

prokletej alkohol

Vložil Oldřich Binar - 17/12/2013 12:04

Byl jsem před 9 lety na protialkoholní léčeni v bohnicích. Myslel jsem si že mám vahráno po této zkučenosti. Omil. stále myslím an alkohol. Vydržím třeba měsíc bez alkoholu bez nějakých potíží ale stejně si musím dát kdykoliv sem mezi lidma. Je t možná fobie nebo stud co jsem dělal nebo dělám. Mám už takový víčytky že ničím mé rodiče u kterých momentálně bydlím v 38 letech že jsem myslel na to nejhorší abych je stále nebtěžoval jak finančně tak psychicky. Jsem v koncích. Může si semnou o tom někdo dopisovat. Prosím Nevim jestli sem můžu napsat svůj mail. Je to ryzyko?????

=====

Re: prokletej alkohol

Vložil Liba - 17/12/2013 13:00

Oldo, zkus znovu léčení.

=====

Re: prokletej alkohol

Vložil oldovka007 - 18/12/2013 10:28

zkouším zatím se dostat na sezení aa na anděla. doufám že to bude pro mne stačit. (doufám)

=====

Re: prokletej alkohol

Vložil Pišta - 18/12/2013 11:38

Presne, prekliaty alkohol. Už tu chodím dlhší čas a až dnes mám odvahu sa vyspovedať. Snád' to tu môžem napísať. Keďže cítim, že je fakt to posledné štádium. Tiež mám problém. Mám 30 rokov o mesiac a zajtra sa to zrejme radikálne vyrieši. Kolegyňa ma nahlásila k psychiatrovi a som jej za to vďačný, pretože mi dohovára, že ten problem je a on fakt je. Začalo to v 18tich, začala robota a samozrejme "snád' si jedno pivečko po práci môžem dať". Avšak denne z jedného sa stali dve, tri, štyri a potom polkovaním pri pulte. A skončilo to skutočným pekľom. V poslednej dobe sa to zmenilo, že som schopný nepiť dva tri týždne, ale ak z ničoho nič začnem, zmení sa to na deštrukciu. Seba i okolia. Nie že by som rozbiel všetko naokolo, rozbijam rečami. A tiež to nie je extra reklama, keď sa tackate na obed po hlavnej ceste. Tiež si myslím, že to je zrejme v 90% v hlave. Ak si ju dáte dokopy, ide to prestať. Z dňa na deň, ale nulová tolerancia. Avšak treba nájsť odvahu a povedať si, chalan je tu problém. Naposledy som dokázal asi pred mesiacom nepiť bez akýchkoľvek problémov 7 týždňov, bez jedinej kvapky. Potom niečo v robote, prvá krčma a týždňové peklo, kde si v podstate nič nepamätám. Rešpekt pred každým, kto nad tým diablom vyhrá.

Ešte by ma zaujímalo, či nevie niekto poradiť. AA okolie Čadce? Lebo ani v Žiline nemôžem nič nájsť a

d'alsie sú dosť ďaleko. Do Čiech asi zo Slovenska sa nedá ísť?

=====

Re: prokletej alkohol

Vložil Liba - 18/12/2013 12:36

Slovenští áčkaři mají také své internetové stránky, kde jsou všechny skupiny, kdy, kde se scházejí, znám jich hodně, jsou to bezva lidi. Je tam i hodně mladých lidí, najdeš kamoše. Mívají i víkendové akce. A na AA můžeš jet, jít, kdekoliv ve světě, jako domů. A kéž by ti vydrželo tvé rozhodnutí nepít tak dlouho, až poznáš krásu abstinence a už nebudeš chtít pít nikdy.

=====

Re: prokletej alkohol

Vložil Pišta - 18/12/2013 15:48

Ďakujem za info. Škoda, že to nie je bližšie, keďže úprimne prvý týždeň bude strach sa vybrať niekde sám. Ale kontakty tam majú. Uvidím zajtra, čo mi povedia. Ale jedno je isté, triezvosť nadovšetko. Keď som nepil tých 7 týždňov v oktobri a novembri som zistil, triezvosť je niečo prekrásne. Žijete skutočný život, vidíte jeho krásy a užívate si krásne drobnosti a tešíte sa z maličkostí. Vtedy som v pohode chodil na kofolu a videl som na vlastné oči, čo to robí s ľuďmi a je to mor. A zasa ma to posadlo. Podvedomom som myslel, že dám si troška a v pohode. Zmenilo sa to zasa na totálne peklo. Inak vďaka za výborné stránky. Pretože aj tie mi ukázali, že problém tu je a treba ho riešiť. Normálne nie je piť, normálne je nepiť

=====

Re: prokletej alkohol

Vložil Liba - 18/12/2013 17:01

Normální je nepít, normální je léčit se! Uvidíš, že se ti tam bude líbit, asi mně tam někdo bude znát, řekni jim, že jsem tě navedla já, česká Liba. Mám tam spousta dobrých přátel. Nyní kolem Vánoc, Silvestra, je vlastně dost kritické období, proto vůbec neváhej, jdi tam.

