

Doléčování alkoholismu

Vložil Věra - 09/01/2010 16:24

Dobrý den,

jsem moc ráda za tyto stránky jsem poměrně krátkou dobu z léčebny a chtěla jsem jen upozornit na důležitost tzv. doléčování a možná poprosit o zveřejnění kontaktu na organizaci www.almafemina.cz, která nám všem co jsme vyšli z léčebny pomáhá udržovat abstinenci. Věra

=====

Re:Doléčování alkoholismu

Vložil Jarmila Týnková - 09/01/2010 21:03

Souhlasím, bez doléčování má šanci jen málo lidí. Sdílení závislosti zvýší vaše šance.

=====

Re:Doléčování alkoholismu

Vložil ivlik - 20/01/2010 11:32

souhlas souhlas a opet souhlas .po prvnι lecbе jsem dolecko podcenila s tim ze mam vse pod kontrolou zlaty voci.dolecko je dulezity a jak pise pani Jarmila sdileny problem polovicni problem

=====

Re: Doléčování alkoholismu

Vložil Liba - 08/04/2010 06:57

Doléčování je nutné.V léčebně nám vysvětlí, že jsme nemocní, co je to za nemoc.Dostaneme tam jídlo, nocleh, celý den máme program.Najednou doma z toho není nic, jen hlava plnázmatků, chuť abstinovat.Zjistíme, že jsme sami, nikdo nám nerozumí, nechápe.Pití všude, kam se podíváme.Mně zachránili Anonymní alkoholici.Jsem tam mezi stejně nemocnýma, cítím tam zázemí, pochopení, můžu tam říct vše, najdu radu, motivaci k další abstinenci.Není to vůbec lehké, venku sám abstinovat.Nemocný mozek pořád chce alkohol, ty sny!!!!hrůza,většina lidí nerozumí tomu, že my už nikdy nesmíme pít,přemlouvají, ať se napijeme, že to neuškodí.....Smála jsem se tomu, že už nikdy nebudu pít, nevěřila jsem sama sobě, díky AA to jde, 6 let už uteklo, bez kapky alkoholu, je mně dobře, žiju, protože nepiju.

=====

Re: Doléčování alkoholismu

Vložil Květa - 08/04/2010 12:32

Ahoj Libo,

i když se nás všech příběhy liší mají jednu spojnicí. Alkohol nás zavedl tam, kde bychom si to „normálně“, nevybrali.

Jsi další vzorný příklad, že se z jeho otroctví dá vymanit.

Je fajn, že se o to dělíš s ostatními. Zadarmo to není, to je jasný, ale žít, protože už se nemusí pít je velice povzbudivá myšlenka.

Ti co s vyléčeným setrvali ve společném životě mají také své hluboké prožitky. Je v nich hluboce zakódovaný strach z všude přítomných nástrah a když je nějaký kritický moment, vždy se objeví nechtěný a někdy neovladatelný pocit, úskost, jak to dopadne, zvládne to i tentokrát?.....

Toto fórum hodně přispívá k tomu, abychom obě strany věděli co prožíváme a tak to společně zvládali. :) :)

Je to hodně důležitý o sobě vědět, jak takhle nadálku, tak i doma.

Moc Tě zdravím Květa

=====

Re: Doléčování alkoholismu

Vložil Liba - 17/07/2010 16:57

Květo, tak si tu sedím, vyjímečně sama, děti jsou na dovolený, vychtnávám si tu svobodu. Vždy jsem si myslela, že právě svobodu mám v tom, že piju co chci, kdy chci. Pak rána, nechtěla jsem, musela jsem!!! Teď mám tu pravou svobodu! Nepiju vůbec, kdybych chtěla, můžu, nikdo mně přeci nic zakázat nemůže, ale já už nemusím, ale nechci, to je ta pravá svoboda., volnost.

