

Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Alice - 19/06/2012 20:08

Ahoj, nevím, jestli potřebuju poradit nebo se spíš jen svěřit, ale mám problém s alkoholem. 4x-5x do týdne, když se pije, (ostatně důvod se vždycky najde), prošvihnu svou míru a propiju se do okénkového stavu, kdy ani nevím, jak jsem se dostala domů. Tyto stavy mám tak poslední 2 roky. Jinak přes týden ani pít nemusím, jen např. malé pivo nebo střík k obědu. Mám okolo sebe snad všechny kamarády, co pijou, ale jediná já to už asi nedávám... Navíc jsem teď přišla o přítele, takže vycházky do baru jsou zase pravidelnější a pravidelnější. Už mě to štve, ale nedokážu si pomoci. Sama doma sedět nechci a jít s přáteli jen na 2-3 drinky a pak jít domů, taky nedokážu..

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 20/06/2012 14:18

Vítej, podle toho, co píšeš beze sporu mezi svými. Otázka je jak se rozhodneš. Píšeš co nechceš. Ale co doopravdy chceš??? Cítíš zcela správně, že ti konrola nad pitím nejde. Pokud se rozhodneš pokračovat dále alkohol naprosto získá moc nad tvým životem a tebou samotnou. Pokud se ho dokážeš naprosto vzdát? Získá tvůj život nové hodnoty, o kterých nemáš ještě tušení - ale jsou zaručené. Rozhodnutí je na tobě. Myslím, že by ti v tom pomohlo společenství AA. Později, budeš-li pokračovat v pití nemusí pomoci už ani léčebna.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Helena - 20/06/2012 15:27

Dobrý den Alice,

pozor na rady typu, vyhledejte AA.

Shodou okolností minulý weekend běžel v TV film o alkoholismu, kde se na konec všichni drželi za ruce a byli "happy", protože je někdo osvítil! Americký film - americký sen!

Tak to nefunguje, AA mají hodně blízko k sektě - koukněte na jejich stránky.

Pokud chcete problém opravdu řešit, zajděte za Vaším obvodním lékařem a on Vás nasměruje dál. Mluvím z vlastní letité zkušenosti s tímto problémem, který díky odborné pomoci už dávno nemám.

Přeji hodně štěstí!

Helena

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 20/06/2012 16:01

Alice, jistě neposlechni Helenu, ona neví, o čem blábolí. Zajdi na AA, posuď sama, poznej. K sektě mají AA hodně daleko, je děsné, když někdo, kdo neví o čem je toto společenství - vážené v 158 zemích

světa, vlády, zdravotníci, odborníci je jen chválí, dr.Nešpor píše, že by zasloužili Nobelovu cenu, podle nich byly založeny první léčebny v Čechách dr.Skálou.....tak ten si dovolí někoho odrazovat od áček. Kdyby nešlo o lidský život, tak je ta ona k smíchu.Máš svůj rozum, však uvidíš, jistě něco se sebou dělej.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 20/06/2012 18:29

Modlitba, s kterou končí každé setkání AA, zazněla i ve filmu:Bože, dej mi klid, přijmout to, co změnit nemohu, odvahu, změnit to, co změnit mohu a moudrost jedno od druhého rozpoznati!- doufám, že toto moudro staré několik set let Helenu neporazí, ostatním přeji pochopit, použít.-

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil SABI - 20/06/2012 20:03

Nechci nikoho naštvat, ale modlitba A dej mi sílu unésti, všechno co změnit nemám sil, odvahu, abych to nač stačím, na tomto světě pozměnil a moudrost abych znal, a od sebe to rozeznal napsal básník Jan Skácel.

Já jsem na sezení AA byla v Praze, pokud je někdo zapřísáhlý ateista, tak se mu ani nedivím, také jsem byla trošku překvapená. Na druhou stranu musím říci, že mi návštěva hodně dala. Spousta věcí mi došla, až když jsem třeba o tom, co tam bylo řečeno, v klidu popřemýšlela doma. Myslím, že to smysl má a hlavně budete mezi svými :-)

Rozhodně to není žádná sekta a k ničemu Vás nenutí.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 20/06/2012 20:13

Milá Helenko.Ráda bych zdělila,že spol.AA pomohlo i tam,kde už i lékaři specialisté propadli skepsi.Jsou to zkušenosti stejně nemocných lidí.Každý z nás prochází v životě tou,či onou krizí.Dostává se tím do stavu ohrožení, které znamená nejen recidivu,ale u mnohých definitivní konec.Alkoholismus sám o sobě je záludný,nevypočitatelný.Opětovné napití NIKDY NEPŘIJDE JEN JEN TAK Z NIČEHO NIC.Vždy se pomalu a nenápadně chystá,aniž by si toto alkoholik sám uvědomil.AA učí žít bez alkoholu a především učí každého z nás,aby co nejlépe poznal sám sebe,učí UPŘÍMNÉMU POZNÁNÍ A SDÍLENÍ SAMA SEBE S JINÝMI LIDSKÝMI BYTOSTMI BEZ NENÁVISTI,ZÁŠTI-S OPRAVDVOU LÁSKOU-PROTOŽE TOTO SE STALO VŠEM ALKOHOLIKŮM NAPROSTO CIZÍM POJMEM.Program AA učí osvobozovat se nejen od alkoholu,ale od všeho co se stalo příčinou našeho pití,od všeho,co nám bránilo žít jinak!

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 21/06/2012 09:54

Sabi, Skácel to mohl opsat, složit tutově ne.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Helena - 21/06/2012 10:14

Dobrý den Sabi,

i já znám tu báseň od Jana Skácela a věřte mi,že s jejím obsahem plně souhlasím.Vůbec nejsem ateista-naopak.Jen jsem vyjádřila svůj názor, který na určité věci mám.Netýkalo se to víry,spíš přejímání toho "amerického happy".V každém případě i za Váš objektivní názor děkuji a přeji Vám vše dobré.
Helena

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 21/06/2012 13:45

AA tuto modlitbu používá 78 let!!!!A opravdu ji přebrala z nějakých dávných básní, přesně nevím, od koho.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Helena - 21/06/2012 14:35

text smazán správcem webu

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 21/06/2012 17:58

Myslím,že vyvolávat spor na těchto stránkách o tom,kdo má pravdu je věc o kterou tu vůbec nejde.Vůbec nejde o to,kdo má pravdu!Každý vychází ze SVÝCH VLASTNÍCH ZKUŠENOSTÍ.Jsme lidé rozdílní a každému může pomoci něco jiného,nebo vůbec nic a upije se.Ovšem za velice nebezpečné považuju druhému radit at' to,či ono nezkouší-je to ovlivňování, které může mít za následek,že pomoc, která může být jako jediná účinná bude nevyužita a dotyčného může stát život.PROSÍM,MĚJTE NA PAMĚTI-ŽE ALKOHOLISMUS JE STÁLE SMRTELNÉ ONEMOCNĚNÍ-jiné kategorie tohoto fora o tom jsou jasným důkazem!!!!

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 21/06/2012 18:42

Heleno, proč píšeš mé bydliště? Tato slova z modlitby AA použil i třeba Arthur Miller. Jsi posedlá mojí osobou, slídíš, číháš, já se směji. Smutné je, že odrazuješ lidi nemocné, zoufalé od AA, kde by mohli najít pomoc, je vidět, jak chceš pomoc! Když áčka nechápeš, tak je nekomentuj, ztrapňuješ se.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Alena - 21/06/2012 18:43

Helena má pravdu, paní Líba by neměla osočovat druhé pro jiný názor, není to poprvé, co o někom píše, že blábolí atd...tak se diskuze nevede.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Helena - 21/06/2012 19:15

Paní Aleno,
děkuji Vám za podporu a přeji hezký večer!
Helena

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 21/06/2012 19:22

A když ta osoba lže? Co napsat? A třeba asi vědomě? Tato diskuze je o pomoci!!!!ne , o osobních sporech, když Heleně vadím, může to napsat přímo mě. Na rozdíl od ní vím, kolika lidem AA pomohli, i z této diskuze, lidé se drží, nepijí, co víc si přát.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Alice - 21/06/2012 23:04

Ok, AA se rozhodně nebráním...ale ze začátku bych raději zvolila něco komornějšího, tzn., že jsem si našla psychologa a v pondělí jdu na první sezení. Jelikož jde o to, že mám problémy s navázáním vztahů jako takových, alkohol samozřejmě udělá své, a najednou se zdá, že můžu navázat "vztah" s kýmkoliv...ale opak je pravdou, jsou to vztahy jen na jednu noc :(
Ještě jsem chtěla opravit: 4-5x do MĚSÍCE si vyjdu do takovéhoho extrému - ale škod už jsem beztak napáchala víc než dost :(

=====
Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 22/06/2012 00:12

Takto se poznává plno lidí, stud, strach, stydlivost jim brání seznámit se bez berličky alkoholu, konce znáš.Můžeš spojit obojí, lékaře i áčka, v klidu, neboj, půjde to.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Ivana - 22/06/2012 15:59

Ahojte,...

Do AA jsem přišla tak, že mě k tomu dotlačily okolnosti. Teda přesněji moje pití. Nedávala jsem AA šanci, ale zkusila jsem to... vždyť nebylo co ztratit.

Dřív jsem si myslela, že mi žádná skupina nemůže pomoci, pak jsem tam ale přišla a :) :) :) pomohlo / pomáhá mi to.

Nelíbí se mi, jak jsou tady AA nazývány sektou. Není to žádná sekta...

...a osobní spory co se tady teď asi vedou by měly snad jít stranou (nebo aspoň ne sem - a řešit to soukromě...)

Setkání Anonymních alkoholiků je jedna z možností, jak člověk může řešit svůj alkoholismus... A já jsem ráda, že AA existují ;)

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Lukáš - 22/06/2012 18:57

Ahoj,

Áčka pomáhají, třeba ne všem, někdy ne hned. Pro mne a mou střízlivost znamenají moc, stejně jako upřímný kontakt s mou psychiatrickou. Rozhodně je jednodušší nechat si pomoci než vést nesmyslný boj s alkoholem a až díky AA jsem ten boj byl schopen vzdát a začít žít. Bez alkoholu. Mám se co učit do konce života a už se v něm necítím sám, což jsem nikdy v mém předchozím životě vlastně nezažil a to je mi třicet jedna a teprve rok žiju bez alkoholu. Super. Přeju hezký den.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 22/06/2012 20:33

Děkuji.Jsem ráda za Vaše příspěvky.Jsem mimo jiné i pacientkou Dr.Turkové.Svoji celoživotní odborností a praxí právě věnovanou alkoholismu ji rovnám mezi odborníky tytu Dr. Nešpor

Dr.Skála,Dr.Profous,Dr. Turková a určitě spousta dalších.Nikdo z nich nepopírá že pomoc AA nepůsobí-NAOPAK!Doporučuji svým pacientům aby se zapojili k společenství AA jako k podporující léčbě své závislosti, která léčebnou rozhodně nekončí.Jsou to lékaři specialisté, které mimo jiné uznávám stejně jako spol.AA:Bez lékařů odborníků a jejich pomoci se neobejdu-stejně jako bez zapojení se do spol. AA.A jsem za to a nejen za to nesmírně vděčná!