=====

Re: prokletej alkohol

Vložil Oldřich Binar - 15/07/2018 09:08

Dobrý den. Oldřich .

abstinuji nebo spíše abstinovat jsem 3 roky 10 měsíců. před 3 dny jsem dal zase alkohol do pusy. v práci mám trochu stres, k jídlu se dostanu v práci třeba až po 6-7 hodinách práce. nechci o tu práci přijít. mám ji rád , i lidi jsou fajn, i to že dojíždím kolem hodiny překousnu. není to samozřejmě jen práce o kterou nechci přijít, je to vše co jsem za ty 3 roky se snažil napravit co jsem dříve neměl. (důvěra rodičů i lidí

okolo co mám.) co jsem řekl tak jsem udělal, možná i navíc. nechci o nic s toho přijít. Mám na sebe obrovskou zlost a ani nevím jestli mám věřit sám sobě jestli to myslím vážně :(:(:(:(

=====

Re: prokletej alkohol

Vložil Krtek - 15/07/2018 09:46

Neviem, čo bol dôvod, ale netráp sa tým. Nemá to význam. Proste začneš opäť nepiť. Buď rád za tie 3 roky. Pokračuj tam, kde si skončil. Ber to ako skúsenosť. Ja som mal predtým recidívu po 2 rokoch. Mal som tiež vyčítky, bol som zlý na seba. Trvalo mi chvíľ kým som pochopil som, že to k ničomu nevedie. A spravil som chybu, že som v tých výčitkách hneď to nezastavil. Pil som pol roka. Bol to hnus. Najväčšiu hlúposť, ktorú by si teraz spravil, že v tom sebatýraní sa výčitkami z recidívy, by si pokračoval v pití. Pokračuj ďalej v tých 3 rokoch, ale múdrejší o jednu skúsenosť. Nech sa darí.

=====

Re: prokletej alkohol

Vložil Pijak - 15/07/2018 10:05

Já tě chápu. Je to nuda bez toho chlastu, tak sis zase zakalil... Ty tři roky bez pití nepřeceňuj. Teď ti přijde, jak sis žil super a teď žiješ špatně, ale to je jen sebelitující se lež.. Určitě byly nudný a stali za prd. Teď je to jen o něco horší. Uvidíš co dál. Sám to asi nezvládneš. Bude to chtít i jiné lidi. Držím ti palce, ať máš zas ten nudnej hroznej střízlivej život :laugh:

=====

Re: prokletej alkohol

Vložil zdenek.dry - 15/07/2018 10:40

. jenže nejhorší je to, že mně se to po delší abstinenci a následném napití se v hlavě nějak přeplo. A to z úplného abstinenta na, řekněme kvartála. Taky jsem měl vyčítky, velký, přece jenom to bylo šest let, ale udělal jsem tu strašlivou chybu, že jsem ten stav přijal, mávl nad tím rukou a nechal svou mysl pohybovat v tom, že někdy můžu. Největší chyba a totální průšvih. Nechodil jsem nikam na doléčování v tu dobu, žádný kontakt na střízlivé alkoholiky jsem neměl a navíc jsem se opět těšil až si dám. První dva tři roky kvartalování jakžtakž, celkem nic se nedělo, pak už jo, zničený vztah, autonehoda, ale nic z toho mě nedonutilo nepít. Donutilo mě přestat a jít se znovu léčit další recidiva loni v srpnu, kdy jsem se jedno odpoledne rozhodl si dát pár piv, po asi čtyřech měsících, a probral jsem se se za jedenáct dní, a z uplynulé doby totální okno. Udelej maximum pro to, aby jsi byl opět znovu absolutní abstinent. Mit to zase nastaveno na to, že prostě a jednoduše vůbec nepiju a nechci. Je to těžké, mě kdyby někdo tohle před šesti lety kdy jsem znovu začal, radil, myslím si své, protože já to mám přece jinak. A pamatuju si, že jsem nechtěl už nepít, chtěl jsem si občas dát. Dovedlo mě to málem do kriminálu, přišel jsem definitivně už o druhou rodinu, ale teď a nakonec jsem rád, že jsem to ve zdraví přežil a už nikdy to nehodlám zkoušet.. Ať se daří, něco rozhodně dělej, antabus, ačka, práskni to doktorce, uvidíš.. Hodně sil, ať se ti to podaří