=====

Re: Doléčování alkoholismu

Vložil Květa - 17/07/2010 20:12

To je fakt Libo, velice vzácná i pravá svoboda, volnost. Moc ti ji přeju. Můj syn si ji taky vychutnává plnými doušky. Může v reálu srovnávat svůj život s klukama, kteří se dokáží nadchnout jen když mají pořádný materiál na zhulení a čas na pořádně zachlastat. Je s nimi občas v kontaktu a vše mu dochází. Buduje si kariéru - podniká, sportuje, má cíle, nežije ze dne na den. Taky vidí, jaký mají kluci průšvihy, který je stojí velké peníze i zdraví. Kéž by taky zatoužili po životě, bez zbytečných problémů - bez drog.

=====

Re: Doléčování alkoholismu

Vložil Liba - 18/07/2010 07:15

Víš, Květo, mám obavy, že ti kluci ani neví, co je normální život, kvalitní, radostný. Lidi honí prachy, shání auta, luxus, děti sedí u počítačů, neznají pořádný vylitání se venku, někdy mně připadá, že jsem víc bohatší, než ti milionáři. Stačí tak málo ke klidu, štěstí. Asi je to tím, že jsem si sáhla na to dno fest, mám hořkou zkušenost, a naučila jsem se radovat z maličkostí. A vážít si života, který letí bleskově, chci ho užít! ne přežít.

=====

Re: Doléčování alkoholismu

Vložil Radim - 18/07/2010 18:49

Po delší době Vás všechny zdravím :)

Jak se máte? Abstinujete nebo nasáváte jako duhy?

A jak se mají "moje" čarodějky dobrodějky Hanka, Květa a Ivlika?

Já mám za sebou dalších několik měsíců abstinence od alkoholu, před nedávnem mi byla změněna antidepresiva, takže doufám, že se zbavím i toho Neurolu. Už mě to tolik nenutí ho pravidelně žrát. S odstupem času vidím, že jsem měl vyhledat pomoc daleko dříve, bohužel asi všichni alkoholici si dlouho nechtějí přiznat, že mají problém anebo se za to stydí.

Jinak se mi vcelku daří, akorát nedávno jsem prodělal plané neštovice, bylo to docela nepříjemné v kombinaci s těmi vedry, ale už je to taky pryč, tak snad už bude jen dobře.

Mějte se všichni OK. B)

=====

Re: Doléčování alkoholismu

Vložil ANDREA - 18/07/2010 19:11

To jsou super zpravy, pamatuju si, jak jste někdy na jare prispival do diskuze. Moc Vam to preju. A chute na alkohol uplne vymizely ??

=====

Re: Doléčování alkoholismu

Vložil Radim - 18/07/2010 20:19

Dobrá otázka - jestli chutě na alkohol vymizely. Pochopitelně, že úplně ne a byl jsem upozorněn v AT poradně na to, že určité bažení, craving mohu pociťovat až do konce života. Nicméně je to snesitelné, takový ten nepříjemný "špunt v hubě" už ale docela dlouho necítím, stejně tak dost ustoupily nepříjemné depresivní stavy, ještě by to chtělo zlepšit spánek...

U mých rodičů ani u rodičů mé přítelkyně a ani přítelkyně sama mi alkohol již dávno nenabízejí, vcelku se o tom ani nebavíme, zkrátka už alkohol není středem pozornosti, což jsem moc rád.

=====

Re: Doléčování alkoholismu

Vložil ivlik - 19/07/2010 10:05

Ahojte Radime,k tomu můžu jen jedno SUPER,je to skvělý že jste to dokázal,věřila jsem vám,vaše názory tomu nasvědčovaly,ten spánek se taky časem srovná,pil jstwe tolik let,nechtějte za pár měsíců zázraky,ale bude to dobrý,cht je pořád,ale ted jste pánem vy!přeju vše dobrý. :laugh:

=====

Re: Doléčování alkoholismu

Vložil Květa - 31/07/2010 21:11

Libu, je dobře, že sem přispíváš.Tvé příspěvky jsou jasné, přímé, plné zkušeností, jak negativních dopadů z pití, tak i pevné abstinence, která ti přináší plný košík sladkého ovoce.

Přeji nadále hodně vyřešených věcí, které život nadále přináší a další košíky sladké dobroty.