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 23/06/2012 04:17

Ještě dr.Vrbová, prim.Houdková....přibývá lékařů, odborníků na závislosti, adiktologů, kteří AA fandí, a je to úplně nejlepší, co může být, spolupráce :lékař a AA, pacientovi to jen pomůže.Ve světě to takto funguje léta.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 24/06/2012 07:23

Na alkoholismus léky neexistují, doléčování je nutné, za 3 měsíce v léčbě člověk pochytí málo důležitých věcí pro své uzdravování.AA naučí nemocného žít vedle alkoholu, dá mu zázemí, a pomůže .Znám lidi, co přestali pít jen díky AA, do léčebny nemuseli jít.Jen vzít tu svou nemoc vážně, ubrat z ega, s pokorou začít abstinovat, a jde to.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Andrea39 - 26/06/2012 15:14

Hezký den všem,

ani nevím, co psát, před rokem jsem byla na začátku, který jsem až do března zvládla. Psala jsem o slastech nepití, o tom, jak je to bezvadný, když jste jen vy a nic Vás netrápí. Nikdy, nikdy to nezkoušejte znovu. Stačí jeden doušek a jako já, možná i Vy budete v háji. To přetvařování, to, aby člověk byl fit, než uvidí svou rodinu, to lhaní sám sobě, že to zvládáte. Mám toho po krk, ale vím, že si za to můžu sama. Nikdo mě k tomu nenutí, rodina je v pohodě, jen práce je nějak na nic, a tak to vlastně začalo. Byla jsem na sebe tak pyšná, dávala jsem všem rady, byla jsem toho plná, teď jsem tomu znovu propadla. Ne denně, ale jednou týdně a těším se na to. Což je odporný.Mám strach jít domů, že to na mně poznají, říkám si, kolik ještě hodin mám, než se s nimi uvidím... Tolikrát jsem jim zalhala, že to nepoznali, ale pokud lžete sami sobě jako já, jste v háji. Podvádíte se a už to není jako před rokem, kdy jsem se bála o život, tak jsem ze dne na den přestala. Žila zdravě, běhala, nepila, zhubla a po tři čtvrtě roce je to zpět.

Musím se dát dohromady, chci to, kvůli sobě. Štve mě, teď už jo, že můj partner si dává vínko- ne že bych ho chtěla taky, ale protože si připadám méněcenná, že nesmím, nemůžu. Je to takový hnus, že si říkám, proč zrovna já?

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 26/06/2012 16:03

Andreo,určitě to půjde a chytneš se.Jen jsi svoji nemoc podcenila.Je důležité stýkat se se stejně nemocnými lidmi,kde nemáš šanci zapomenout na svoji nemoc.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 26/06/2012 17:29

Zdravím Libušku,Janu M.a též Andreu 39.

Libuško,ty určitě už tušíš co přijde... :(

Už dlouho,dlouho to tu pročítám a musím pochválit jak Libušku,tak i Janu jak to tu pěkně kočírují a pomáhají.Ženy,jste úžasné :woohoo:

A teď k Andree,a u mě s pravdou ven.Už v tom též zas lítám a jsem opět na palici.Takže tě Andreo chápu a vím jak se asi cítíš,ale nesmíš to vzdát.Já jsem teď momentálně tak psychicky rozhozená,že bych se raději neviděla!Ale jediné co mám v hlavě je :PŘESTAT a konečně to dokázat!!!Padla jsem zpět asi před 2mi měsíci,kdy se stala rodinná tragédie a já se chtěla jen uklidnit a vyspat se.No a jsem teď v prdeli jak nikdy.Klidná nejsem vůbec,a moc toho též nenaspím.No...a stálo mi to za to?Teď už jen vzpomínám,jaká jsem byla chytrá silačka :angry:

Ale mám tu naplánovanou abstinenci,a měl by se ke mě připojit i vám jeden známý, který tu se mnou bojoval už na poprvé(že Petře?),tak to Andrei můžem zkusit ve třech a Libuška(Anděl strážný)s Janou nám budou rozdávat moudra a sílu.Jestli mě už neodepsaly :(.

Moc vás zdravím a přeji pěkný den.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 26/06/2012 19:33

Bludilo bloudivá, už jsem měla strach o Tebe.!Žiješ, hurá,a nezoufejte dívky, je dobré, že litujete, že už jste poznaly krásu abstinence, věřím Vám, že začnete znovu, a s chutí.Škoda každého propitého , zničeného dne!Život příliš rychle utíká, takže-jedem jako s medem, a nechlastejme!Andrejko, Bludičko, jasný????????Kurňa, my dámy nepijeme!

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 26/06/2012 19:47

Libuško,Andílku.....

děkuji za podporu.Sedím tu,čtu,je mi zle ze sebe sama a dodávám si odvalu,že to zase dám.Slzy tečou velké jak hrách,ale vím že ty mi nepomohou.Co říct????Neposlechla jsem,že po každé je to jen horší a horší.Je mi opravdu hůře než po prvé.Před tím jsem to nebrala jako selhání,jen jako že jsem to

nevnímala. Ale teď jsem přece musela vědět do čeho jdu!!!! Nééééééééé, já kráva blbá myslela jak jsem poučená.

Libuško, jdu do toho s plným nasazením, ale moc si nevěřím, ale dám do toho vše co půjde. Děkuji, že nás slabochy nikdy nezavrhuješ. A děkuji i za toto písmenkování. A za to co jsi pro mne udělala v minulosti, jsi bezva osůbka.

Pa, bláznivá Blůďa.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 27/06/2012 05:29

Příště Ti asi přijedu naplácat na holou. Uvědom si, že něco, věc, ve flašce, z Tebe dělá nulu, otroka, už se naštví co nejvíc na ten chlast, a šup, úsměv, a bude dobře. Když bude smutno k nevydržení, zavolej!

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 27/06/2012 13:17

Ahojky Libuško,

naplácat bych nepotřebovala, ale pořádně seřezat!!!!

Je mi všelijak, vše bolí, nemůžu se na nic soustředit a připadá mi, že mi někdo nafoukl hlavu a mám jí velkou jako balón a v něm duto. No asi tam duto je, když se chovám jako pako :huh: .

Poslechnu tě a pokusím se na to svinstvo pořádně naštvat a pak třeba balón splaskne a možná v té mé hlavě něco moudrého ještě zůstane.

Díky a měj se pěkně.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Hanka - 27/06/2012 14:30

Ahoj, holky, co zkusit antabus... je to sice taková berlicka, v hlavě ti nic nesrovná, ale máš na ten rok klid a vytvoříš si nový, bezalkoholový stereotypy :)

Hanka

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 27/06/2012 16:01

Zdravím Hani.

Já nevím jak antabus přesně funguje,ale to co jsem se dočetla je,že je ti po něm zle či co?Nějak tomu nerozumím,zle mi je i bez něj :(
Ale jestli s ním máš zkušenost,tak prosím přibliž.
Díky.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 27/06/2012 18:27

Před braním antabus musíš podepsat prohlášení, že jsi si vědoma toho, když se na něj napiješ, můžeš zemřít.Každý, kdo to zkusil, sice nezemřel, ale měl hrozný stavy, dýchavičnost, rudnutí, hrozná pocity.Je to berlička, abys měla strach se napít, jinak nic neléčí.Na Slovensku je už prý zakázaný.Zkus ho, Bludi, ale musíš docházet do ordinace, 2x týdně, je možné, aby Ti ho dával někdo i doma.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Hanka - 27/06/2012 21:01

Ano, je to tak, na Slovensku je zakázaný od roku 1996. Ale v mém případě fungoval bezvadně... určitě není pro někoho kdo je na dně a rozhodnul se upít se. Nicméně pro nás holky, co jsme neukázněné, pijem tak trochu z nudy a tak trochu pro zábavu, ale v podstatě se o sebe bojíme a napítí na něj bychom neriskovaly, si myslím, že může být užitečný.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 27/06/2012 22:17

Děvčata,
velké díky za vysvětlení.
Libuška ví jaká jsem sralbotka,a že se stydím jít s pravdou na veřejnost.Ale děvčátka,já nepotřebuji antabus abych se bála o život,já se o něj bojím už teď.Já toho strašně moc přečetla a čeho se bojím nejvíce....je delírko.Nikde jsem se o tom nedočetla úplnou pravdu,ale když přece něco.....,tak jen to,že po delším nepití přijde.A já z toho mám panickou hrůzu!!!!
Nepřestanu pít,hrábne mi,skončím někde ve ztoce a umřu.Přestanu pít ze dne na den,hrábne mi,budu vidět bludy a umřu taky.Tak teď děvčata radťe debilovi.
Moc díky,že jste.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Hanka - 27/06/2012 22:57

:) no já to měla tak, že jsem sice věděla, že bych neměla...ale "neměla bych" neznamená nesmím...takže jsem si sice řekla, že nebudu... ale když přišly myšlenky na to, že bych si přece dala, jen trošku, bez rizika... bránila jsem se těžko... občas to vyšlo, občas ne a pak byl průser... jde o to, že jsem pořád měla skulinku v tom rozhodnutí nepít... ten antabus mi jí pomyslně zavřel... už nebylo nad čím přemejšlet, bylo definitivní, že nemůžu pít :)

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 27/06/2012 23:13

antabus ti nezaručí,že se po něm nenapiješ.Vždy záleží na pevném rozhodnutí!Antabus ti může zaručit jen to,že se nerozpiješ do nekontrolovatelného pití-už jeho účinek po napití ti způsobí stavy nevolnosti a máš čas se opět vzpamatovat mnohem dřív,než přijde to nehorší!Podává se v odborné ambulanci psychiatra a provádí se i dechové zkoušky.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 28/06/2012 04:38

Bludičko, Tebe ničí jak chlast, tak Tvé selhání, už je toho na Tebe moc, je na čase opravdu skončit.Začni s áčkama, přitvrď na sebe, nevymlouvej se , jde o Tvůj život.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 28/06/2012 12:55

Děkuji za vysvětlení co se antabusu týká.Tak konečně chápu princip.

Libuško ty máš vždy pravdu.Ano,bojím se všeho co jsi napsala a budu muset opravdu přitvrdit,jinak mi ze sebe samé hrábne!!!

Dnes dopoledne jsem prožila takový stav hrůzy,třesu a paniky,že jsem myslela že už je to konečně konec a bude pokoj.Ale ještě asi nepřišel můj čas,a tak do toho jdu opět s vervou a doufám,že mě ten nahoře(spíše dole)ještě nechce a vyjde to.

Děkuji za rady a podporu a pište a pište,ať v tom nejsem sama.

Všechny vás zdravím.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 28/06/2012 14:03

Jistě sama nejsi, máš nás.A proč nezavoláš, uleví se v pokecu , který máš hned!

=====
Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 29/06/2012 12:03

Libuško zdravím.

Včera jsem nakoupila hektolitry nealka, vitamíny a jiné hlouposti o kterých hlásají, že pomohou a je lépe. Ještě se cítím jako by mě vzal někdo lopatou, ale to se dá přežít :) , včerejšek byl tragický. Divím se, že jsem dokázala oběhat obchody a lékárnu. Ale čemu se divím nejvíce je, že jsem spala celou noc. Z noci jsem měla velkou hrůzu...co přijde a podobně, ale na štěstí mi to prošlo. Asi mě opravdu někde, někdo má rád :P .

Takže se budu chovat slušně a informovat. Snad mi to vydrží.

Držte mi palečky.

=====
Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 29/06/2012 12:34

Tak to je jen dobře, a ať to vydrží!!! Určitě nejsi sama, a máš andělíčka strážníčka, chrání Tě.

=====
Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 29/06/2012 14:01

Bude líp-hlavně se opět nenapít. Na ty hrůzy člověk rychle dokáže zapomenout. Toto ti nedovolí to, když začneš opravdu chodit do AA.

=====
Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 29/06/2012 22:10

Jani,

já bych ráda vyzkoušela AA, ale mám je asi 50km od sebe. Řidičák nemám (asi na štěstí), spoj je tu snad 3x denně, tak je to složité....stejně jako já. A dnešek byl v mé rodině totální průser. Né kvůli pití, ale nějak se to vymklo celkově a já pěkně vybuchla (psychicky). A to jsem ze sebe měla docela malou radost. Tak teď ženy radťe....Co když vás někdo obviní z něčeho co není pravda? Jak se mám zachovat? Fakt psycho!!!!!! A zrovna v době když to nepotřebuji.

