

## Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Alfons - 16/01/2010 02:35

---

3měsíční protialkoholickou léčbu jsem tam absolvoval ještě za totáče. Úspěch 100%. Myslím že ani tak nezáleží na léčebně, ale na léčeném. Musí se úplně a bezvýhradně podvolit léčebnému režimu a spolupracovat s lékaři. Nějaké chytračení nemá smysl. Pokud čtu úvahy zdejších lidí postižených alkoholizmem, pak jednoznačně doporučuji nemeditovat a jít na léčení na 3 měsíce, pokud je to jen trochu možné.

Prostě nekecat a dělat. Všechno ostatní je jen prodlužování alkoholické agonie, ničení sebe i okolí.

=====

## Re:Léčebna Šternberk-neváhat.

Vložil hana - 16/01/2010 23:27

---

Jestliže existuje nějaké procento lidí, kteří se ze závislostí poperou sami, tak to není žádné chytračení, podle mě do léčebny všichni nepatří. Jestli někdo z tvých příspěvků nabyde dojmu, že jiná cesta než léčebna není, tak je to opravdu smutné.

Jsi vážně dobrý, že jsi vším prošel a úspěšně jsi se z toho dostal, ale neházej všechny alkoholiky do jednoho pytle.

=====

## Re:Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil ivlik - 20/01/2010 10:29

---

bohužel Hani vsichni alkoholici jsou v jednom pytly,zalezi pak uz jen na tom jak se s tim poperou.znam alkoholiky kteri to zvladli sami,kdyz tak premyslim vlastne jen jednoho.znam alkoholiky kteri se lecili a uspesne a ti kteri se lecili neuspesne a pak jsou to ti kteri si to nikdy nepriznali a nekteri uz nejsou mezi nami

=====

## Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil hana - 20/01/2010 10:41

---

Souhlasím, že jsou všichni v jednom pytli, každý si závislost dobrovolně koupil. Někdo se proclastá do rakve, někdo skončí v léčebně a někdo to zvládne ambulantně. Já osobně znám pár lidí, kteří léčebnou prošli a nikdo úspěšně. Díky všem příspěvků na foru vím, že já v léčebně neskončím. Jsem přesvědčená, že to zvládnu, jsem hodně odhodlaná. Čím víc negativních reakcí tady čtu, tím víc mě to nabíjí. Nemám ráda, aby o mém životě rozhodoval někdo jiný, nikdy to tak nebylo a o to větší odhodlání má, poprat se i s tímhle.

=====

## Re:Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil ivlik - 20/01/2010 11:41

---

nevznasim na vas kritiku naopak pred vasim odhodlanim smekam.vite co chcete a jak to chcete to je zakladni kamen k uspechu.

=====

## Re:Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil hana - 20/01/2010 11:53

---

Ivliku, já to vůbec neberu jako kritiku, jsem ráda, že máme možnost si tady popovídat a probrat svoje názory a zkušenosti. Vždyť by to bylo fádni, kdyby na tom byli všichni stejně. Já mám takovu hloupou povahu, že když něco chci, tak toho dosáhnu a jdu přes mrtvoly. Né vždycky mě byly ty mrtvoly vděčné.

=====

## Re:Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Irena - 23/01/2010 11:55

---

Hani, závidím Ti,že jsi odhodlaná zvládnout to sama.Já osobně to nezvládla.Sama ani náhodou a dokonce ani po léčbách.Pomohla mi léčebna v Beřkovicích a v Bohnicích,kde jsem konečně pochopila,že je to jen a jen o mě.Ne o druhých,dělat to pro někoho jiného (rodinu,partera...) podle mě nemá moc šancí.Abstinuju,jsem spokojená jen díky tomu,že jsem si připustila svůj problém a neházím vinu na druhé.Ano, měla jsem problémy s prací, v manželství,mám rodinné dispozce k závislosti,ale to bylo jen "omlouvání",že za to vlastně nemůžu. Teď vím,že pokud by se stalo cokoliv a já se napila,nenechám to rozjet a pomažu do léčebny.Toť moje zkušenosti :) .Držím všem palce.

=====

## Re:Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil hana - 23/01/2010 14:08

---

Irenko, já rodinné dispozice k alkoholu nemám, jsem černá ovce :cheer: Ono je hezké si přiznat, že jsem alkoholik, že mám s alkoholem problémy ale musí to mít člověk v hlavě. Mě dobu trvalo než jsem to do hlavy dostala. Jsem přesvědčená o tom, že to zvládnou, myslím, že jsem na dobré cestě. A díky za podporu. Hana

=====

## Re:Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil ivlik - 23/01/2010 14:38

---

Irenko beres me slova z mysi mas naprostou pravdu je z tebe znat ta zkusenost z lecebny.jsou tam

---

opravdu odborníci na svém místě hlavně se o každého jednotlivce zajímají a to taky hodně motivuje

=====

## Re:Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Irena - 23/01/2010 17:01

---

Hani, už to, že jsi tady na těch stránkách svědčí o tom, že Ti ten "problém" leží na srdci a chceš to nějak řešit. Jak jsem psala, já to prostě sama nezvládla. Přeju Ti, ať v sobě najdeš tu sílu a podaří se Ti to :) . Ivliku, taky nejsou ve všech léčebnách přístupní a ochotní psychologové. Je to o tom, že si člověk z toho musí umět vzít to, co potřebuje. Já to pochopila až po 3 neúspěšných léčbách :unsure: Holky zlaté (i pánové) držme se, je fajn, že existuje tohle fórum (dekuji pane doktore :)), kde si můžeme předávat informace, ať jsou dobré, nebo špatné.

