

dotaz

Vložil Táňa - 30/12/2013 21:58

dobrý den, mám dotaz jestli náhodou někdo neví o nějaké protialkoholní poradně nebo skupině nebo AA v Mladé Boleslavi? Jsem alkoholička, snažím se abstinovat a potřebuji nějakou poradnu k posílení motivace nepít. :ohmy:

=====

Re: dotaz

Vložil Liba - 31/12/2013 05:19

Na internet. stránkách AA máš napsané nejbližší skupiny, kontakty....jestli chceš, napiš mně soukromě, někde je tu můj mail i tel. číslo.S Novým rokem nový život?

=====

Re: dotaz

Vložil Táňa - 31/12/2013 11:03

dekuji za odpověď, Líbo.Moje problémy s pitím jsou dlouhodobé. V léčbě jsem nebyla. Rok jsem byla na antabusu.Byla jsem tedy u psychiatra.Jakmile jsem začala brát menší dávky,tak jsem ho přepila.Ted' 14 dní nepiji a jsem relativně v pohodě. Pomáhá mi čtení na tomto blogu. Víím, že jsem těsně nad propastí a že když ted' začnu pít co bude asi následovat.Škoda, že v Mladé Boleslavi není žádný terapeut nebo AA skupina. Do Prahy je to pro mě obtížné. Ještě jednou děkuji

=====

Re: dotaz

Vložil Liba - 31/12/2013 11:08

Neděkuj, hlavně vydrž!Zkus internetovou diskuzi AA.

=====

Re: dotaz

Vložil Martin - 03/01/2014 21:13

Ahoj Tano

Myslím si, že nejlepší řešení by byla léčba.Do Kosmonos muzes i pesky:)Muzes to tam určite po domluve i probrat s nejakym psychologem,nebo se domluvit treba aspon na nejakou posilovacku.Aspon treba 14 dni.Za zkousku nic nedas...

=====

Re: dotaz

Vložil Táňa - 04/01/2014 06:41

ahoj MARTINE,léčebna je pro mě poslední možnost.Zatím se držím.3 týdny nepiju a celkem jsem v pohodě. Já se moc spolíhala na ANTAB.a jinak nic se sebou nedělala. Prostě beru antabus a ten mě ochrání proti alkoholu.Ale až teď jsem pochopila,že musím změnit a podřídit vše v hlavě tomu, že jsem alkoholik a každý den si to uvědomovat a nezapomínat na to. Je to těžký.Jsem vlastně na začátku.Ty znáš v Kosmonosích někoho?Myslím psychoterapeuta nebo tak. Dnes pojedu do Prahy na AA.

=====

Re: dotaz

Vložil Justýna - 04/01/2014 09:47

Táňo - sem můžeš chodit také (Praha):
<http://www.centrum-alma.cz/ops/onas.php>
Doporučila mi je Lanička a za ni i za mě ok.
Zkus tam poslat email nebo zavolat, reagují rychle.

=====

Re: dotaz

Vložil Martin - 04/01/2014 09:53

Ahoj Tano
v Kosmonosich nikoho neznam, ale 14-teho tam nastupuji.
Kazdopadne si myslim, ze by sis tam mohla zaridit nejake poradenstvi.Jinak antabus urcite dobra volba, alespon si to myslim.Ja ho chtel asi pred pul rokem taky,ale zadny psychiatr mi ho nechtel predepsat,nebot jsem nepodstoupil alko-antabusovou reakci.No myslim ze kdybych ho bral,nezrecnul bych a nemusel zpet do lecebny :(

=====

Re: dotaz

Vložil Kat - 04/01/2014 13:24

Martine, fakt ti ho nikdo nenapsal? To je zvlastni, ja sice taky byla v lecebne a nebyla jsem na antabusovem testu, ale i tak mi ho po lecebne moje psychiatricka napsala... Sice predtim chtela nejake krevni testy atd., ale jinak to bylo bez problemu.

=====

Re: dotaz

Vložil Lanička - 04/01/2014 14:00

Táňo, vřele Almu doporučuji. Všichni máme v podvědomí uložené bolístky z dětství, psychoterapie pomáhá toto otevřít, přehodnotit, hledat v sobě to nejlepší. O to lépe se pak abstinuje a posiluje vlastní osobnost a sebevědomí. Já jsem do Almy docházela rok a pomohla mi k tomu, že stojím pevně nohama na zemi. Poznala jsem tak hodně žen, které chtěly abstinovat a daří se jim to.

=====

Re: dotaz

Vložil PetrCh - 04/01/2014 16:02

Justýno, neznáte Almu i pro muže?