=====
Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 30/06/2012 05:17

I toto podezírání patří k naší nemoci. Bludi, divíš se jim? Znají Tě dlouho nalitou, co je má napadnout, když bouchneš? Já, po 8 letech střízlivosti, o sobě slyším-ne už od blízkých-, že piju tajně, fetuju, protože není možné, abych se tak smála, tvářila spokojeně, to se nenosí! Ale je úplně normální, když rodina Tě sleduje, špehuje, ale jen proto, že Tě mají rádi, bojí se o Tebe, ať jsi měla sebelepší opici, stejně jsi jim ublížila.....to, že alkohol nezvládáme, je naše vina, měla bys to AA aspoň občas zkusit, dojíždět, dozvíš se, jak žít vedle chlástu a nepít! Potřebuješ to! Nezdá se Ti, že ty recidivy jsou horší a horší? Najdi si diskuzi áčkařů, Triezvy priester, můžeš být aspoň takto ve spojení.

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 30/06/2012 17:23

Ber to jako zkoušku sebe sama. Není rozhodující a nesmí být rozhodující názor, to co si myslí druzí lidé (byť jsou to naši nejbližší). Mají právo pochybovat, mají právo podezírat-i oni žili v nejistotě a strachu! Pokaždé je rozhodující jen tvé čisté svědomí, jen dobrá víra a tvoje láska k nim. Ty se musíš naučit přijímat i negace ze strany druhých-i těch nejbližších. Alkoholici právě před negací utíkali a dokážou utéct právě k pití! Ber to pozitivně-záleží jim na tobě, mají tě rádi a proto se bojí a podezírají. Také oni toho zažili s tebou hodně, stejně jako všichni, co kdy žili s alkoholikem.

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Marketa - 01/07/2012 23:13

Ahoj Bludi, moc, moc te zdravím, pamatujes si jeste na me? Zavitala jsem na tohle forum nekdy na podzim minuleho roku, psaval jsem si s tebou, Petratou a Libuskou, ziju v Londyne, Libuska me nakonec privedla jak do Triezvy prestor (takovy internetovy AA meeting) tak nakonec i do AA :-). Ja se take pokousela prestat sama, strasne mockrat. Coz o to, nemela jsem fyzickou zavislost, takže prestat nebyl vubec problem, stejne sem nikdy nepila nekolik dni po sobe-ale zase nezacit...-(, to uz bylo horsi. Za par dni az tydnu jakoby se mi z hlavy vymazaly vsechny ty sliby sobe i manzelovi, jak sem se druhy den po tahu zaprisahala -uz nikdy, smatrala v pameti, jak jsem se dostala do postele a sledovala hodiny, kdy uz bude vecer a ja budu moci jit konecne spat a zregenerovat se...

Chapu, ze pravidelne dojizdet bez auta 50km do AA asi neni moc realne (ikdyz urcite ne nemozne), ale sama, jen tady s timhle forem je to temer nemozne prestat natrvalo. Bludi, zaregistruj se aspon na ten TP, najdes si tam casem nekoho, kdo ti bude svymi prispevky nejvice sympaticky, vyberes si ho jako sveho sponzora a zacnes s nim/s ni pracovat na Krocich. S tema je to miliiiiionkrat jednoduchsi. Diky praci na sobe pomoci 12Kroku nejen, ze nebudes chtit pit, ale celkove se ti zlepsi zivot ve vsech smerech-vztahy v rodine, celkovy pohled na zivot a na to, jak se citis-ver me a dalsim milionum ACKARU. Ja mam za sebou teprve 3 krok a uz muzu s jistotou rici, ze to ze me jiz ted udelalo stastnejsi, klidnejsi osobku. Nerikam, ze je ted vse ruzove urcite ne, ale to hezke je mnohem hezci a to zle ma mnohem mensi silu. Strasne moc ti drzim palecky, at se ti v zivote podari dosahnout vseho po cem touzisz a co si zaslouzisz. Rada bych s tebou byla v kontaktu, ani s kroky nejsem za vodou, pokud na nich nepracuji denne a mam tendence si jednou za cas myslet, ze dnes si udelam "pauzu", jiz touto mysenkou pooteviram vratka tomu grazlovi chlástu a napiti na sebe pri nejakem "vhodnem" duvodu na sebe

nenecha dlouho cekat.Uz Bill,zakladatel AA rikal,ze alkoholikovi nejvice pomuze dalsi alkoholik ,tato pomoc je oboustrnna,tim,ze ja pomuzu tobe,pomaham vlastne i sobe a naopak,tak bych se moc rada pridala k tobe a dalsim,kdo to myslí opravdu vazne a byla s vama v kontaktu.Ale ne tady na webu,ale soukrome na mailu.POkud by jsi mela zajem,tak mi dej vedet,pisla bych ti na me mail.POkud ne,nevadi,tak i tak ti strasne moc drzim palecky!!!Pa a dobrou noc,Marky

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 02/07/2012 05:45

Naprosto souhlasím s Marky, co se týče AA, jen dodávám, že alkoholikovi, co chce přestat pít nejmíc pomůže už abstinující alkoholik.A TP je právě nejmíc pro lidi, co mají AA daleko, tam najdou každý den nové příspěvky, názory na Kroky.....Marky, a ostatní, tak jedem!

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 02/07/2012 16:03

Ahojky,zdravím vás všechny.

A hlavně moc děkuji za rady a názory.

Pokusím se stránky TP najít a přihlásit se a uvidím.Je fakt,že tentokrát je to těžší a zažívám fakt horké chvílky.

Markét samozřejmě,že si na tebe pamatuji.Myslím,že jsi též bojovala sama s pitím že?A teď to tedy zkusíš s AA?Nebo si i vyhledala odbornou pomoc?Na email mi klidně napiš,budu za každou radu a pomoc ráda.Piš na beruna3@seznam.cz

Je to vážně zajímavé....k chlastu si člověk cestu najde pěkně sám,ale cestu zpět hledá jen těžko :angry:

Mějte se pěkně.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Marketa - 03/07/2012 00:22

Ahoj Bludi,cela letko,jestli jeste existuje a vubec vsichni trpici,co zde hledaji pomoc,radu,povzbuzeni.Jsem moc rada,ze si na me pamatujes,dnes jsem celou dobu,co mi malej spal(ted mu byly 2 roky) procitala ty nase prispevky a bylo mi do breku.Jak nas ten alkohol srazil v pravidelnych intervalech na kolena,jak jsme ani nemely tuseno-ja tedy rozhodne ne,jak nesmirne silneho, zakerneho a vynalezaveho nepriatele proti sobe mame.Ano blahove jsem chtela bojovat sama,stale jsem si rikala,ze kdyz nepiju denne,nepiju tvrды,nikdy ne rano,nikdy ne nekolik dni za sebou ,nikdy nemela abstak a ja nevim co vsechno mi ma nemocnAna mysl jeste naseptavala,abych nabyla dojmu,ze jsem vlastne jeste hodne v pohode.Ano chodim do AA,dlouho mi trvalo nez jsem jim prisla na chut,naucila se trochu pokore a otevrela sve srdce.Za tech 8 mesicu v AA jsem ziskala neskutecne mnoho cennych informaci,bez kterych vim,ze bych nemnela sancí.Uzasna je kniha od zakladatele AA-Anonymni alkoholici-doporucuju vsem,otevre oci,poradi,vysvetli jak je mozne,ze presto,ze je clovek

naprosto presvedceny,ze uz nechce dal,ze uz nikdy, se za par mesicu napije znovu,pochopi,ze to se silnou vuli nema nic spolecneho,ze mame nemocnou mysl-uz nadosmrti a jestli nechceme zemrit ci se zblaznit,musime na sobe pracovat kazdicky den....(kniha se da objednat na www.anonymnialkoholici.cz a je tam take odkaz na ten Triezvy priestor,jak jsem o nem psala)Proto jsem te i oslovila,zda se mnou chces byt v kontaktu,aby jsme si byly navzajem oporou.POkud by se chtel nekdo pridat,budu samozrejme rada.Jde o to,ze psat si sem-uplne vsechno(zaklad udrzeni strizlivosti je v uprimnosti) neni bezpecne.Chodi sem na forum i lide,kteri nerozumi ani nemuzou s jakou nemoci tu vlastne mame co do cineni,obcas se najdou i zli lide,jejichz reakce cloveka akorat rozhodi a kazdy stres je pro alkoholika nebezpecny,hlavne v zacatcich strizlivosti,navic nechci sve problemy,nesnaze,boly propirat uplne verejne-proto ten soukromy mail.Urcite se ti brzo ozvu.A co Petrata a mladounka Ivanka-vis o nich neco??Jinka zacatkem srpna jedu na 14 dni do Cech,tak chci zkusit AA v Cechach,vim,ze Petrata je z Mostu,tak bych se s ni chtela spojit a zajit s ni a poznat ji,ty asi ale nejsi ze sveru cech,vid?? No mej se co nejlepe,drz se holka,vim,je to tezke,po kazdem napiti to nadseni neni casem az tak silne,alkohol dostal zpět castecne svou moc,bojuje se hure,musis prekonat tech nejhorsich par tynu,pak uz to zas bude lehci,ze srdce ti to preju.Vsem preju at se jim dari a najdou cestu,jak z tohodle pekla ven,mejte se vsichni krasne a dobrou noc,Marky

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 03/07/2012 04:00

Neškodila by taková malá slezinka, co?Vymyslíme něco, holky?

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Marketa - 03/07/2012 09:25

Ahoj Libusko-moc Te zdravim :-)).No slezina by byla urcite super,ikdyz se obavam,ze jsme rozhazene po cele republice,ale nemozne to urcite neni.Uvidime,jak se ozvou zensky nebo i chlapi samozrejme :-))Jlnka doufam,ze je u Tebe vse v poradku,no na TP pises,tak o Tobe vim,jsem tam denne.Docvaklo mi,ze kazdodenni pripominani si sve nemoci a hlavne denodenni prace na sobe je pro me jedina sance na strizlivost a vubec to neni tak spatne nebo "za trest" jak bych si drive asi myslela.Stane se z toho zivotni styl a citim se opravdu dobre :-)).Vysel mi ten clanek v Ceste-diky Tobe-dekuju,mej se krasne,Marky

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Radka - 03/07/2012 12:06

Hezký den, děvčata bojovnice. Jsem také jedna z vás a také bojuju jak se dá. Už skoro tři týdny ani kapku, jde to, i když je to někdy moc těžké. Ale díky vám tady a téhle diskuzi jsem se do toho pustila. Přečetla jsem si plno odstrašujících příběhů a rozhodně bych takto nechtěla zkončit. Také mi dávají sílu skvělé rady od Libušky a ostatních, přímo je hlám a snažím se vzít si z nich hodně pro sebe. Nepila jsem nikdy až tak moc, aspoň si to myslím, ale to si asi myslí každý alkoholik. Moje míra byla

každý večer půl litr vína. To jsem si opravdu hlídala a uhlídala. Přes to jsem nešla, ale mít jsem to musela. Nedokázala jsem si večer bez vína představit. Přes den jsem po alkoholu ani nevzdechla, vůbec mne nenapadlo si dát ani malé pivo po obědě. Prostě to mám spojené s večerem. Přichází večer a já začnu usilovně myslet na víno a táááák bych si dala. Ale už si nedávám, držím se. Začala jsem mít dost velké zdravotní problémy i po tom relativně "malém" množství a hlavně i psychické problémy a výčitky každé ráno a z toho deprese. Snad jsem už na dobré cestě, ale chtěla jsem se zeptat, co je to TP, jak mi může pomoci a kde ho najdu???

Všem bojujícím moc držím palce a těm, co nám tak skvěle radí a radou pomáhají děkuji a prosím, nenechávejte nás v tom a buďte oporou i nadále.