=====

## Re:Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil hana - 23/01/2010 17:33

---

Irenko, můžeme si tady klidně každý večer podávat informace jak na tom jsme. Mě od včera dost bolí žaludek, takže jsem na bylinkových čajích a jiné starosti nemám. Psala jsem, že jsem od úterý začala brát neurol 0,5 1x večer. Vzala jsem si ho ve čtvrtek naposled, protože jsem po něm tak moc utlumená a zároveň vysmátá, že mě to docela zaskočilo. Domluvily jsme se se sestřičkou v AT, že budu brát jenom půlku, ale zatím jsem nebrala ani to, nepociťuju potřebu. Ono to třeba přijde. Já jsem hodně přesvědčená o tom co dělám a co chci, takové to tlachání nemám moc ráda a když ujednu, tak to na sebe tady bez okolků prásknu :woohoo:

=====

## Re:Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Alfons - 23/01/2010 20:30

---

Také jsem zkoušel být takový hrdina. Bez vlastní zkušenosti se dá prohlašovat, že to zvládnou sám. Chybami se člověk učí. Takže zkoušej, ale ztrácíš čas.

=====

## Re:Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil ivlik - 23/01/2010 21:08

---

Alfonzi, nemyslim si ze by si Hanka hrala na hrdinu, jen se brani treba i v myslence jit do lecebny a zkousi i jine varianty. pises skoda casu, myslim si totez, ale treba AT pomuze. ted je to Hani opravdu jen na tobe, zaludek me taky bolel je to dusledek a taky psychika pomaha mi na zaludek aloe nebo kefir, taky mata.

=====  
**Re:Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat**

Vložil hana - 23/01/2010 21:26

---

Alfonsi, proč sem vlastně chodíš? Určitě před tebou všichni smekají, jsi dobrý, že jsi dokázal projít úspěšně léčením ale to je asi tak všechno....

=====

**Re:Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat**

Vložil hana - 24/01/2010 18:45

---

Milý Alfonsi, mám za sebou oslavu narozenin. Chtěla jsem ti udělat radost a potěšit tě, že jsem tam pila, ale bohužel, nezlob se, ale radost ti neudělám, já jsem alkohol nepila, promiň, třeba někdy příště. Hana

=====

**Re:Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat**

Vložil ivlík - 24/01/2010 20:20

---

Hani,kdyz jsem cetla vas posledni prispevek neverila jsem vlastnim ocim a rikala jsem si tak na tohle reagovat nebudu.ale neda mi to.Hani vy jste pila?protoze strizlivej clovek by neco takovyho nemohl napsat,ja myslela ze chcete abstinovat kvuli sobe a vy napisete takovou hloupost.nemyslim si,ze by vas tim Alfonz chtel urazet,jen z nej mluvi jeho vlastni zkusenosti.dnes jsem na vas myslela a rikala si jak to holka zvlada a vy jste to zvladla tak se pochvalte a udelejte si necim radost.myslim,ze invektivy nemate zapotrebi

=====

**Re:Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat**

Vložil hana - 24/01/2010 20:26

---

Ivlíku, nepila. Chápu, že má každý nějaké zkušenosti, nikomu je neberu, ale dokola se opakující poznámky, že každý skončí v léčebně, že ambulantně je to jenom ztráta času mě uráží a nevidím v nich smysl. Hana

=====

**Re:Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat**

Vložil Květa - 25/01/2010 10:13

---

Hani,

gratuluji k vzládnutí těžkého úkolu, který sis předsevzala. Jak je vidět pan Alfons byl dobrou terapeutickou pomocí. Někdy je dobrý se zdravě naštvat. Škoda, že to ale asi tak nemyslel. Možná by bylo dobrý se teď co nejdříve svěřit manželovi, když máš tak pozitivní zkušenost a ten by mohl udělat další pomocný krok: zaopatřit tzv., suchý dům,, který je jak jsem se dočetla také dobrou pomůckou.

Pokusím se ukázat ty svíčky, dělala jsem je na vánoce pro radost, ale kam se hrabou za Tildama. ( Tak jsem asi slepec - nenašla jsem slovo - procházet)

Květa

=====

## Re:Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil hana - 25/01/2010 10:27

---

Květo, dík za podporu, manželovi to zatím určitě říkat nebudu. Dej odpověď, pod bílým polem pro odpověď

Vyberte obrázek pro vložení: procházet /img/, klikni na procházet a obrázek najdi ve svém pc, vlož a pak klikni na /img/, tou cestou jsem vložila obrázek. Hana

=====

## Re:Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Irena - 28/01/2010 19:48

---

Milá Hani, jsem ráda, že jsi narozeniny zvládla. Mám teď nějaké starosti ( ne s alkoholem), tak ani nepíšu. Snad mi to dobře dopadne a budu se zase zapojovat. Abstinenci zdar ;)