=====

Re: prokletej alkohol

Vložil Já - 15/07/2018 15:16

Oldřich Binar napsal:

..."Mám na sebe obrovskou zlost a ani nevím jestli mám věřit sám sobě jestli to myslím vážně"... :(:(:(

Oldo,

"opráš sa, zdvihni hlavu, vstaň a opäť kráčaj ďalej do triezva!"... B) :) :D

=====

Re: prokletej alkohol

Vložil Gennosuke - 15/07/2018 16:58

Oldřich Binar napsal:

a ani nevím jestli mám věřit sám sobě jestli to myslím vážně

Samozrejme ze si muzes verit, presneji, musis si verit! Vydrzel jsi to skoro 4 roky. To je strasne dlouha doba - spousta alkoholiku tohle nikdy nedokaze. Vis jak na to a vis jak fajn je zivot bez chlastu. Tak jsi ulitnul - to se stava a je dost dobre mozny ze to nebylo naposledy. Nedeptej se a netrap se, co se stalo nejde vzit zpet, a zacni znovu. A neboj se - selhani vubec nemusi znamenat ze o neco prijdes nebo neco ztratis - dulezity je dostat to co nejrychleji zpet pod kontrolu.

=====

Re: prokletej alkohol

Vložil Agi - 15/07/2018 22:43

Oldo, hlavně už nepokračuj... Já také po půl roce zhřešila, a .. místo okamžitým nasazení totální abstinence, jsem rozjela další kolečko pití, tentokrát na ještě rychlejší spirále. A dnes den osmý, po abstacích stojím opět na začátku

=====

Re: prokletej alkohol

Vložil Oldřich Binar - 16/07/2018 18:57

dnes jsem s oopět napil. ze třema lidma jsem se dnes popral. dost ošklivý. je mi pomoc možná??????

=====

Re: prokletej alkohol

Vložil Agi - 16/07/2018 19:05

A co myslíš Ty!!???

=====

Re: prokletej alkohol

Vložil Pijak - 16/07/2018 19:34

To je normálka.. Rvačky k tomu patří. Bude hůř.

=====

Re: prokletej alkohol

Vložil Ja - 16/07/2018 22:26

Oldřich Binar napsal:

dnes jsem s oopět napil. ze třema lidma jsem se dnes popral. dost ošklivý. "je mi pomoc možná?????"
"Každému je možné pomôct, ak si to skutočne aj praje"...

Ak to však má byť iba: "veľkohubé" a prázdne gesto, tak potom "asi ťažko"... ;) :silly:

=====

Re: prokletej alkohol

Vložil Krtek - 16/07/2018 23:22

Takmer 4 roky si nepil. Čo na tom bolo špatne? Čo ti chýbalo? Vypiť si po takej dobe, na to si mal aký dôvod? Nekritizujem, len sa pýtam. Ja som kedysi nepil 2 roky. Kdesi v tej mojej blbej, prepítej hlave som si začal hodnotiť tie dva roky. A zistil som, že som tam, kde pred dvoma rokmi, len triezvy. Zdalo sa mi to málo. Ved' som mal také plány, čo všetko bude až nebudem takú dobu piť. Tak som sa napil. Ved' čo už. Ťahal som to pol roka. Teraz nepijem 2 roky a osem mesiacov. V podstate ťažím aj zo skúseností z tých 2 rokov. Len sa mi to nejako prehodilo v hlave za ten čas. Došlo mi, že triezvosť je to najcennejšie, čo mám po toľkých rokoch trápenia s chlastom(4 liečenia, xx pobytov na psychiatrii, šíalené abstáky atd.). A plány? Tie mám v podstate rovnaké ako kedysi. Len viem, že bez čistej hlavy to môžem rovno všetko zabaliť.

=====

Re: prokletej alkohol

Vložil Oldřich Binar - 17/07/2018 06:07

Uz rok se snažime prijis s moji dr. Na to proc hubnu a straci se mi svalova hmota. Vazil jsem pred 3 lery 85/kilo pri 180cm. Tet mam 65/kilo. V ikem jsem evidovan. Je strach co mne k tomu dohnalo

=====

Re: prokletej alkohol

Vložil Ja - 17/07/2018 08:02

Oldřich Binar napsal:

Uz rok se snažime prijis s moji dr. Na to proc hubnu a straci se mi svalova hmota. Vazil jsem pred 3 lery 85/kilo pri 180cm. Tet mam 65/kilo. V ikem jsem evidovan. Je strach co mne k tomu dohnalo

Oldo,

a "toto je ten dôvod prečo piješ?" (atrofia?) :(

=====