Krásný den všem :)

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Marketa - 03/07/2012 14:12

Ahoj Radko, moc te zdravím a gratuluju ke 3 tydnum a samozrejme preju, aby ti to slo i nadale. Urcite je lepsi zacit uz takhle brzo, nez to nechat rozjet. Alkoholismus je progresivni choroba, pokud je clovek alkoholik, bude se jeho piti postupem casu s jistotou zhorsovati. To TP je zkratka pro forum Trievzy priestor (odkaz na nej najdes na www.anonymnialkoholici.cz) a je to jakoby takove internetove AA setkani, ktere bezi neustale. Kazdy den ten, kdo momentalne ma na starosti sluzbu moderatora napise tema denniho zamysleni od Billa - zakladatele AA a ostatni se k tomu vyjadruji svymi pribehy, zkusenostmi, nazory. Stejne jako v AA si nikdo neradi, nekritizuje, nereaguje - ucime se a uzdravujeme tim, ze poslouchame zkusenosti a vypovedi ostatnich. Nemusis prispivat, muzes jen cist prispevky, i to pomaha. Hlavni je, si kazdy den pripomenout s cim mame tu cest, protoze jakmile clovek zacne myslet, ze uz je v pohode - tak od tohoto okamziku se uz nevedomky pripravuje na dalsi napiti. Samozrejme clovek nemusí prispivat jen na danne tema - muze psat o cemkoliv co ho trapi, ale i tesi, proste cokoliv co ma na srdci. Hodne se rozebiraji i Kroky (12 Kroku z knihy Anonymni alkoholici), ktere jsou velmi, velmi dulezite, protoze tim, ze na nich clovek zacne pracovat, zacne poznavat sam sebe, zacne lepe rozumet jak sobe, tak i sve zavislosti (Kroky se daji uplatnit na jakoukoliv zavislost), uvedomi si, proc delal to a to a co je zapotrebi, aby se zmenil a nejen nepil, ale hlavne i zil spokojenym, vyrovnanym zivotem, kde slova strizlivy zivot, pokora, vdecnost, tolerance - jsou v jeho kazdodennim zivote. Plno lidi z AA i TP odradi slovo buh, ktere tam drive ci pozdeji kazdy uslysi. Tady bych chtěla upozornit na to, ze AA ani TP neni zadny nabozensky spolek, jde tu o spiritualitu. POkud je clovek ateista nebo ma vylozene averzi k bohu, je mu doporučeno si toto slovo nahradit pojmem Vyssi moc (VM) nebo Vyssi sila (VS), proste predstavit si, ze jaka si sila vyssi nez ta moje (treba si to nazveme silou prirody, vesmiru atd), mi pomuze v tomhle boji. Ale to uz zachazim daleko, na zacatek je dobre se zaregistrovat, nejakou dobu forum sledovat, dozvedet se o cem vlastne jednostlive Kroky jsou, nedelat si predem zadne zavery, mit otevrenou mysl, nechat vse dozrat.... Drzim kazdicke mu alkoholikovi a tudiz i sobe, at se nam to dari a zijem bajecne strizlive :-))

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Radka - 03/07/2012 14:55

Ahoj markéto, děkuju za milou odpověď. právě jsem se snažila stát se členem fora TP, ale zjišťuji, že princip tohoto fora nějak nechápu a neorientuju se v tom. Psala si, že ze začátku nemusím přispívat, stačí si pročítat příspěvky ostatních. Kde je ale najít? Jak se dá vstoupit do toho fora? Přišel mi mail, že

už jsem přihlášená, ale nenašla jsem žádný odkaz, kterým bych se dostala dál. Zase jenom mailová adresa. Tak jsem docela bezradná!!! :(
Představovala jsem si něco na způsob této diskuze, asi jsem to špatně pochopila :blush:
Poradíš, prosím???? Díky!!!

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Helena - 03/07/2012 15:33

Dobrý den Radko,

i já jsem už před dávnými léty měla velký problém s alkoholem a jeho následkem i dost velké zdravotní problémy.

I díky mé fungující rodině, která mě vždy podporovala, jsem si sama uvědomila, že je načase něco dělat. Začala jsem u své obvodní lékařky, kterou jsme jako rodina léta znali a která o mém problému neměla ani tušení, protože jsem naprosto bez navenek viditelných problémů vykonávala zajímavou atraktivní práci, která se někdy týkala i jí.

Když jsem se jí se svým problémem (jako u zpovědi) svěřila, začala jednat. Absolvovala jsem veškerá vyšetření, která vůbec nebyla dobrá, hlavně hodně špatné jaterní testy.

Tehdy mi řekla, ať si s každou skleničkou představím, že piju jed a pokud chci dále žít, musím okamžitě přestat!

Pamatuji se jako dneska, že to bylo na Velký pátek, kdy jsem jí řekla (a ona si to napsala), že jí to slibuji.

Od té doby jsem se nenapila! A dneska jsem sice již v důchodu, ale dál pracuji a cítím se zdravotně skvěle!

Chodila jsem k ní tehdy na injekce milgammy (vitamíny B), na játra jsem brala ostropestřec a nepotřebovala jsem ani žádné

léky na nervy, na spaní a ani žádnou léčebnu.

Je to o vlastním rozhodnutí a stoprocentní důvěru v lékaře!

Tak Vám přeji hodně štěstí a sil-určitě to zvládnete.

Helena

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Marketa - 03/07/2012 15:34

Ahoj Rado, přečti si pozorně pravidla komunikace na TP, tam se dozvis důležitá pravidla. Jinka to není jako toto fórum, které je formou diskuze, casem se v tom zorientuješ, me to take chvíli trvalo :-)). Jestli jsi se správně zaregistrovala, mělo by ti na tvůj mail přijít od moderatora denní zamyslení-nejspis asi az od zitrka a mely by se ti opet v podobě mailu na tvou adresu ukazovat jednotlivé příspěvky členu. Ty by jsi veřejně neměla reagovat na neci příspěvek (pokud to není moderátorem dané denní zamyslení či téma týdne), vždy by jsi měla přispívat jen svými zkušenostmi, nesoudit, neradit, nekritizovat ostatní-stejně jako v AA, ale pokud budeš mít potřebu někoho oslovit, s někým se poradit nebo mu jen třeba poděkovat za jeho příspěvek, tak můžeš-ale přímo na jeho soukromý mail a vaše soukromá korespondence pak bude jen mezi vámi. Snad ti to trochu pomohlo, kdyby ne pis, pa a drz se :-)) Marky alkoholicka

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Marketa - 03/07/2012 15:46

Mila Helenko,predne bych Vam chtela pogratulovat k vasi strizlivosti, vytrvalosti a odhodlanosti.I zakladatel AA Bill rikal,ze jsou mezi nami alkoholiky i taci vyjimecni lide,jako jste vy a bylo by fajn,kdyby kazdy z nas mohl prestat pit jen silou vule a obav ze zdravi,bez nasledneho celozivotniho "dolecovani".Proc to ale ve vetsine pripadu nefunguje je ten fakt-ze jen prestat pit v naproste vetsine nestaci-tim,ze prestanu pit si sice dam dohromady telesnou schranku,ale neodstranim pricinu-podstatu proc se ze me stala alkoholicka.Takze presne tak,jak vam pani Helenko strasne moc fandim,tak take prosim ostatni,co to opakovane zkouseli a selhali,aby vyhledali krome lekare i pomoc anonymnich alkoholiku .kdybych si tak ja usetrila roky zbytecných kocovin,ostud,slz,nebezpecnych situaci, porusených slibu a to me jaterni testy byly stale jeste vyborne,takze telo tak nejak zvladalo dobre-ale ta duse..:-((

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Helena - 03/07/2012 16:56

Vidíte Markétko,každý z nás alkoholiků to měl a má jinak-ale problém zůstal stejný. Nechci nikomu radit,napsala jsem jenom svůj příběh a každému ze srdce přeji,aby si k uzdravení našel tu svou cestu-v každém případě strízlivý život je úplně o něčem jiném,ale to Vy už sama víte.I mě určitě spolu s lékařkou pomohla víra-jsem hluboce věřící. Děkuji za Vaši reakci a přeji Vám hodně štěstí v životě a teď' aktuálně krásné léto. Helena

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Marketa - 03/07/2012 17:22

Ano Helenko,souhlasim s vami-strizlivy zivot je o necem uplne jinem a AA neni spasa pro kazdeho,jen mi strasne moc zalezi na tom,aby se informace ,ze tato moznost tu je sirila mezi co nejvice trpicich,kteři si myslí,ze selhali,ze jsou k nicemu,kdyz nedokazou sami prestat-tak jak jsem se citil ja a nechapala to,trpi a spolecne s nima jejich rodiny,je mi z toho opravdu smutno...:-((. Ale nebudu koncit smutne,preju vam krasny zbytek dne,NSJK(na svete je krasne)-to jsem okoukala od TPckaru :-))

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Ivana - 03/07/2012 19:32

Ahoj ahoj ahoj :)

...pamatuju si Markéto, jak jsi tady předtím psávala.

Tyjo... pěkná změna :silly: :)

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 03/07/2012 20:48

Ahoj holky.Svět je malý,natož naše republika.Pokud se nestane a já věřím,že proto,aby se tak nestalo uděláme maximum?!!!Tak na sebe určitě někde narazíme!Možná chodíme kolem sebe ani o tom nevíme.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 04/07/2012 06:33

Každý může porovnat naši Markétu před příchodem na AA a nyní.Je to skok, změna k nejlepšímu, jsem moc ráda.Tak co ta slezina?Čas letí!!!!

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Marketa - 04/07/2012 13:56

Ahoj spolubojovnice :-)),Ivi,ty jsi tu byvala takovy benjaminek,uz tenkrat jsem te obdivovala,ze uz si v tak mladem veku dokazes priznat,ze mas problem a take s tim neco delat.Jsi priklad pro ostatni mlady lidi :-))Jani,Tebe take zdravim,ctu si Te na TP,doufam,ze se Ti dari dobre,jste s Libuskou takove vytrvale lvice bojovnice za kazdou alkohlickou dusi,co sem prijde hledat spasu.Je krasny videt,ze vsechno to zlo,bolest a utrpeni,kterym jste si obe prosly jste dokazaly obratit v dobro pro ostatni a verim,ze jste tak usetrily mnoho dusicek pred tim,aby si museli projit tim samym :-))

Ted k te slezine-Bludi,Jani,odkud vy vlastne jste?A nemate nekdo nejaky kontakt na Petratu,ta bydli jen kousek ode me a uz tenkrat jsme planovali,ze spolu zajdem na AA,az budu v CR.Ivi ty si myslim z Prahy vid??Jinak Libi,koukala jsme na mapu, z Teplic to mam k tobe 3,5h jizdy,coz je hodne,navic nikde nemuzu prespat,protoze mi nikdo nepohlida maleho a manzel vzdy kdyz jsme v CR ,tak maka jak blazen a stavi nam baracek.Jde to strasne pomalu,kdyz je to takhle vzdy jen na par dni v roce ale mozna by 1 den vynechal, vic po nem ani nemuzu chtit.Kdyby jste ostatni byli nekde po ceste,tak muzu vzit 3 lidi k sobe.Sama bych snad ani nejela,nerada jezdim takove dalky sama.Takze takova je moje situace.Takze u me to mozne je,pokud se nekdo prida a nepojedu sama,vyjely bychom rano a vratili se nekdy v noci....

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Ivana - 04/07/2012 14:17

Ahoj :)

...No já jsem z Brna.

Ale možná bych to pak mohla nějak vykoumat - když dáte blíž pak vědět kdy.

Jinak k tomu věku a situaci... ono už nějak nebylo vyhnutí tomu (přiznat si, že jsem alkoholička). Bývalo to ukrutně ukrutný. Hnusný, blbý a byla jsem naprosto v pasti. A pak mě můj psycho život dotlačil k tomu, zajít na AA.

A :silly: :)

...dobré, dobré, dobré :) :) :)

Zažívám pocity, který jsem myslela, že nikdy mít nebudu.