=====

## Re:Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil hana - 28/01/2010 20:20

---

Irenko, držím pěstičky, ať všechno dobře dopadne a budeme se těšit až se zase zapojíš do nealkoholových dýchánek tady na foru. Abstinenci zdar. Hana

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil marek - 17/02/2010 11:13

---

ahojte všem potřebuji poradit jsem alkoholyk konečně jsem si to přiznal muze mi nekdo pomoc jak se dostat do lecebny rozvedl jsem se prisel jsem tak o cerku a s momu novou pritelkyni cekam take rodinu odesla bydlet k rodicum uz to nemohla vydrzet to me piti a nechci prijít o dalsi rodinu a ani nechci stratit sam sebe uz se uplne stracim sam v sobe chci stoho konečne pric pomuze mi nekdo je mi 26let a jsem totalne na dne

=====  
**Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat**

Vložil hana - 17/02/2010 11:42

---

Marku já jsem v léčebně nebyla ale určitě začni hned u svého obvodního lékaře, neprodleně za ním dojdi a vysvětli mu svůj problém, pomůže ti. Doporučí ti co máš dělat. Hana

=====

**Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat**

Vložil ivlik - 17/02/2010 11:57

---

oukej obvodního navštiv neprodleně,doporučí tě k psychiatrovy,ten tě vyslechne a napíše doporučení pro léčbu/trvej na tom/najdi si lečebnu nemusí být v blízkosti bydliště já mám velmi dobré zkušenosti s Bohnicema na mužském oddělení je tam primář Nešpor vynikající odborník a člověk.do Bohnic mám dojem ani nepotřebuješ doporučení od psychiatra.napíšu ti číslo zkus tam zavolat popřípadě tě přepojí,jsou velmi vstřícní:284016208.NEODKLÁDEJ TO.!!! V každém případě ti poradí.

=====

**Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat**

Vložil hana - 17/02/2010 12:03

---

Ivliku, setkat se s Nešporem by mě zajímalo, vidíš o co přicházím :laugh: Dneska je mě fajn, včera jsem měla nějaký splín a zítra jdu do Laxusu, tak se těším.

=====

**Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat**

Vložil ivlik - 17/02/2010 12:19

---

můžeš se s ním setkat i jako abstinent.Učí lidi smíchu dělá semináře a cvičí jogu.Myslím že jezdí i do Hradce.Má svoje stránky,tak tam zabrouzdej.LAXUS ti chybí vid to je dobře že se těšíš.Splíny zmizí uvidíš bude líp,já ti věřím.Hlavně se v těch splínech moc nehnípej jak je tvým zvykem,udělej si vždycky nějakou malou radost.pust si oblíbenou muziku nebo dělej co tě baví,v žádným případě se do ničeho nenut.

=====

**Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat**

Vložil hana - 17/02/2010 12:25

---

No a to je přesně ono, nehnípat se ve splínech, to je můj problém. Ale to se časem poddá. Já tomu přijdu na kloub. Zítra jdu do Laxusu, pak hned ke kosmetičce a příští pátek ke kadeřníkovi. Ještě se zbavit tak 10 kg a jsem dokonalý člověk. :)

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil ivlik - 17/02/2010 12:33

---

cha cha byla bych zvědavá co by sis vymyslela potom,

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil marek - 17/02/2010 18:49

---

jeste jednou vas zdravym uz jsem jednou dens sem psal ze potrebuji radu a pomoc od nekoho kdo si prosel take timto alkoholovym peklem ve kterem se zrovna nachazim uplne stracim sam sebe i svoji rodinu a okoly zacinam mit strach vubec za svetla vytahnout paty z domu bojim se lidi pokud nejsem pod vlyvem chci se lecit a dostat se s toho nes stratim uplne vsechno rodinu a sam sebe nebo skoncim na sibenici i takove nutkani jsem jiz zazil chci stoho pryč ale sam tomu celyt nedokazu mozna jsem slaboch kterej potrebuje podat pomocnou ruku ale dobre ze si to alespon uvedomuji zatim alkohol mi nadelal jen potize nebo vlasne ve spojeni semnou sam jsem si to spuso byl bylo to take to ze v hospode i kdyz mi bylo pouze 15roku nebyl problem dostat panaka nebo deset piv jak stoho ven sebevrazda je to reseni mam malou cerku ze svou prvni zenou a s pritelkyni cekam druhou odesla kvuly piti ale chce mi dat jeste sanc i ja ji chci dat chci stoho ven za kazdou cenu nechci prijít o dalsi svoji rodinu o svoji cerku co se ma narodit jen kvuly chlastu pomuze mi nekdo poradí.diky alkoholyk marek

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Květa - 17/02/2010 19:06

---

Marku,

je bezvadný, že s tím stále chcete něco dělat. Určitě vaše druhá rodina i vy sám stojíte za to. Škoda jen, že jste hned nereagoval na výtečnou radu na váš první dotaz. Bylo kolem 13 hodiny. Fakt to neodkládejte a zavolejte na doporučený číslo - léčebna Bohnice ( Ivlika s ní má dobré zkušenosti). Ještě jsem zjistila číslo na AT ambulanci v Bohnicích : 532 231 111. V případě, že by se Vám během dnešní noci přitížilo volejte krizovou linku, která funguje nonstop : 547 212 333, tam vás nasměrují dál. Nebojte se vykročit a jít tím správným směrem, moc Vám fandím.

