, tenkrát jsem stim seknul a začal od znova pít spočátku to bylo v pohodě jenže po nějaké době jsem se dostal do zaběhnutých kolejí...nakonec se přítelkyně po pěti letech semnou rozešla a ja zažil nejčernější rok mého života :( Bohužel je to ale tak lepší hlavně pro ní...začal jsem pít ještě více a určitě víte jak to pak dopadá...nyní jsem na tom tak že jsem bez práce mám sice nějaké brigády a chci si najít něco pořádného...ale v první řadě bych měl skoncovat s alkoholem, který mi vyloženě ničí život...ted jsem se naučil přes tyden nepít ale o víkendu je silná chut někdy to překonám a někdy se vyloženě zmastim jak dobytek...chci na sobě zapracovat a přestat pít hlavně si najít nějakou aktivitu na ty víkendy...uvažuju i o AA

=====

## Re: problém

Vložil Liba - 20/02/2012 16:37

---

Zdendo, neuvažuj a jdi!AA jsou pro Tebe.Naučíš se žít bez alkoholu, tam poznáš lidi, co nepijí x let, to je nejlepší motivace, vidíš, že to jde, každý Ti řekne, jak a co dělal, když přestával pít, ono naučit se žít bez chlastu je těžké, jde to, a život je daleko kvalitnější, než s tím alkoholem.Určitě zajdi, posoudíš sám, jistě Ti to neublíží, ale honem se sebou něco dělej.

=====

## Re: problém

Vložil zdeněk - 20/02/2012 17:24

---

je to těžké zjištění ale ja už nemam moc co ztratit, to musi byt pro mě motivace. jinak děkuji za radu budu se zuby nehty držet a abstinovat :) zatím je to jen 14 dní

=====

## Re: problém

Vložil Jana Mertosová - 20/02/2012 18:13

---

Zdenku-máš před sebou celý život!Někdo se propíjí celé desetiletí,jiný podlehne mnohem rychleji.Máš výhodu,že si svůj stav uvědomuješ a přiznáváš.Tak začni co najrychleji jednat a vůbec nepřemýšlej.AA kluby,pokud nebudou stačit Antabus,psychoterapie využij všeho co se ti nabízí.

=====

### Re: problém

Vložil zdeněk - 20/02/2012 18:49

---

Děkuji za podporu a za rady, budu tady průběžně psat jak se daří, snad se konečně zmátořím a začnu žít. Četl jsem tady většinu diskuzi na tomto foru a ani ve snu by me nenapadlo kolik lidí prožívaj to same co ja, je to neuvěřitelné ale ta autentičnost mě fakt děsí...

=====

### Re: problém

Vložil Jana Mertosová - 20/02/2012 19:00

---

Nemáš pravdu v tom,že už nemáš co ztratit!V sázce je tvůj život.Každý,kdo se stane závislým ?usiluje o střízlivost,aby si svůj život zachránil!A ne všem se to bohužel vždy podaří!Tak hlavu vzhůru a dělej dokud je čas.

=====

### Re: problém

Vložil zdeněk - 20/02/2012 19:13

---

Ja myslim přítelkyni to je opravdu to nejvíc cennější co jsem ztratil, jediný člověk v životě který se dostal ke mě tak blízko a který mě chápal... neni snad ani jeden den nebo hodina kdyby jsem na ni nemyslel a nelitoval toho... proto říkam že nějak nemam už co ztratit, třeba jednoho dne se ji konečně budu moct podívat do očí :unsure:

=====

### Re: problém

Vložil Kateřina - 20/02/2012 19:34

---

Tak nějakou zkušenost s abstinencí máte. Zkuste léčebnu, antabus cokoli. Vyvarujte se chyb, které vás stáhli k pití.

=====

### Re: problém

Vložil Jana Mertosová - 20/02/2012 21:18

---

Zdenku-až se dokážete podívat do svých vlastních očí-s láskou?Dokážete to samé i své dívce.Rozumím,že odešla-pro vás udělala to nejlepší.A od určité doby neříkám NIKDY,ŽE JSEM NAVŽDY ZTRATILA!Já Vám věřím,že uděláte všechno,aby jste se z toho dostal,stejně jako věřím tomu,že pokud se ona nevrátí?Přijde jiná.ŽIVOT JE VŽDY PLNÝ PŘEKVAPENÍ-A TO HO DĚLÁ ZAJÍMAVÝM A KRÁSNÝM!

=====