Jsem šťastná...

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 04/07/2012 14:33

Na Petratu pošlu kontakt.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 04/07/2012 16:06

Já jsem z Ostravy.No přes AA jezdíme do Brna na krokáč-s Libou.Přes AA se usiluju dostat aspon'na jaře do Beskyd.Těch akcí a příležitostí právě přes AA je spousta a po celé republice i na Slovensku.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil petrata - 05/07/2012 06:27

zdravim vas divky...a ja nejak nemam potrebu se schazet, omluva ale mam to tak...obcas sem nakouknu a poctu si, a poprosim libu zadne kontakty neposilej, dekuju...tusim ta anonymita je dulezita...

drzim vsem palce, ja jsem relativne v poradku..zacka jsem si resit jaksi jine veci..priciny a on ten alkohol nejak opustil muj zivot sam..mozna i pro to o tom nechci moc debatovat..

alkohol je proste blbost, zivot je dulezity..jen on na to asi nejak musi kazdy dojít sam..drzte se damy,

metod spousta a AA mohu taky jen doporučit:) hezke leto vsem

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Marketa - 05/07/2012 09:31

Ahoj Petrato, moc te zdravim a Tve prani samozrejme respektuji, ikdyz bych lhala, ze me to nemrzi. No, neda se nic delat, jedem dal i Tobe moc moc drzim palecky at se Ti dari-ve vsem, nejen s alkoholem :-)

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 05/07/2012 09:58

Petrato, bacha, nepodceňuj ten chlast!!! Máš ho v hlavě, on jen čeká, a udeří!!! Je to hajzl! A nepotřebuješ pomoc jinak?

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil petrata - 05/07/2012 10:05

zlatička jste..díky...libi já alkohol vůbec nepodceňuji...vím moc dobře co se mnou dělá, jen jaksi není centrálou mého života, ať už ve smyslu pít či nepít...držím Vám všem palce ať se Vám daří co má a budu se ozývat..to víte, že jo..hojda!!

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 05/07/2012 12:48

Petrato, stačí, když napíšeš-Žiju, nepiju!, a budu ráda!

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 05/07/2012 20:03

Ty centráló OPRAVDU HO NEPODCEŇUJ.JÁ SE NEDÁVNO V CHLASTU VYKROUPALA-JE VYČURANÝ JAK BĚDA A MÁŠ S JÍM ZASÁHLOU I MYSLIVNU.STEJNĚ JAKO VŠICHNI ALKOHOLICI.NENÁPADNĚ ČEKÁ JEN NA SVOJI CHVÍLI,KTEROU MU NEVĚDOMKY DOVOLÍŠ ABY ZVÍTĚZIL.TAK POMALU A OPATRNĚ!Když jsem si procházela každou svoji recidivu-a teď tu poslední?ŽASLA JSEM,JAK JSEM DOKÁZALA OBLBNOUT SEBE SAMA A CHTĚLO SE MI Z TOHO ZVRACET!

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Helena - 05/07/2012 20:30

Možná by bylo dobře si po sobě přečíst,co jste napsala.Nevím sice komu,ale já bych vám nerozuměla!

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 05/07/2012 22:07

Heleno,můžete být jenom ráda,že tomu nerozumíte.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Markéta - 06/07/2012 08:51

Helenko,verte tomu,ze ja velmi dobre rozumim tomu,co Jana napsala,kazdickemu slovu,stejne jako tomu musi rozumet kazdy alkoholik,ktery se snazil opakovane prestat pit.....

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil petrata - 06/07/2012 17:56

myslím, že netřeba tak vířit vášně, každý má jiný příběh, jinou zkušenost a každý má i jinou cestu, všem vám držím palce a mějte se dobře, já se mám, žiju a občas i piju, jen mne to tak nedrtí, mám fakt jaksi jinou centrálu a už to prosím netřeba komentovat, když budu potřebovat tak se ozvu, mějte se..

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Helena - 06/07/2012 19:02

Dobrý den Petrato,
přestože Vás vůbec neznám jsem na Vaší straně.Opravdu není třeba vířit vášně a opravdu má každý jiný příběh-což na tomto fóru ne každý chápe.Nedá se každému radit podle nějakých pravidel.
I já jsem měla s alkoholem velké problémy,ale taky jsem si je vyřešila sama a po svém.
Už sem raději psát nebudu,ale speciálně Vám přeji ve všem v životě hodně štěstí!
Helena

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 07/07/2012 07:52

Nééé!Ozvi se někdy jen tak, aby jsme věděli, že jsi.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 07/07/2012 22:15

Petrato-nic nenamítám bez poznání cesty dolů není motivace ani chut'chtít nahoru.Hodně štěstí,ale neodpoj se.Helo,co se děje,že to chceš vzdávat a nepsat tady dál?Naštvala ses?Jestli jo-tak se v podstatě zlobíš sama na sebe a to není taky dobře.Máš pravdu,že to každý máme jinak ALE ALKOHOLICKÁ NEMOC-ZÁVISLOST NA ALKOHOLU JE NAPROSTO STEJNÁ U VŠECH CO SE STALI ZÁVISLÝMI.NENÍ VĚTŠÍ,MENŠÍ ANI JINÁ-JE NAPROSTO STEJNĚ SE PROJEVUJE,ZASTAVUJE(POKUD TO JEŠTĚ JDE)A LÉČÍ (JEN ABSOLUTNÍ STRÍZLIVOSTÍ)

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 08/07/2012 07:37

Jen někdy člověk zastaví svou nemoc včas, protože ví, co je alkoholismus.Já to bohužel nevěděla, pořád jsem si myslela, že se nic neděje, nikoho neohrožuji, neobtěžuji, už jsem ani nemohla, pomalu jsem umírala a ubližovala jen sobě.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 08/07/2012 15:36

Já na tom nebyla jinak.Vždyť jsem byla vychovávána ve stylu všechno jde jen když se chce.A já chtěla pít,nepřipustila jsem si to.Věděla jsem že s pitím už mám problémy,ale nepřiznala jsem si to.Stále jsem chtěla pít tak,jak tomu bylo ještě dříve,ještě tenkrát,když jsem nebyla závislá na alkoholu.Stále jsem si namlouvala,že se to zase vrátí.Opak byl pravdou.A také mi trvalo,než jsem pochopila a přijala,že už jsem dávno za dělící čarou, která rozhodla o mé závislosti.Jediné co můžu?Usilovat o to,abych se nenapila.A tak se snažím a když polevím?Tak se nestačím divit.Ale zvedám se už za pomoci všeho a všech.Vím,že to jde.Vím,že je o co stát-a stojí mi stále za to chtít žít.Jinak žít!Tak jak se mi to dařilo téměř 9 let.Ted' chodím na Antabus každý den.Měla bych už opět první rok.Přišlo pokušení, které jsem nezvládla-s ním i recidiva.Škaredá recidiva.Mnohem horší,než předtím.Jsem vděčná,že se mi s pomocí dětí podařila zastavit,jsem vděčná dětem-i když jsem je zklamala a bolelo je to stejně jako mne mne nezavrhlí.Jsem vděčná dr.Turkové za Antabus.Jsem vděčná všem z AA,že mne přijali a neodsoudil mne jediný člen.Všichni ví,nebo aspon'tuší jaký je to pocit soudit sebe sama-spravedlivě,čestně.Především tak,abych si mohla vzít z toho soudu ponaučení a udělat nápravy jak jen je to možné-v tom pozitivním slova smyslu a zvednout se.A ne tak,abych zůstala ochromená sebou sama zlomená ležet na zemi zavalená nenávisťi či sebelítostí abych se definitivně upila.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 12/07/2012 22:56

Ahojky všichni.

Byli jsme chvíli mimo domov a možná na víkend zas vypadnem,tak nevím jak se ozvu.

Byla by lež kdybich napsala jak se cítím fajn.Zatím to tak není.....,ale je fajn,že jste tu.Asi to opět nějaký pátek potrvá až bude lépe.

Ale zdravím Petrátu,ahóóój...jsem ráda,že jsi :)

A teď k Janě...Jani asi jsem pako,ale pochopila jsem to dobře že jsi trochu po dlouhé době zazlobila?Možná vážně špatně chápu,mám vypitý mozek,ale jestli se nemýlím,tak ti opět držím všechny palce co mám a věřím,že vše bude OK,protože ty jsi OK a super baba.Ale nejspíš jsem jen hloupě četla a ty jsi v pohodě a já se tomu jen těším.Tak pokračuj ve svém psaní a radách,jsou fajn....díky.

Mějte se krásně.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 13/07/2012 06:55

Bludi, neber to tak na lehkou, recidiva je průšvih, každá je horší a těžší!Důležité je, že Jana znovu začala abstinovat, je to dobře.Nevzdává se!

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 13/07/2012 20:26

Máš pravdu.Odjela jsem na chalupu.Vystřídat sestry, které si vzaly mámu-mám ji v péči je už demontní.Vzaly si ji at si doma odpočinu.Všechno v hlavě srovnané jsem odjela.A tam mne čekalo po jejich odjezdu překvapení v lednici-otevřené víno,které nedopily.Dva dny se nic nedělo,potom už mi to víno začalo vadit-že ho v té lednici mám.Nic chytřejšího mne nenapadlo,než je sama vylít.Bylo to zcela poprvé co jsem vůbec něco takového udělala.Neměla jsem dobrý pocit ani pak.Byla jsem na segry našťvaná-vzala jsem to jako bezohlednost.Ani jsem si nepřipustila,že jsem se od té chvíle,co jsem to vylila začala chovat zcela jinak.-Tak jak jsem se chovala v období,kdy jsem pila!Za necelé dva týdny na to,jsem začala pít doopravdy.To,co se tak nenápadně rozjelo už šlo naprosto mimo mne.Nemohla jsem to pití zastavit!Až do chvíle,než jsem si tento stav nepřiznala,než jsem ho přestala utajovat a než jsem byla schopna požádat svého nejstaršího syna a jeho manželku,kterí tam bydlí o pomoc.Po návratu z chalupy domů jsem šla hned k DR.Turkové.Nyní chodím na Antabus ne 2x v týdnu,ale každý den,na její doporučení také min.2x v týdnu do AA a každý měsíc na její sezení pro alkoholiky,které pořádá.Jsem jí za to nesmírně vděčná,stejně jako dětem,které mne neodsoudily ale pomohly.Uvědomuju si,že si svoji prioritu č.1,kterou je a musí být ve všech případech a za všech okolností má střízlivost musím naučit respektovat a uchovat tam,kde patří a tak jak patří!Můj život se může odvíjet jen od mé střízlivosti od ničeho jiného!

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 13/07/2012 21:24

Při jednom sezení u Dr.Turkové mi připadalo směšné,když jsem slyšela zmínku o tom,že mnozí alkoholici použijí rukavici,když jsou nuceni z nějakého důvodu manipulovat se zavřenou láhví alkoholu.Tato ochrana se mi zdála až přespříliš přehnaná!Můj názor jsem změnila po své recidivě.Udělat všechna protipatření včetně toho odstranit vědomí o vlastní síle a soběstačnosti co se týká alkoholu,bez ohledu na druhé je vždycky žádoucí.Je vždy jen v zájmu mého vlastního života.A o ten se mi už především jedná.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 14/07/2012 04:01

Jano, díky za to, že jsi se svěřila, riskovala posměšky!Kéž by v této zemi bylo víc lékařů, jako je zlatá dr.Turková.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 14/07/2012 17:40

Nemám se za co stydět.Neberu to opravdu jako ostudu,že jsem měla recidivu.Neberu jako ostudu,že se to někdy zvrtné.Ostudou je vědět a zůstat ležet a nedělat nic.Jako průser beru,když někdo nechce přestat a všechno vzdá.Už se nestydím ani za to všechno,co jsem svým pitím napáchala-je to minulost.Poučná minulost,bez které bych vůbec nevěděla a neumněla to co dnes vím a dokážu.Pochopitelně jen bez alkoholu.Ten znám-tam se nemám proč vracet.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Marketa - 14/07/2012 20:22

Ahoj vsem,Bludi,jsem rada,ze jsi se ozvala a ze jsi tak nejak v poradku.Jen se chci zeptat,zda jsi dostala muj mail,nechci nejak nalehat,jen chci vedet,ze ti ten muj "roman"dosel.POkud ano a jen nejsi ready,nevadi,treba jednou prijde ten spravny cas.Kazdopadne ti moc drzim palecky,stejne jako sama sobe a vsem tady.Hezky zbytek vikendu,Marky.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 16/07/2012 10:52

Zdravím všechny.