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil hana - 17/02/2010 20:07

---

Marku, pokud neposlechnete Ivlika ani Květu, tak poslední šance je sedět zítra ráno v sedm hodin v čekárně u vašeho obvodáka. Budeme všechny tři zvědavé, jaká odpověď od vás dopoledne přijde, pro kterou variantu jste se rozhodl. Udělejte ale něco hned, nepřemýšlejte, nezvažujte a nemyslete si, že to zvládnete sám. Nezvládnete.

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil ivlik - 19/02/2010 13:02

---

Marku, máte krásný jméno, jste mladý a určitě hodně přitažlivý pro ženský, nenechte si to chlastem vzít teď je vám mizerně, ale určitě se blížká na lepší časy, chce to vydržet a jednat. To co se vám teď zda nepřekonatelný za čas budete vzpomínat s úsměvem, nic netrvá věčně, musíme tomu ale trochu pomoci.

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil hana - 19/02/2010 21:13

---

Ivliku, to máš pravdu, jednoho Marka jsem kdysi tajně milovala, pod tímhle mužským jménem si taky představuju charismatického chlapa. Takže hlavu vzhůru, Marku ;)

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Tomáš - 31/03/2010 16:13

---

Ahoj všichni, v pondělí jsem měl nastoupit do bohnic, stíhal jsem to až navečer, bohužel se mi už dopoledne dělalo špatně, protože jsem nepil, nešlo to vydržet, tak jsem si koupil vodku a bylo to ok, když jsem tam pak večer přišel navíc o 2 hodiny později, nadýchal 4.2 promile, nevzali mě. Takže další měsíc čekání, ale možná je to dobře protože jsem od pondělí nedá se říct úplně střízlivej, ale dávám si jen aby se mi neudělalo špatně a hodně jsem přehodil vlnu přemýšlení. Tím chci jen říct všem, kteří jsou v pořadníku na nástup (trvá to tak měsíc) aby ten čas do té doby, se neupíjeli. Já jsem pil od rána a dopoledne už jsem byl na hadry a čím víc jsem měl v sobě, tím víc jsem si říkal, že tam nepůjdu. Dnes jsem o tom mluvil s doktorem - tak rada pro všechny co čekaj v pořadníku - Člověk co je závislý by neměl rozhodně přestat ze dne na den, je to šok a mohlo by se mu udělat špatně (záchvat) zvláště bydlí-li sám navíc, ale postupně snižovat, např. jste zvyklí litr vodky denně, tak prostě to snižovat pořád, nejlépe přejít třeba na nějaký to víno a pak to pořád snižovat. Rozhodně není dobrý přestat u závislého člověka ze dne na den!! Nehrajte si na hrdiny. Ahoj

=====

## Re: Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Liba - 04/04/2010 08:02

---

Spousta lidí dorazí do léčebny, milostivě dovolí lékařům, terapeutům, aby dělali zázraky, vyléčili je. Alkoholismus je nevléčitelná nemoc, nikdo za nás nic neudělá. Tam nám pomůžou jen pochopit, co je to za nemoc, jak s ní žít, nebojovat. Horší je pak život venku, realita. Chlast je všude, dostupný každému. Rodina nám nerozumí, nemůže, nejsou nemocní. V hlavě jsme zoufale sami, mně zachránili Anonymní alkoholici. Našla jsem tam lidi, co jsou na tom naprosto stejně jako já, motivují mně ti dlouho abstinující. Mám tam zázemí, přátele.

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil VLASTA.VANOUS - 11/04/2010 09:59

---

Ahoj je tu někdo kdo byl v prosinec až únor v léčebně Šternberk?

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Mafirena - 11/04/2010 22:33

---

Ahoj. Muj přítel absolboval lečení ve Štenberku několikrát a bohužel nepomohlo to....hledam pro něho něco jineho a už nevím si rady protože byl i v Praze U Apolinaře a také bohužel bezúspěšně.... Poradi někdo? PROSIM!!!! Zavisly je už vic než 5 let.. Předem děkuji. Mafirena.

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil ivlik - 12/04/2010 08:17

---

Mafireno, nebude to asi léčebnou, ale nemá v hlavě jasno, že chce přestat. Navenek se třeba jeví, že chce, ale musí chtít i uvnitř v mozku a to tak že hodně. Dokud si to nesrovná v hlavě, žádná léčebna nebude dost dobrá.

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Janax - 20/04/2010 13:36

---

Ahoj, taky přihodím svou zkušenost. Já jsem začala pít na svoje úzkosti a léčbu nastoupila ve Šternberku. Vydržela jsem tam cca měsíc než jsem utekla. Během té doby jsem si donesla na oddělení pleskačku vodky a samozřejmě mi na to přišli a nasadili mi po té antabus. Pak jsem utekla. Byla jsem asi týden doma, když jsem napila na antabus (myslela jsem jak všechno zvládnou sama, bez pomoci). Našla jsem ve skříni fernet a rum. Druhý den jsem se napila na antabus znovu a to už jsem věděla, že to sama nezvládnou. Zavolala jsem si do PL Kroměříž, šla ke své doktorce a oznámila mamě, že jsem se zase napila (ta řádila jak černá ruka, vůbec se jí nedivím), sbalila jsem se a ještě ten večer jsem nastoupila tříměsíční léčbu, kterou jsem úspěšně dokončila. Bylo mi 22 let. Od té doby abstinuju.