K

=====

Re: Doléčování alkoholismu

Vložil Květa - 31/07/2010 21:30

Zdravím Radime,

tak jste dorazil do cíle, moc gratuluji. Vaše cesta nebyla snadná,což dokládají vaše příspěvky pod tématem: Jsem alkoholik a nevím co dál. Potom jste se přesunul do: Už nemůžu s tím pokračovat... půjde to? Velice ráda se s vámi teď setkávám v příspěvcích pod tímto tématem.

Tak jste se dočkal, že můžete řešit obyčejné věci, kterých není také málo. Takhle vaše osobnost upřednostňuje kladné věci, kterých jste vlastníkem a jak je vidět z vašeho posledního příspěvku i vaše přítelkyně si je uvědomuje a vyhovují jí.

Docházíte na stále stejné místo (AT), jak jste začal? A jak to máte se zaměstnáním?

Jo a málem bych zapoměla odpovědět na otázku, jak se mám. Potkala jsem se s kamarádkou ze školy a začaly jsme společně předělávat zahradu - navozily jsme asi 40 koleček trávy, kterými mulčujeme a připravujeme tak půdu k výsadbě dřevin, taky jsme velice rozšířily užitkovou zahrádku a chceme pěstovat eko, to mě baví - takže se mám dobře. Syn v silné pohodě co se týče abstinence, jen ještě nepotkal tu pravou, což ho dost mrzí.

K

=====

Re: Doléčování alkoholismu

Vložil Liba - 01/08/2010 05:51

čau Květino!Máš jméno zahrádkový.Taky můj koníček, já pěstuji novinky, blbnu, zachraňuji vyřazené kytky v květinářství...hlavně už nebojuji se slimákama, šnekama, jsou jako ten chlast, všeho moc škodí.Zbláznila bych se z nich.Stejně jsou to kurvy.Se slávou po třetí zasadím večer velkou cuketu, ráno si říkám, jestli už nemám Delirium, protože tam není nic, ani stopa po cuketě!Kluci jedou.Ale něco přežije.Nyní jely děti do Itálie, jako dárek si přeji semena černých čínských karafiátů,viděla jsem je v Rakousku, zdály se mně moc drahý, ale ty byly!!Bomba.Jsem hrozný skrblík, ale za chlast jsem vydávala lehce stovky,a nyní šetřím.A lituji.Příroda je zázrak, každá tráva je hezká, stromy,vše.Když

jsem mívala abstáky, nejvíc mně pomáhal les.Nějak jsem se rozkecala, kluk najde lásku až nastane čas, nemůže být vše najednou!Bude dobře!PS:Doufám, že neunavuji lidi svýma příspěvkama, píšu sem hodně.

=====

Re: Doléčování alkoholismu

Vložil Květa - 01/08/2010 10:49

NE ne přišla jsi sem v pravý čas a jsi tu hodně platná.

Té mojí kamarádce ze zahrádky se manžel upil k smrti. Když mě vypravovala, jaký měla vždycky strach ze zimy (bydlela na horách), kdy musela často chodit s dětmi sáňkovat, aby se zahřály jsem obdivovala, jak to mohla vydržet, to já bych nezvládla. Téma je stejné, životní zkušenosti trochu odlišné.

Černý karafiáty,o tom jsem ani nikdy neslyšela to je tedy bomba a nebudou smutný? Ráda pěstuji kytičky od malinkata až po krásný urostlý květiny a když se zadaří, tak některé i ráda podaruji.

Libu, jen tak dál, život je fakt krásný.

Pa K

=====

Re: Doléčování alkoholismu

Vložil Liba - 01/08/2010 13:35

Víš, Květo, vydržíme víc než zvíře, netušíme, kolik máme síly.Já skončila s pitím, už to bylo dost pro mozek, tělo, doma jsem čekala 3 měsíce na léčebnu, nepila, obtěžoval mně tu bývalý přítel, těžký alkoholik, bušil v noci, ráno, v poledne na dveře, vyhrožoval-bydlím dost blbě, skoro samota, třepala se strachy, přitom jsem věděla, že mně čeká operace mozku Na Homolce, Gama nůž,nevěděla jsem , čeho se bát dřív.Nevím, jestli bych to dnes zvládla.Proto jsem dost tvrdá, znám život z té horší stránky, nyní až si užívám pokoje.

=====