Jani díky, že jsi tu popsala tvou recidivu.

Vážím si toho, alespoň nám tu všem co přemýšlí o pití a nepití dáváš naději, že když se chce tak to jde. Jsi super :)

Marky, já od tebe dostala dva mejlíky a na ty jsem ti odepsla. Žádný jiný mi nedorazil, tak nevím kde se to podělalo. Zkus mi ještě něco poslat a když dorazí, tak hned odpovím. Díky.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 16/07/2012 19:40

Bludi díky. Ty jsi taky super. Neboj, ono se určitě podaří i tobě z toho šílenství úplně vystoupit - a bude dobře.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 16/07/2012 21:01

Jani doufám, že na tvá slova dojde a opravdu budu OK. Nic jiného si nepřeji i když teď momentálně se cítím nic moc a děsně sama a děsně neschopná :(

Ale půjdu dál za svou střízlivostí a věřím, že ji najdu a zůstanu s ní.

A hlavně děkuji za tvá slova, která teď moc potřebuji a která mě moc pomáhají.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Alfard - 17/07/2012 07:34

Ahoj Bludičko. Jak se Ti daří? Držíš se? Dlouho jsem tu nebyl a nemám energii číst celé fórum.

Vzpomínáš, jak jsme si před rokem tady psali? S Petrem, se Sisi... Kdoví, jestli tu taky někde jsou a jak se drží. Já jsem na tom blbě a jak praví titulěk "nevím, co dál". Přesněji, vím, ale nedokážu to. Kazím si krásný život a každé ráno doufám, že včera to bylo naposledy.

No nic, jen jsem Tě chtěl pozdravit, když už jsem našel Tvůj příspěvek, koukajíc v ranní depresi zase jednou na tyto stránky.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 17/07/2012 08:16

Nelze doufat, čekat na zázrak. Ono se musí na sobě máknout, něco se sebou dělat!!!! Hledat pomoc. Sám to nezvládáš, rad tu máš plno! Nefňukat!

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 17/07/2012 09:02

Zdravím Alfarde.

Jasně že si na tebe vzpomínám,i na Sisi a Petra.Sisi se tu už dlouho neukázala,tak snad je v pořádku.O Petrovi nějaké informace mám a vím,že se nevzdává.Já jak jsi jistě poznal z mých příspěvků opět hledám to své střízlivé rozumné JÁ!!!!A nevzdám to,byla jsem hloupá že jsem toho hada zas k sobě pustila.Ted' sice též zažívám všechny ty hnusoty od začátku,ale za ten výsledek to stojí!!!!Tak ani ty to nevzdávej,vstaň a pojď to zkusit jako tenkrát :) ,půjde to uvidíš.Jen vzpomeň jak bylo fajn,já vzpomínám a jak....

Tak to zkus a napiš,nic tě to stát nebude jen budeš zas šťastnější.

Držím palečky a myslím na tebe.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Alfard - 17/07/2012 09:02

Liba napsal:

Nelze doufat, čekat na zázrak.Ono se musí na sobě máknout, něco se sebou dělat!!!!Hledat pomoc.Sám to nezvládáš, rad tu máš plno!Nefňukat!

Libo, máte pravdu. Musím něco vymyslet. Chci! Ale mám to hodně komplikované - je mi jasné, že výmluvy má každý, tak to nebudu dál rozebírat. Každopádně díky za šfouchanec! :-)

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Alfard - 17/07/2012 09:08

Díky Bludičko za povzbuzení. Pochopil jsem, že i Ty - tenkrát z nás nejlepší - jsi klopýtla. Budu muset to fórum projít, ať mi to nemusíš psát znova. Zkusím se tu zase na chvíli zabydlet :-). Dost mi to minule pomáhalo.

Tak na Tebe taky myslím a držím nám palce. Kéž by to přesvědčení, co má člověk ráno vydrželo až do večera...

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Alfard - 17/07/2012 10:27

Tak jsem si ,Bludi,tohle fórum přečetl a už jsem v obraze. Vidím, že zase bojuješ a nejen Ty... Taky mě zaujal ten TP, možná se po tom podívám. Dnes jsem už pomalu dozrál k tomu, že snad zajedu na AA.

Mám je asi 30km a auto není problém, existuje ale jiný důvod proč tam nemůžu :(Tak by TP mohl pomoci. Fakt je, že bych to potřeboval probrat, ale tohle veřejné fórum má své mouchy. Teď koukám, že jsem vlezl do takového dámského fóra :-), všechny holky vás obdivuju a držím palce a prosím o totéž.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 17/07/2012 10:32

Jaký máš problém s AA?Chceš mě napsat soukromě?Probereme to?TP je výborný, ale musíš chvíli vydržet, zorientovat se tam!Taky dobrá pomoc, ovšem áčka, živý kontakt,to je nejlepší.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 17/07/2012 10:50

Alfarde jaké dámské fórum???

Je nás tu sice více bab,ale to jen proto,že ostatní chlapi nejsou tak odvážní jako ty :laugh:
Jestli si pročítal fórum,tak jsem tam nechala i svůj email,tak klidně písni.Jestli jsi ho nenašel,tak dej vědět a já ti ho dám.Alespoň se budeme moci podpořit i tak.
A nevzdávej se.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Alfard - 17/07/2012 11:22

Libuško díky za nabídku. Problém je spíš takový časově-organizační. Víím, že je to k smíchu - co by mělo být důležitější. Ale já některé věci opravdu nemůžu podělat, což bych podělal, kdybych jezdil na AA. Tady to rozpitvát nechci a kdybych Ti to měl napsat soukromě, bylo by toho moc a stejně bys mi nepomohla. Jen bych se vykecával :-). Ale to TP zkusím...

Bludičko taky díky za podporu, na mail jsem narazil, i když se Ti divím, že ho tady dáváš veřejně-doufám, že se Ti to ještě nevymstilo.
Až se trochu seberu, možná Vám oběma napíšu.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Petr - 17/07/2012 11:30

Ahoj Alfarde.

Je fajn se po roce zase "slyšet"

Máš pravdu, že forum tenkrát moc pomáhalo.

Určitě bude i teď.

A aby si tady nebyl na ty ženské sám, můžu i já občas přihodit nějakou tu perličku.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Alfard - 17/07/2012 12:52

Ahoj Petře, jsem rád, že jsi taky zase tady. Za ten rok jsem se tu skoro vůbec nevyskytoval, tak jsem ani netušil, že se tu zase sejdem. No jo, o rok starší, o rok blbější :-)

Teda mluvím o sobě...

Ale zase mám chuť s tím něco dělat, tak snad se to podaří. A zase si trochu pomůžem.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 17/07/2012 12:58

Tam kde je dobrá vůle? Nesmí být strach ze změn. Beze změny ti dobrá vůle nepomůže. Tak do toho šlápní....ať se daří!

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 17/07/2012 13:12

To je bezva kluci, že se ozýváte, už to vypadalo, že v Čechách chlastají jen ženy!!!!

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 17/07/2012 13:19

Děvčata,

staří holubi se vracejí....No a jedna holubice :uh:

Tak nás nezapomínejte podporovat a umravňovat.

Díky.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Petr - 17/07/2012 13:23

Blbější ne, ale zkušenější.
Jen je potřeba tu zkušenost teď rozumně využít.
Ale jak?

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Alfard - 17/07/2012 14:00

No to je věc slovíček. Já myslím, že jsem blbější, protože i přes více zkušeností jsem se nepoučil. Ale myslím, že dneska jsem se zas nastartoval.
Docela by mě Petře a Bludičko zajímalo, jaký jste ten rok měli. Co se u Vas změnilo? Je na tom něco pěkného i smutného, že jsme se tu takhle zase sešli.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 17/07/2012 14:26

Lidi, pište si tyto soukromé věci na svoje maily, bohužel se Vám to tady může vymstít.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 17/07/2012 17:02

KAŽDÁ UPŘÍMNĚ ZPRACOVANÁ recidiva je dobrá.Může mi říct o mně toho hodně.Co jsem podcenil,v čem a kde je u mně problém.Můžu se z toho poučit,abych se příště měla možnost vyvarovat stejných chyb.Každá MÁ CHYBA-znamená pro mne problém,který neunesu-a tím pádem přijde moje pití.ČÍM VÍCE SVÝCH CHYB NA SOBĚ NAJDU-TY KTERÉ MI V ŽIVOTĚ DĚLAJÍ TĚŽKOSTI A ČÍM VÍCE JICH ZMĚNÍM?TÍM MENŠÍ VZNIK RECIDIVY MI HROZÍ.MŮJ ALKOHOLISMUS JE PŘÁVĚ A PŘEDEVŠÍM O MNĚ.o MÉM ŠPATNĚ NASMĚROVANÉM MYŠLENÍ,KTERÉ MUSÍM CHTÍT MĚNIT,O MÉM ŠPATNÉM VNÍMÁNÍ A PŘIJÍMÁNÍ REALITY-TAKOVÉ JAKÁ JE.tO JSEM NEUMĚLA -PROTO U MNE VZNIKL PROBLÉM PITÍ!

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 17/07/2012 22:38

No Alfarde,
jaký ten rok mohl být...Určitě v něm bylo hodně pěkného no, ale vidíš ten konec :(
A máš pravdu,naše shledání tu je pěkné v tom,že se můžem pokusit zas jeden druhého povzbudit a

vyburcovat. A to smutné je to, že je škoda že jsme si tu dnes nemohli napsat jak se pěkně držíme. Ale třeba to vyjde teď, musí!

Jsem ráda, že tě to shledání alespoň nakoplo a probralo. Pokračuj.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 17/07/2012 22:42

Jani

díky za tvá slova, napsala jsi to upřímně a pravdivě.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Alfard - 18/07/2012 09:59

Libo, myslím, že nic soukromého jsem neřešil. Teda kromě alkoholismu, ale o tom snad to fórum je?

Jani, máš pravdu, ještě mě asi čeká přemýšlení. Dnes už zase s čistou hlavou a bez včerejší kocoviny. Naštěstí ještě pořád se stejným odhodláním.

Bludičko, a to jsi vydržela celý rok až doteď? To je zase velké povzbuzení, vidět, že to jde. A taky důležité zjištění, že se tím člověk nemůže uchlácholit. Já jsem za ten poslední rok asi nebyl bez alkoholu déle než týden. Změnil jsem styl pití, ale výsledek je stejný. Pil jsem prostě programově, měl jsem vždycky přesně spočítané, kolik můžu vypít, abych např. ráno mohl řídit. Ale je znát, že jsem za ten rok pokročil k toleranci a dalším tělesným příznakům. Včera jsem si zase počítal pár příběhů tady v knize návštěv a bylo mi z toho nanic. Tak jsem si říkal, že si tam budu zase číst, až dostanu chuť. Bludičko, teď to dáme! :-)

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 18/07/2012 12:19

Zdravím Alfarde.

Kdybych napsala, že jsem byla celý rok vzorná tak bych kecala. Po nějaké stovce dní jsem škobrtla, pak dala pokoj a pak třeba ještě nějaký den. Ale teď asi v květnu jsem to začala úplně zazdívat. Prostě se mi přihodila jedna věc a mě nenapadlo nic jiného než se uklidnit skleničkou. No a uklidňovala jsem se dál a dál :(.