=====  
**Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat**

Vložil Mafirena - 20/04/2010 22:54

---

Ahojky IVIKU. Děkuji za radu ,vyřídím to příteli - uvidíme jak zareaguje. Ted je na tom relativně dobře - zmenšil množství denně používaného alkoholu z 1,5 až 2 litru tvrdýho na 2-3 piva denně + 2-3 panaky tvrdýho. Ozvuse.

=====

**Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat**

Vložil JULIE - 29/05/2010 11:02

---

AHOJ....tam už nepomůže nikdo, jenom on sám. Jetli nemá po tom všem duvod a ten duvod nenajde, je to špatné. Šternberk je dobrý....tady nepomůže ani antabus a jiné preparáty, už se musí rozhodnout jenom on. BLUDNEJ KRUH PRO KAŽDÉHO ALKOHOLIKA.

=====

**Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat**

Vložil rada - 29/05/2010 11:09

---

Ahoj nejste nějak ve vším moc odhodlaná.....

=====

**Re: Re:Léčebna Šternberk-neváhat.**

Vložil Pavel Kozlík - 18/08/2010 21:07

---

Už jsem si myslel, že je to tady nějak ukrutně cenzurováno, protože to zde už druhý den a celkem několik hodin pročítám, a příspěvek hany je první, ve kterém jsem narazil na názor, že to jde i jinak, než přes léčebnu, s čímž se naprosto ztotožňuji.

Abych jen tak neplácal, tak chlastat i kouřit jsem začal v 17ti letech v jeden den. Do té doby jsem nikdy nevypil ani půlku jednoho piva. Málem jsem z toho tehdy pošel, ale byly prázdniny a kamarádi se o mě postarali. Během pár dnů už jsem s nimi dokázal držet krok a protože nemám rád kompromisy a když už něco dělám, tak se snažím to dělat pořádně, byl jsem v tom čím dál lepší, až jsem se ve 20ti letech prochlastal do léčebny v Olomouci. Šel jsem tam „dobrovolně“, kvůli zaměstnání.

Po mém návrtu byl zaměstnavatel spokojený, já už tolik ne a proto jsem čas od času antabus přepil. Ovšem jestli jsem před léčením chlastal, tak po ukončení léčby a vysazení antabusu jsem začal chlastat extraligu. To mi vydrželo dalších zhruba 10 let, kdy jsem si řekl, že bych s tím měl něco udělat. Tahle pauza, kdy jsem se vůbec nenapil, trvala téměř čtyři měsíce. Do doby, kdy jsem si s kamarádem v hospodě dal do kávy malého rumíka. Ani ne za týden jsem byl zase ve formě. Tohle poznání mě docela

vzalo a po dalších pár měsících, během dovolené, jsem dospěl k názoru, že to nemá cenu a prakticky rezignoval. To jsem zatím nikdy neudělal; vždycky jsem to měl pod kontrolou aspoň do té míry, že jsem nechlastal sám doma, ale chodil poctivě, pravidelně a včas do hospody, kdykoliv jsem měl volno.

Zhruba po týdnu mi došlo, že rezignace řešení taky není, protože při mé spotřebě a výdrži bych se dříve zruinoval finančně, než fyzicky. Napadla mě léčebna, ale v té už jsem byl a z vlastní zkušenosti jsem věděl, že pro mě je k ničemu, protože jsem si nikdy nikým nějak výrazně život organizovat nenechal a nastoupit do léčebny by pro mě přesně toto znamenalo. Především jsem ale věděl, na čem je léčení založeno a bylo mi jasné, že by to pro mě znamenalo zbytek života prožít současně ve strachu z alkoholu i touze po něm – v podstatě jako rozdvojená osobnost. Pro někoho to řešení být může, ale ne pro mě.

Na začátku jsem zmínil, že v den, kdy jsem začal chlastat, jsem začal i kouřit, ale už jsem se nezmínil o tom, že kouřit jsem po 6ti letech přestal. Ze dne na den. Nepovedlo se mi to napoprvé, pravda, ale nakonec jsem byl úspěšný a od té doby už uplynulo 9 let, bez cigaret, jen s chlastem. A na to jsem si nyní vzpomněl. Trvalo to ještě několik měsíců, kdy jsem chlastal, jako dřív, ale už to bylo něco jiného, uklízel jsem si v hlavě a připravoval se na den „D“.

Dnes je mi 47 let a k chlastu, kterého jsem se nedotkl 14 let 9 měsíců a 25 dní jsem získal ten tehdy plánovaný vztah – je mi naprosto lhostejný a vzpomenu si na něj prakticky jen tehdy, když se mě někdo zeptá, jestli je to vážně pravda, co slyšel povídat.