Já za poslední měsíc stratil přítelkyni, kterou jsem 5let miloval a stále miluji, málem i rodinu, skončil jsem na zácytce i na den v Bohnicích a v pondělí jdu na AA tady v Praze

=====

Re: dotaz

Vložil Martin - 04/01/2014 18:53

Kat, ne opravdu mi ho nikdo nechtel predepsat.Po me chteli krevni testy, gastrokopii, plice plus dalsich par vysetrenich a pote na tyden na detox abych tam podstoupil tu reakci.pritom jsem mlady a zdravy.Mozna to bylo tim, ze uz jsem parkrat zrecnul a bali se ze se na nej napiju a aby to se mnou nekde seklo si nikdo nechtel vzit na triko.nechapu.znam cloveka ktery chodil na antabus protoze musel kvuli nehode pod vlivem a aby se vyhnul soudu bral antabus a chodil na nejaky pohovory s kuratorem.muj psychiatr mu ho normalne predepsal a me ne.fakt sem to nechapal...

=====

Re: dotaz

Vložil Justýna - 05/01/2014 18:03

Pěťo, tak jak ti je? Já jsem se dostala k Almě přes kontakt tady od Laničky. Zeptám se tam na možnosti a pak ti dám vědět (až po 9.1.). Jinak se tam konají i různé přednášky apod., kam mohou i muži nebo blízcí lidí, kteří mají problémy s pitím. Zkus se zatím mrknout na jejich stránky a zeptat se mailem.

=====

Re: dotaz

Vložil PetrCh - 05/01/2014 18:20

Ahoj Justýnko.Už je trošku lépe, doma se to zatím trochu uklidnilo..Potřebuju svůj mozek přesvědčit, co je chlast za hnus.Rozumem to vím, ale citově mě to k chlastu pořád táhne.Dej prosím vědět, kdyby ses něco dozvěděla, jsem z Prahy

=====
Re: dotaz

Vložil Táňa - 11/01/2014 10:06

Ahoj Líbo, čtení internet. AA - Triezvy prostor se mi líbí, hlavně si myslím, že mi to pomáhá. Mám teď jiný problém. Teď po měsíci absolutní střízlivosti, předtím téměř rok, ale tam bylo asi 13 krátkých kopanců jsem začala mít nepříjemné sny. Zdá se mi furt o víně, jak si otevírám flašku a jsem ráda, že ji budu mít celou pro sebe, a že potom zas budu pokračovat v abstinenci. Dnes to byl takový sen. Vzbudím se a chvíli nevím, co je skutečnost. Když si uvědomím, že to byl je sen, tak se mi uleví. Je to nepříjemné a nevím proč po takové době najednou takové živé sny. Dělam něco asi špatně, bojím se aby se ve mně nepřipravoval zase nějaký průšvih. Aby sen nepřeskočil do reality, nevím jak to mám vyjádřit. Nebo je to normální?

=====
Re: dotaz

Vložil PetrCh - 11/01/2014 10:21

Závislost je stav celého těla, hlavně je poškozen mozek, který udělá vše proto, aby svou drogu dostal i za cenu, že ho to zabije.. Je to zvláštní, jak je mozek svým způsobem hloupej

=====
Re: dotaz

Vložil Maťko - 11/01/2014 12:09

Ahoj Táňa. Neboj, nerobíš nič zle. Tomu sa hovorí "suchá recidíva". To máme aj mi slovenský abstinenti. Skús si o tom nájsť niečo na nete, ak chceš.

=====
Re: dotaz

Vložil Liba - 11/01/2014 13:47

Alkoholické sny patří ke střízlivění, několikrát jsem o tom tady psala. Vyděsí to dost, co? Já je měla pěkně hnusné, strašidelné, pila jsem s mrtvolou...., netušila jsem, co se děje, bála se jich, nechtěla jsem radši usnout, dostávaly mně moc. Odezní, neboj. A po čase, když se objeví, už nebudou vadit. Nemocný mozek žádá pití, chce tě dohnat k alkoholu, nedej se!

=====
Re: dotaz

Vložil Michal K - 12/01/2014 10:44

Jmenuji se Michal a jsem alkoholik. Kdysi se mi zdál sen, že piji ač jsem byl již rok střízlivý. Příšerný sen a hodně mně vyděsil. Tehdy jsem o tom mluvil na mítinku AA a jeden kamarád co nepil už neskutečně dlouho vyprávěl o svém snu. A pak řekl, že si uvědomuje, že alkohol znamenal velkou část jeho života, tak je naprosto přirozené, že se mu o tom zdá. Moc mi to pomohlo, protože od té doby se mi o tom nezdá.

A suchá recidiva? No to jako když se mi zdá, že jsem nevěrný své manželce, tak zažívám suchou nevěru? V AA suchá recidiva znamená něco jiného, to je stav, kdy sice nepiji, ale chovám se jako kdysi. Mlátí semnou emoce, jsem podrážděný atd. Prostě suchý opilec, nešťastný abstinent.

Přeji co nejméně zlých snů Michal K alkoholik

=====