Ale už to nedopustím, nestojí to za to!!!!

Teď jsem chtěla napsat, že kdybych se potřebovala zas uklidnit, tak raději rozštípu nábytek v obýváku, ale koukám a já tu mám jen skleněné vytrřiny. No neva, i střepy nosí štěstí :P .

Tak se držme, půjde to. Pomalu, těžko, ale půjde.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Alfard - 18/07/2012 14:46

Ale aspoň ses nějak držela. Já jsem se ani moc nesnažil. Nebo teda pokusy jsem udělal, ale takové, kdy jsem předem věděl, že to nevyjde. Teď už doufám, že to přesvědčení je pevné...

Ale když člověka zasáhne nějaké neštěstí, tak to chlast opravdu cítí skvělou šanci. Myslím, že i lepší borci to v takových situacích nezvládli. Ale chce se asi opravdu přeorientovat na ten nábytek. Hlavně teda vlastní, ať těch problémů není ještě víc :-).

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 18/07/2012 15:17

No nějak jsem se držela,ale nevydržela :angry:

Ale tentokrát se už držet nebudu,tentokrát už prostě nebudu chtít pít!!!!

No uvidíme jestli to přeprogramování a zjištění chyb pomůže.

Ale jak se říká...za zkoušku nic nedáš.

A ty jsi jak dlouho na suchu?A jak se cítíš?

Ale jestli nechceš odpovídat tady,tak víš kam napsat.

Takže,nepijme!!!

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 18/07/2012 20:14

CO MI HODNĚ POMÁHALO A POMÁHÁ?Ráno poděkovat za čistou hlavu a klidný spánek,prosila jsem a prosím o sílu na přicházející den,abych ho hlavně v klidu dokázala zvládat-to mne uklidnilo a naladilo.Každý večer poděkuju,že jsem ho zvládla,případně si přiznám,že jsem určité věci zvládla velice těžko-ale nenapila jsem se a proto se pochvám sám.sama na sobě znám tu dobrou Janu,stejně jako tu vztekající se furii:Osobně mám raději tu lepší stránku sebe sama-a tu se snažím rozvíjet pozitivním směrem.Vždycky to nejde-a to si musím přiznat jak by té furii, která ve mně chce občas vítězit chtěl chutnat chlast.Vidím u sebe kolikrát,jak jsem si schopna žít svoji zlost,jen aby pohár přetekl a já začala opět pít.Takto u mne taky pracuje závislost!Ovšem vím,že je ve mně i ta hodná Jana,a té stačí kus čokolády a radost ze života a z každé chvíle s čistou hlavou a srdcem.Je vždycky na mně, kterou Janu nechám zvítězit.

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 18/07/2012 22:09

Jani,

opět jsi to vystihla.

Přesně tohle se mi poslední dny honí hlavou a přesně tak jsem to začala dělat.

Jsem šťastná za každý pokrok, za každou střízlivou hodinu a když je z toho nakonec celý den, tak jsem nejšťastnější. Už si neříkám jako poprvé... a zítra zase nesmím pít, ale nechci zítra pít a hned je to jiné. Nebo to alespoň já tak cítím.

No počkám a uvidím co bude třeba zítra, za týden.....nebudu se stresovat dopředu.

Měj se pěkně.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 18/07/2012 22:21

Alkoholika přímo evokuje každé nesmím! Každý zákaz ho burcuje ke vzdoru. Pro nás to je jen signál k dalšímu pití. Nechci si už umíme připustit k tělu mnohem blíže. Je pro nás všechny mnohem přijatelnější a snesitelnější. A my se musíme nejprve naučit hovořit sami se sebou tak, abychom to mohli přijmout. Až se to naučíš ovládat a vejde ti to do žil? Najednou začneš poznávat, že i ostatní tě začnou přijímat naprosto jinak a začneš s nimi také naprosto jinak vycházet i ty sama. Jakým metrem se naučíš odměřovat sobě - v tom pozitivním slova smyslu, takovým metrem budeš odměřovat i jiným lidem - v pozitivním.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 18/07/2012 22:40

Máš pravdu.

Když jsem se o nepití pokoušela poprvé, strašně jsem se stresovala, myšlenky mi v hlavě jen lítaly (samozřejmě negativní), jaký jsem slaboch, jaká lůza, jak nic nedokážu, proč zrovna já a z toho byly depky jako blázen.

Teď jsem vás tu poslechla, že je to nemoc a musí se léčit. Řekla jsem si tedy, že jsem nemocná a nechci pít abych byla zase zdravá. A tak když teď prožívám nějakou tu slabou chvíli a není mi nejlépe, tak se zastavím a říkám si že je to tak v pořádku, že se jen pomalu uzdravuji.

Tak snad v tom uzdravování setrvám.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 18/07/2012 22:57

no vidíš, jaká jsi šikulka. V podstatě každý den ti nabídne nové zjištění, které tě posune kousíček dál od alkoholu. Ovšem za jediného předpokladu, že se nenapiješ. Toto je takové nové tvé nové dobrodružství, kdy si začínáš uvědomovat, jak vlastně funguješ ve své životě ty sama. Je to, ne o druhých lidech, ale jen o tobě a tvém světě. A tvá závislost je uvězněna právě a jen v tobě - tím máš možnost poznávat i ji.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 18/07/2012 23:09

Jani vím,že každý můj malý poznatek je krůček k něčemu lepšímu a i hezčímu,ale po mém karambolu si plně uvědomuji,že nepoznaného je ještě spousta a čert nikdy nespí.Takže tentokrát pomalu a s velkým respektem.Už vím,že každý den je jiný a já žádný nesmím podcenit.
Děkuji ti za tvé zkušenosti,moc si jich vážím.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 18/07/2012 23:18

držím palce.Jsi šikovná a máš to v sobě správně srovnané.Neboj se a spěchat není kam.Všechno má ,ale též chce svůj správný čas.Opatrnost-matka moudrosti!dobrou nocku.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 19/07/2012 10:06

Zdravím,

tak jsem toho moc nenaspala a jsem stále tak trochu bolavá,ale neva....po propitém večeru bývá hůře.Po napití bych sice usnula,ale jak jsem někde četla není to spánek,ale bezvědomí,a tak jsem si po probdělé noci jistá,že v bezvědomí jsem nebyla :laugh: .Tak hurá do nového dne!!!
Jani děkuji za noční písničky a povzbuzující slova.845

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Alfard - 19/07/2012 10:47

Ahoj Bludičko,

nemám teď bohužel tolik času psát tady na fórum (přece jen si to nemůžu otevřít na každém PC, ke kterému přijdu), ale aspoň jsem si počel Vaše včerejší povídání s Janou - pěkné.
Jinak Ti dnes úplně rozumím. Mám za sebou špatnou noc, jsem rozlámaný, nevyspaný a po nějakých včerejších drobných rozepřích doma. A musím plnit náročné úkoly v práci. Ale jsem šťastný, že to není v důsledku chlastu... Tak vzhůru do dalších bojů. Nebo vlastně ne bojů, ale radostí :-)

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 19/07/2012 11:00

Zdravím Alfarde a vítám tě do nového střízlivého dne :)

Je fakt, že taková probdělá noc dá zabrat, ale vynahradí to den kdy víš, že jsi střízlivý.

No a naše zlámaná těla.... Co by jsme od nich chtěli jiného po tom týrání jedy?? Jak jsme se k tělu chovali my, tak se nám oplácí, ale věř bude lépe.

Máš pravdu, s Janou jsem si pěkně popovídala, ví toho hodně.

A chápu, že nemůžeš být věčně přilepený k PC, ale nevzdávej to a piš jak jen to půjde. Pomáhá pocit, že někde je kdosi kdo prožívá podobné věci co já.

Měj se moc fajn a drž se.

=====

Re: Už mě to nebaví....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 19/07/2012 11:05

Alfréde, dobře jsi to vystihnul. Přiznáním si svého alkoholismu každý z nás přestane bojovat. Poznává, že to byl boj s větrnými mlýny a především stál hodně zbytečných sil. Bojovali jsme především a jen sami se sebou, s naší nemocnou polovičkou svého já, které jsme svým pitím dávali pořádně zabrat. V podstatě by se tak choval jenom pořádný variot-ale naše nemoc je také o tom našem šílenství a posedlosti zvané pití. I ta nevyspaná, někdy i probdělá noc je vždycky mnohem lepší, než úděsné rána po předešlé pitce a roztrášené tělo z tichého alkoholického šílenství, které se svírá v abstinenčních příznacích. Vždycky je za co poděkovat, když hledám. A vždycky stojí za to hledat, než brečet, či klít. Přeju vám oběma poklidný den-i když trochu více unavený, přeje jen i tam se kousek radosti vždycky najde-jen nesmí být zavřené oči ani srdce.

=====

Re: Už mě to nebaví....ale nemůžu přestat...

Vložil Alfard - 19/07/2012 15:00

No, nezavřít oči teď odpoledne už dá dost práce. :-) Ale jak jsem tak včera nemohl usnout, trochu rozhozený, stejně mi bylo líp než dřív, když jsem pod vlivem usínal, i když jsem nechtěl. Ty dobré pocity jsou motivující. Asi musí člověk hledat pořád nové a nové radosti-co všechno je lepší, když nepije. A taky trpělivost. Byl jsem takový nastavený, že už je mi tak dobře, že zvládnou všechno...a nezvládnou.

=====

Re: Už mě to nebaví....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 19/07/2012 17:22

o vlastní síle jsme byli přesvědčení všichni proto je tak těžké si přiznat svoji slabost bezmoc vůči alkoholu. Já v tomto směru nebyla jiná. Požádat o pomoc byl pro mne nepředstavitelný problém. Byla jsem zvyklá všechno zvládat sama. Musela jsem učit vůbec si přiznat, když potřebuju a že potřebuju pomoc. Teď už požádat umím-ale stále mám sklony toho na sebe hodně moc nakládat-a věřit, že to zvládnou. Zjišťuju že sice zvládám, ale následně umírám vysílením-a to všechno jsou okamžiky na které můj alkoholický mozek dychtivě čeká-aby zahájil frontální útok.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 19/07/2012 19:32

Začátky abstinence jsou zrádné, daří se nepít, euforie, radosti moc, najednou se něco nepodaří, nikdo nás nechválí za to, že abstinujeme....a zase znovu láhev.Je to tááák stejné.Je nutné se učit, jak na to.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Alfard - 20/07/2012 08:46

Jo, Libo je to tak. Když si to tady člověk přečte, zjistí, že těch schémat chování alkoholika i jeho léčby, včetně jeho pocitů je poměrně málo. Ta skluzavka, po které jede má možná jinou barvu a zatáčky, ale stejný dojezd...

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 20/07/2012 11:15

Jo, jo, smutný dojezd, letos zemřeli v mém okolí 3 lidi , díky chlastu, 35, 42, 51 let.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 23/07/2012 19:52

Jo dojezd....

No Libuško,přeji si abych nikdy takto nedojela do svého konečného cíle.

Zatím....jedu :) v pohodě.

Mějte se krásně.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 23/07/2012 19:59

Bludi, jedem jako s medem, ne?

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 23/07/2012 21:07

Libi,

snad ano,zatím to jde.Jsem zatím poučena z minule.Neberu to jako boj,ale soužití s alkoholem....a co hlavně?S lidmi okolo sebe co prostě pijí a chtějí pít.Budiž jim to přáno,já už vím trošku víc.A určitě díky tobě a Janině a ostatním co chtějí pomoci.

Zatím to jde a je to lepší než s chla....

Jste fajn,díky.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 24/07/2012 07:11

Mně jistě neděkuj, však i Ty mně pomáháš, nezapomínám na své začátky,neusínám na vavřínech, nemyslím si, že už jsem úplně v pohodě.Což nebudu nikdy, alkoholičkou zůstávám až do smrti.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 25/07/2012 22:49

Libuško,

to jsi pěkně napsala.I já se nad tím musím zamyslet...