Sakra a to jsem to nejdůležitější vynechal, protože jsem si myslel, že tak budu aspoň trochu stručný :woohoo:

---

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Jana Mertosová - 11/11/2010 15:30

---

Vícekrát jsem absolvovala celé dokončené protialkoholové léčení. Pokaždé se mi podařilo opět vletět do recidivy-opětovného pití, at' už pomalého rozpíjení se-potom to šlo šusem-i se mnou! Proč jsem zrecidivovala? Nepřijala jsem svoji nemoc, nepřijala jsem ani to, že jsem alkoholička, nepřijala jsem že se především jedná o NEVYLÉČITELNÉ, SMRTELNÉ RECIDIVUJÍCÍ ONEMOCNĚNÍ-každá recidiva má horší průběh. O tom všem jsem se musela přesvědčit na vlastní kůži! Co mi léčebna nabídla? Prostor na to řešit především sama sebe a své problémy, kterých jsem měla až běda. Dala mi vždy sílu a ohodlání. Dozvěděla jsem se o této nemoci, jejím průběhu-což bylo pro mne opravdové štěstí. Svoji závislost jsem si přiznala až v konečné fázi-pít déle? Byl můj konec! Naučila mne spoustu technik jak relaxovat-což jsem nikdy neuměla. Žila jsem celý život na doraz! Ve všem! Každý den-jsem měla možnost poznat, uvědomit si něco nového! I když po propuštění jsem to dokázala hodit za hlavu-dobře mi tak. Pokaždé jsem si při propuštění slibovala-už nebudu! Brzy jsem zapoměla, že mám abstinovat. ŽE TOTO DĚLÁM JENOM PRO SEBE! A tak se mi stalo, že mne někdo vytočil. Dostala jsem zlost-a byla jsem v háji. Stejně jako s radostí, stejně jako pokušení-zkus si dát, stejně tak myšlenky-to jsem dobrá! co vy víte! S TÍM ROZDÍLEM, ŽE PROBLÉMY POTOM JSEM MĚLA JEN JÁ S NEUHASITELNOU ŽÍZNÍ! Znovu léčebna-a já řvala JAK JE TO MOŽNÉ!? Poslední už probíhala formou skupinových a individuálních psychoterapií, kde jsem se začínala dostávat do svého středu, do svého Já. Odpovědi, které jsem tak získávala byly bolestivé-ale nutné. Pro můj klid, který jsem neznala, pro lásku, na kterou jsem nevěřila, pro odpuštění, které se neprodává, pro naději- která se mi sama nabízela. Moc jsem chtěla nepít, nedařilo se. Musela jsem se sama přesvědčit-jak na tom jsem. Abych mohla POZNAT A PŘIJMOUT PRAVDU!

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Liba - 11/11/2010 16:36

---

Chce to hodně pokory, vůle žít, přesvědčení, že nikdo z léčebny nás netouží buzerovat, ničit. Léčebna má smysl, většinou tam jdou lidi, co už nemůžou unést pití, problémy.....dost pozdě. V Čechách je to pořád ostuda, což je velká chyba. Stane se, že někdo zavčas pochopí, co alkoholismus je, do léčebny nemusí. Ale většina alkoholiků, hlavně kvartálních, jsou přesvědčeni, že svůj alkoholismus ovládají, přestanou, až sami budou chtít! Pletou se a moc. Nemoc alkoholismus by se měl už učit i v základních školách, protože přibývá školáků, co popíjí, "je to jen chlast, hlavně, že to nejsou drogy". Většina lidí netuší, jak se pletou.

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Jana Mertosová - 11/11/2010 16:49

---

Právě já patřila mezi ty, kteří pili nárazově. Proto jsem si svůj problém nepřipouštěla - i když jsem tušila, že NĚCO není v pořádku! To NĚCO - jsem byla já! Nejen, že jsem nedokázala unést problémy a starosti. Neuměla jsem řešit ani se vyrovnat s bolestí, zklamáním, smrtí. Neuměla jsem nikdy bránit a ustát sama sebe. Život ústupků VEDE K PŘETVÁŘCE - stejně tak nepochopení vede k NENÁVISTI. V takovém vnitřním světě se žít nedá! Pravda zpočátku bolí - ale je klíčová k vlastnímu poznání!

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Jana Mertosová - 11/11/2010 18:27

---

Ještě je tu jedna věc, která byla pro mne těžká a stála mne opětovně propady do pití. Se svojí střízlivostí jsem si uvědomovala veškeré škody, které jsem dokázala svým pitím způsobovat svým dětem, svým nejbližším. Neschopnost NIC Z TOHO SI ODPUSTIT, pocity viny byly pro mne nepřekonatelné - bojovala jsem s touto bolestí hodně dlouho - vyústilo to do sebevražedného jednání - když opomenou sebedustrukční pití! Musela jsem přijmout, že čas nevrátím a kdyby to přece jen šlo. Kdo ví? Zcela určitě bych udělala spoustu jiných chyb a způsobila tím také jejich bolest!

=====

## Moje máma je alkoholička

Vložil Róza - 11/03/2012 19:40

---

Ahoj moje máma je alkoholička. Myslim že silná. Už mi dochází trpělivost, když jí řeknu něco o léčebně tak vyhrožuje že skočí z balkónu nebo se podřeže... Už vážně nevím co mám dělat tak prosím o radu. Píje Alpu-francovku

=====

## Re: Moje máma je alkoholička

Vložil Liba - 11/03/2012 19:53

---

Rozi, rad tu je plno, ovšem , mamka musí chtít sama, zkus s ní jít na AA.Je to nejjednodušší krok.

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Jana Mertosová - 11/03/2012 20:16

---

Věřím, že nervy a zlost pracují. Rozi, nemá význam na mámu křičet a dávat ultimata-tím ji dráždíte k zvýšené zlobě než je vaše. Už proto, že slova léčebna vyvolá stejnou reakci, jako by jste jí vylila alkohol. Jjejí afekty pak přerůstají rámeč únosnosti pro vás obě. Máma to nezvládá, chce manipulovat a vydírat-tím vyhrožuje sebevraždou. Chce to změnit taktiku. Nepije? Budtě k ní vlídná a domlouvejte jí. Bez výčitek, hlavně přátelsky-at' cítí, že vám na ní záleží. Jakmile začne pít, bude opilá? Ignorujte ji, nevsímejte si jí-at' dělá, co dělá. Bude mít později o čem přemýšlet a to jí může motivovat k léčbě.

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Petr - 19/09/2012 02:18

---

Ahoj lidi. Přiznám se, že jsem všechny Vaše příspěvky nečetl, snad mě omluvíte,, jsem alkoholik, na rozdíl od jiných, si to dokážu přiznat, ale na druhou stranu, vy , co sem většinou píšete, mě asi těžko dokážete pochopit,, na léčbě jsem byl dvakrát, abych nasýtil zaryté odpůrce, tak se zmíním jen o tom, že po poslední , tedy druhé léčbě jsem vydržel čtyři roky,, pro někoho úspěch, pro někoho nikoliv,, ted jsem začal, tedy před rokem znovu pít, vkrádalo se to pomalinku, ale mám s tím čím dál větší problémy, a samotného mě to netěší, ale nevím si s tím rady, a proto mi prosím držte palce, abych zítra oslovil pana primáře, a vzali mě na léčení do Šternberka,, moc bych si to přál, klidně se mi smějte, za můj příspěvek, však Ti co ví o čem píšu, mi dají za pravdu, a nebudou jen o mě říkat, že jdu na léčení potřetí,, věřte mi , není to lehké rozhodnutí, ne pro Vás, ale pro člověka na alkoholu závislém , jako jsem já. Když si chvíli nedám pozor, alkohol se vkrade, do mého života, jako nezvaný host, ale po špičkách, že si člověk myslí, že to ukočíruje,, já to ovšem ukočírovat nedokážu, a proto, kdyby se snad někdo našel, kdo by mi fandil, byl bych opravdu rád,, protože většia lidí, si to, že je závislá, nedokáže vůbec přiznat,, jsem ale rád, že se mi oči opět otevřely, a uvědomil jsem si, že jsem do toho zase spadl, věřte, není to jednoduché, si to přiznat, zvlášt , když jste alkoholik, jako já.... Petr Uničov Sam,, kdo mě zná, ten to pozná, že jsem to já, jestli jste dočetli můj příspěvek až do konce, tak Vám přeji šťastné rozhodnutí, a pevnou vůli, která mi občas schází...

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Liba - 19/09/2012 04:17

---

Je jedno, kolikrát jdeš na léčení, hlavně, že chceš přestat. Podceňuješ ovšem asi doléčování po léčbě. To je chyba.

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Michal Pooh - 19/09/2012 09:44

---

Já jsem po čtvrté léčbě (a to počítám jen ty kompletní) a abstinuju 7 let. Po druhé jsem vydržel 3 roky.

Nakonec, i kdyby sis měl každé 4 roky zajít na 3 metry odpočinout, nestály by ty střízlivé dny za to?

Není to o vůli, ale o motivaci. Důležité je neustále programovat mozek, aby tu střízlivost přijal za svou. Proto je nedocenitelně užitečné, neustále se stýkat s přáteli, kteří jsou také abstinující alkoholici. V partě se prostě většinou lidé navzájem podrží...

Přeji úspěšnou léčbu :)

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Marketa - 04/10/2012 14:58

---

Petre, díky za tvůj příspěvek, je velmi uprimný, na nic si nehraješ, nic nepředstíráš, dokážeš přiznat, že je to silnější než ty a dokážeš napsat o tom, že jdeš opět na léčbu - tohle moc lidí (alkoholiku) nedokáže - být uprimný, otevřený. Myslím, že svým příspěvkem můžeš motivovat mnoho lidí, kteří mají třeba o léčebné představu, jako že je to poslední místo pro ty největší zoufalce (i tak jsem o tom dříve smyslela třeba já). Jsi hodně statečný, odvazný, rozumný - moc ti fandím. I díky lidem, jako jsi ty jsem i já (pokud bych opět selhala) začala uvažovat o řešeních jako je léčebna nebo třeba i Antabus - což pro mě nedávno bylo ještě naprosto nepředstavitelné.