Přesně....v tomto platí,chybami jiných se musím poučit.

I ty jedna potvůrko,umíš to pěkně nastínit.A slušně :laugh:

Jen tak dál.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 26/07/2012 19:26

Bludi,nechci tě obludit.Podle toho co píšeš se chceš nadále stýkat s lidmi,kteří pijí a trávit společnost s nimi.Vím,že oni nemají problém,ale máš ho ty sama.Ze svých zkušeností se musím přiklonit k názoru psychiatrů s AT zaměřením,s kterými jsem se setkala.Jsou téhož názoru,že minim.první rok by se alkoholici měli tohoto prostředí vzdát.Sama už po třetí startuju svůj 1rok.Ačkoliv už jsem předtím dosáhla více leté střízlivosti.Vím,že to jde!Vím,že nejvíce nástrah a nejméně odolnosti proti nástrahám alkoholu je především ten první rok!Později už to tak velký problém není.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 28/07/2012 22:46

Ahoj Jani.

No máš tak trochu pravdu. Jak se mám odstříhnout třeba jen od zbytku rodiny a příbuzných? To snad v dnešní pijácké době ani nejde :(

Proto jsem psala, že se mezi nimi musím naučit žít. Já jim přeci nemohu kázat a vysvětlovat....já jsem pako závislé na chlastu, a tak ani vy nesmíte pít, nebo se s vámi nebudu stýkat. To já selhala a nezvládla svůj život, oni si můžou žít ten svůj asi jak chtějí. Nevím, ale takhle to cítím. Nemám právo kvůli své slabosti zasahovat, či měnit životy jiným které mám ráda.

No asi takto se v tom motám, takže jestli máš nějakou radu a pomoc, budu za vše vděčná.

Měj se moc krásně a opět děkuji. :)

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Petr N - 28/07/2012 22:51

Normálně jim řekni, že nepiješ a hotovo. A nasad' antabus. Je to pro tebe pojistka. Taky jsem to doma tak řešil. Jednak všichni doma vědí, že jsem dobrovolně na antabusu, druhak i když jsem to omezoval bez něj, tak i při oslavách jsem řekl, že si dám limonádu. Není co řešit.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 28/07/2012 22:56

Zdravím Petře.

No přesně tak to dělám, prostě říkám, že nepiji a nebudu protože mi to nedělá dobře..., no a většinou mám pokoj. Jen ten antabus neberu, plácám se v tom sama, ale umím si zakázat..., ale též jsem to už porušila. Díky.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Petr N - 28/07/2012 23:21

Ten antabus fakt pomáhá, je to takovej nůž na krku. Chodím jednou týdně. V těle se udržím 10 dnů. Sám jsem to vydržel tak měsíc. Potom třeba dva večery po sobě pak zase pár dní pauza. A opět. Prostě v tom bez antabusu lítám.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 29/07/2012 06:14

Bludilko, přesně jak píše Peťa, budeš mít pojistku! Antabus Ti neublíží, pomůže, ulehčí Ti cestu ke střízlivosti, sama se v tom už plácáš dlouho, zbytečně se trápíš. Pořád znovu začínat je únavné.

=====
Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 01/08/2012 22:13

Ahojky Libuško a všichni.

Vím,že vše myslíte v dobrém.....,ale i vám to trvalo než jste k odvaze přišli.Ale i si uvědomuji,že jste pro tu odvahu podstoupili i více strastí.I za to si vás právě vážím,že se snažíte nás blbce neuvědomnělý přesvědčit dříve,než bude pozdě.Každé vaše slovíčko si snažím zapsat do paměti.
Ale vy zase věřte mě,že se snažím jak nejlépe umím a přejte mi to štěstíčko,díky.

=====
Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 02/08/2012 04:43

Bludilo, já Ti upřímně přeji, abys přestala pít,a hlavně vydržela nepít, pak to štěstíčko přijde tutově.

=====
Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 08/08/2012 22:01

Ahojky všem a hlavně Libušce.

Čtu to tu stále a vidím jak je ten chlast zákeřný kamoš.

Je mi z toho všelijak a nechápu...Proč člověk který chce být v pohodě musí projít takovým hnusem???Chlapi to tu píší málo,ale ty ženy,maminy...chtějí být happy a vždy v pozoru a vždy připravené...A co se z nich pak stane???Alkoholičky,fetky?Hlavně,že vše zvládnem.Je to smutné.Mám asi nějaký splín či co.Asi proto,že chci být jednou z nich...vše stíhat,vždy připravená a bez citu?Ne!!!!Takhle to nejde.Chci cítit,chci truchlit,chci být nedokonalá,ale ženská a máma...a hlavně šťastně nešťastná.

Všem děkuji a držím pěsti...a hlavně orlíkovi Petratě.

Pa.

=====
Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Blanusch - 20/08/2012 18:30

Dobrý den, nemohla byste mi Heleno napsat, jaký postup Vás potíží s alkoholem zbavil? Děkuji

=====
Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Blanusch - 20/08/2012 18:35

Jo? A jak pomáhá? Zapomenu, že jsem si ho vzala, dám si pivo a šup - malér je na světě. Pořád si myslím, že by to bylo řešení a pořád se toho bojím, ach jo.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Petr N - 20/08/2012 19:02

Na to že sis to vzala, zapomeneš jediné jestli máš sklerózu. Nebereš ho sama, ale u adiktologa.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Blanusch - 20/08/2012 19:23

Díky za odpověď, momentálně nevím, co to je adiktolog,ale vím, že se to bere v ambulanci, dobrá, ale když jen 1-2x týdně, to se podle mě zapomenout dá, ani ta skleroza nemusí být tak hrozná, prostě se bojím, že se může něco semlet a na ten antabus zapomenu.Fakt je to tak divný?

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Petr N - 20/08/2012 20:19

Jak je možné zapomenout, že chci přestat pít? A jak je možné zapomenout, že po přepití antabusu mohu zemřít?

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 20/08/2012 20:22

Antabus můžeš brát i doma, s někým v rodině, ten Ti ho bude dávat.A nezapomeneš na něj.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Petr N - 20/08/2012 20:46

Ona má na mysli, že zapomene že si ho vzala.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Helena - 20/08/2012 20:50

Dobrý večer Blanusch,

já už jsem to tady někde psala-abstinuju už dlouho.Pila jsem "první ligu"Pořád všechno vypadalo v pohodě a najednou se mi jeden den udělalo zle.Tehdy jsem nevěděla,co se děje.Myslela jsem,že mám mozkovou mrtvici,začaly mi brnět ruce a nohy a nemohla jsem se postavit.Manžel mi zavolal sanitku a ten doktor asi poznal,o co jde-dal mi prášek na uklidnění s tím,abych druhý den šla k obvodní lékařce.Ta mi udělala všechny krevní testy,kde zjistila,že mám hodně špatné ty jaterní.Přiznala jsem jí,že piju,což ona zřejmě stejně poznala.Řekla mi památnou větu,na kterou nikdy nezapomenu.Uvědomte si,že když si dáte na Vaše játra skleničku,je to,jako byste pila jed.Slíbila jsem jí,že se už nikdy nenapiju,protože jed pít nechci.A to jsem od té doby dodržela.Chtěla jsem žít,měla jsem poměrně mladou dceru(osvojenou-svoje dítě jsme mít nemohli).

Takže to je můj příběh,ale není jediný,každému pomůže něco jiného.

Zkuste zapojit pevnou vůli-střízlivý barevný život za to stojí.

Držím Vám palce!!!

Helena

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Bludička - 20/08/2012 22:22

Ahoj Helen.

Napsala jsi to ve zkratce,ale úúúplně jasně.

Díky,zase nové poznání(pro mě) :)

Držím palce a zdravím.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Helena - 21/08/2012 10:55

Ahoj Bludičko,

i já držím palce-zvládnete to,vím to.

Já osobně si hodně vážím paní Jany Mertosové-držte se jejích rad,ona jedna z mála tady ví,o čem mluví.

Zdravím

Helena

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Jana Mertosová - 21/08/2012 20:30

Blanusch proč už teď něco chceš řešit, když Antabus ještě nemáš nasazený??? Na svoji nemoc bohužel myslet musíš. Na svoje zdraví si sice vzpomeneme až je nám ouvej. To, že jsem stala alkoholičkou - to se musím naučit mít na zřeteli stále. Od střízlivého života každého se odvíjí všechno, na čem nám záleží nejvíc. Proto se učím opět zařadit svoji střízlivost na první stupínek svých priorit. Pokud tam hodím na chvíli něco jiného - už je se mnou zle!

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil HELENA - 27/09/2012 19:45

Dobry vecer pani Heleno. Jsem alkoholicka piju jak prokopnuta. Je mi 47 let. Dnes jsem vztala a nemohla jsem se ani na sebe podivat. Nemam manzela ale, pritele. Je to uzasny muz ale ja si ho nezaslouzin. Piju, kourim a pak mu luz ze ne. Dnes jsem vyhledala v mem bydlisti lecarskou pomoc pro zavisle na alkoholu. Mam ale, obavy ze mi reknou ze jsem na hlavu. Pisu vam o radu. Vydobre vite jake jsou stavy po kocovine. Mam pocit ze to mam napsane na cele a kazdy vi ze jsem alkoholik. Nevylezam ven a trapim se.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 27/09/2012 20:10

Dovolím si napsat i já. Na čele nemáte nic napsáno. To, jak jste se opilá chovala, už bylo, nezměníte to. Přestaňte pít, vše bude OK. Je bezva, že jste udělala první kroky ke své abstinenci, teď jen vydržet. Není to lehké, určitě to stojí za to. Přeji Vám i Vašemu přítelovi, abyste fakt přestala s alkoholem, bude pak dobře.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil L - 04/10/2012 10:39

Dobrý den,
na AA jsem byla a pomohlo mi to pochopit spoustu věcí. Ale jako sekta na mě také působí, jejich brožuru jako ateista nemůžu ani otevřít, je plná boha a to mi prostě leze totálně krkem. Souhlasím s tím vyhledat pomoc jinde.

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Michal Pooh - 04/10/2012 11:43

Ahoj L,

pokud Ti AA vadí, můžeš vyhledat jinou terapeutickou skupinu, nebo zkusit léčbu.

Je ale třeba vzít v úvahu, že v ČR nic moc není. Většinou jsou mimo rámec AA dostupné jen skupiny vedené profesionálními terapeuty a ty nemají setkání tak často. V tomto jsou AA asi bezkonkurenční, že se scházejí většinou několikrát týdně, ve větších městech tam můžeš zajít každý den. To je pro nováčka nezastupitelná pomoc.

V našich podmínkách se to dá suplovat snad jen hospitalizací v léčebně, ale ta je jen na tři měsíce a to je taky dost málo.

Přeji úspěšný střízlivý život. MP :)

=====

Re: Už mě to nebaví.....ale nemůžu přestat...

Vložil Liba - 04/10/2012 13:05

L., jistě Vám bylo vysvětleno, že všechna literatura AA je doslovně přeložená z USA, tam Boha uznává spousta lidí. U nás se Bůh nahrazuje Vyšší Mocí. Je jedno, kdo, nebo co to je. Příroda, anděl strážný, AA jako společenství.....něco, čeho si vážíte, máte z toho respekt, úctu, cítíte, že je silnější víc než Vy, a v duchu se jako k tomu modlíte, doufáte, že Vám pomůže.....V sektě musíte spousta věcí, v AA nemusíte nic, jen chtít přestat pít. To je ten zásadní rozdíl mezi AA a sektou, s troškou pokory časem pochopíte, o čem v AA je řeč, kolik lidí Vám bude chtít zadarmo pomoc, a že opravdu fungují velice dobře. Jen vydržet chodit tam delší čas! Nesoudit hned.

=====