Díky a ať se ti daří krásně střízlivě, pa Marky

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil A. - 04/10/2012 16:26

---

Marky, jak jsi na tom, abstinuješ ??? A pomohly ti ty AA, mám pocit, že jsi to byla Ty, kdo tam chodí? Docela by mě to zajímalo! Dík.

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Marketa - 04/10/2012 22:41

---

Ahojky, tebe si sice odtud nepamatuju, možná jsi změnila prezdivku, ale to není důležité. Ano chodím v UK už téměř rok do AA, ale bohužel nemůžu napsat, že bych i stejně dlouhou dobu nepila. Život s alkoholem mě až tak nebolel, nebyla jsem dostatečně zoufalá, abych se mohla napoprvé odrazit ode dna a potřebovala jsem svůj vlastní čas a průběh události na to, aby mi došlo, že nemusím čekat až ztratím báječného manžela, syna, přátele, zdraví, jistou prestiž apod. (což vím, že bych dříve či později pozbyla). Opakované neúspěšné pokusy o nepítí mě dovedly k poznání, že bych nejspíš měla naslouchat těm lidickým z AA, co jsou letá strizliví a řídit se jejich doporučeními. A tak jsem téměř po roce začala hledat "živou" sponzorku (do teď jsem měla jen sponzorku po internetu), začala jsem chodit 2 týdne na AA meetingy místo 1x a začala jsem uvažovat i o pár medikamentech osvědčených v USA jako Campral a Vivitrol. Dřív jsem věřila své pevně vůli, která mě v jiných oblastech vždy dokázala přivést k vysněnému cíli - jediné, kde to nefungovalo, byl alkohol. A tak si už rdeji neverím a dělám vše proto, abych se už nenapila. Zatím to jde a čím víc se přibližuju své VM tím je to krásnější a jednodušší. Mejte se vsichni krásně, pa a dobrou noc, Marky

=====

### Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Jana Mertosová - 05/10/2012 09:06

---

Markét-SUPER! UVIDÍŠ ŽE TO PŮJDE, MÁŠ NA TO DOBŘE VYŠLÁPNUTÉ. držím palce

=====

### Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Markéta - 05/10/2012 10:02

---

Díky Jani i Tobe moc fandím a držím palečky - i od Tebe jsem nacerpala mnoho zkušeností, takže děkuji, že jsi součástí mé strizlivé cesty :-)), Marky

=====

### Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Jana Mertosová - 05/10/2012 16:32

---

mARKÉTKO - znám tě z TP. Víím, že jsi byla v Gabčíkově. Vážím si tě. Možná, že se sejedem i sobě - věřím tomu.

=====

### Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Markéta - 05/10/2012 22:51

---

Děkuju Jani, to si ani nezasloužím, to za tvými slovy jsou i skutky a naprostá upřímnost, já se mám ještě hodně co učit. Ano Slovenský sjezd byl naprosto fantastický, věřím, že mi to ovlivnilo život. Chystám se na Krokáč do Brna, třeba se uvidíme tam?? Pekný zbytek večera všem, Marky

---

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Jana Mertosová - 08/10/2012 12:26

---

marky-tradičně jezdím na krokáče do Brna ovšem v únoru-to si dávám jako dárek k narozkám.Jinak je to u mně dot blbé-starám se o debilní matku.Opava a psychiatrické zařízení tu mám běžně non stop,4asto se divím,že jsem ještě nezcvokla i já.Je to namáhavé,je to bohužel progresivní jak ta naše alkáčská nemoc.já tu často nadávám,smekám,žasnu,tlak lítá nahoru a dolu-než stačím přijmout její stav,svoji nemoc.

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Jarda - 20/07/2013 19:51

---

Dobrý den, prosím o informaci kolik stojí pobyt v léčebně spíše dlouhodobý?

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Petr - 20/07/2013 20:40

---

Dle mého názoru se platí pouzen 100 Kč denně jako v nemocnici

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Liba - 21/07/2013 04:24

---

V každé léčebně se platí stovka, jako v nemocnici, a dobu pobytu určí lékař z léčebny, ne Ty!Bývá to 3 až 6 měsíců pro alkoholiky.

=====

## Re: Protialkoholní léčebna Šternberk - neváhat

Vložil Eva - 25/07/2013 13:03

---

Myslím, že každému vyhovuje něco jiného, na každého platí jiný řemen. Nejdůležitější pokud se alkoholik rozhodne řešit svůj problém, plně se oddat léčbě, prožít v léčebně každý den naplno a ne dny jen přežívat. Ze začátku je to těžké všude. Já jsem po šesti týdnech v kroměřížské léčebně zjistila, že všechno co tam prožívám do sebe zapadá, ať už se jedná o psychoterapie,edukační skupiny,Alkoholické desatero atd. Je spousta lidí, co tam jsou protože musí, někdo je donutil, ale také spousta těch, co s

alkoholem opravdu bojují a chtějí, alespoň prozatím, pro dnešek, pro zítřek vyhrát. Vyhrávám už půl roku. Mě vyhovuje Kroměříž, jinému Opava, Šternberk atd. Ale hlavně, jak praví bod 1. Léčím se pro sebe. :lol:

=====