

stav

Vložil Stavý - 04/10/2014 20:26

Zdravím , som na tomto fóre nový , mám veľky proble s alkoholom -som si toho vedomý a neviem s tým sám pravdepodobne bojovať . Studujem aplikovanú matematiku v Cechách , studiom sa dá zvládať , jediný problém ktorý sa vyskytuje a kvoli ktoremu som bol nuteny studium na rok prerusiť je chlast ... minulý semester som sa ako-tak drzal , teraz ako začali prvve dva tyzdnne , tak to bola katastrofa , dokopy zo 14 dní som 7 prepil nechodil povacsine do skoly aj keď snazim sa aj s opicou tam ísť ale ide to len ťažko , a teraz prišlo vystriezvenie , neskutočný duševný nepokoj a nesúladi , nikde mi nie je dobre , vonku nechcem ísť potim sa , zimnice teplo naraz , žalúdočne problémy , no neskutočne hnusný stav a nemam ho samozrejme prvykrat trva to rozne podľa množstva chlastu od 2 do 10 dní.... najvacsi strach mam z toho ze viem ze na tu skolu mam ale tiez viem ze neviem sam bojovať s chlastom lebo viem ze teraz na abstaku si poviem ze si uz nevipijem ale uz teraz viem ze to tak nebude ... prejdu abstinencne priznaky a dostanem chuta najma po celom dni v skole po vycerpani...poviem si idem na jedno... potom becherovka dalsie atd... ja potrebujem z toho von , sam to nedavam , neviem ako si upraviť myslenie liečiť sa ísť nechcem bol by som vdačný za každú cennú raduuu:)

=====

Re: stav

Vložil Jana Mertosová - 06/10/2014 17:48

Jseš si vědomý, že to jsou abstinenci příznaky, které prožíváš. Počítej s tím - pokud budeš pokračovat s pitím i tvé příznaky se budou zhoršovat a odeznívát mnohem delší dobu. Máš na výběr. Opět požádat školu o přerušení studia a začít se sebou něco DOOPRAVDY dělat. Tím myslím zcela vážně komplexní protialkoholní léčbu s doživotním doléčováním (AA, podpůrné skupiny, terapeutické skupiny pro závislé, spolupráce s psychiatrem s AT problematikou). Další možnost pokračovat ve studiu do té doby, než tě vyhodí - pravděpodobnost, že to dáš SÁM bez pití je velice malá. Nebo se upiješ. Máš na vybranou.

=====

Re: stav

Vložil Stavý - 07/10/2014 06:16

Už ma to pomaly prechádza , tieto stavy su niečo najhoršie čo som kedy v živote zažil, mozog je ešte oslabený spí sa zle , ale pomaly sa revitalizuje , dnes vecer budem o.k , uvedomujem si to aký je alkohol hnusný jed -tvrdá droga , som naspáť v škole , mám všetky skúšky , a idem pokračovať ...makať...Nikdy som nepil sám , tak ma to nebaví , vždy s niekym , ale v spoločnosti som pil najviac...kvoli stavu ..až som sa prepracoval skoro do komatoveho stavu, a zohnal som si antabus , ktorý budem brať každý den polku , takže alk nehrozí , zatiaľ cítim nechutenstvo , viem že craving pride a idem s nim bojovať , som pripravený na dlhý boj lebo takto si svoj život nepredstavujem ...

=====

Re: stav

Vložil Liba - 07/10/2014 07:15

Nebojuj, přijmi to, že alkohol je silnější než ty, uč se vedle něj žít, v tom ti pomůžou AA. Jistě je někde poblíž bydliště máš, zajdi tam. A zachraň se.

=====

Re: stav

Vložil Jana Mertosová - 11/10/2014 17:48

Přeju ti, abys to zvládl. JÁ SAMA JSEM POTŘEBOVALA POMOC. I DNES SE NAJDOU CHVÍLE, KDY JI POTŘEBUJU OD JINÝCH LIDÍ. JSEM VDĚČNÁ, ŽE UŽ POMOC DOKÁŽU VYHLEDAT, POŽÁDAT O NI, A TĚŽ PŘIJMOUT.

=====

Re: stav

Vložil Luděk - 12/10/2014 05:16

Existuje i jiná cesta než ti radí Líba. Je to tzv. harm reduction přístup, který je zavedený např. v USA a začíná se zkoušet i tady, i když velmi pozvolna. Pokud umíš anglicky, najdeš o tom na internetu spoustu zajímavých a užitečných informací. Já sám mám s alkoholem problém (student-doktorand) a dnes v noci jsem jejich stránky objevil a jsem nadšen. Harm reduction přístup netvrdí, že je nutná úplná abstinence a alkohol je silnější a blablabla, ale naučí tě postupům, jak minimalizovat škody způsobené alkoholem. Cílem je pít s mírou, dá se to naučit. Někomu třeba vyhovuje úplná abstinence, ale není to pravidlo a jediná cesta. Není pravda, že neexistuje kontrolované pití. Sám musíš přijít na to, co je pro tebe nejlepší a co chceš. Líba a jiní to tady budou vyvracet, ale s tím se tak nějak počítá. Napiš, jak se daří. Držím palce.

=====

Re: stav

Vložil Anděla - 12/10/2014 18:53

..nevím, jestli tohle je cesta právě pro mě, ale by se mi líbila.. ;)

=====

Re: stav

Vložil Luděk - 12/10/2014 18:58

Mně by se taky líbila, tak to zkusím, no uvidíme..

=====

Re: stav

Vložil Luděk - 12/10/2014 19:00

<http://www.hamsnetwork.org/>

=====

Re: stav

Vložil ha13 - 12/10/2014 19:57

Neznám žádného alkoholika, který by proměnil své bezuzdné pití na kontrolované. Pokud se tak stalo, nebyl to alkoholik, ale pijan. A to je diametrální rozdíl.

=====

Re: stav

Vložil Luděk - 12/10/2014 22:55

Hranice mezi pijanem a alkoholikem je neostrá a někdy to nelze rozlišit. Hlavní ale je, že podle zahraničních zkušeností se ukazuje, že i alkoholik může zmírnit své pití a minimalizovat tak způsobenou škodu. Možná takového neznáš proto, že u nás je alkoholikům vtlučen jediný správný přístup a nikdo se ani nesnažil je naučit pít kontrolovaně. Přístup harm reduction má v zahraničí velké úspěchy a spousta alkoholiků svůj problém zvládla, bez nutnosti úplné abstinence. Dal jsem odkaz na stránky, kde je k tomu spousta informací.

=====

Re: stav

Vložil Ja - 13/10/2014 07:37

Luděk napsal:

Hranice mezi pijanem a alkoholikem je neostrá a někdy to nelze rozlišit.

Ľudo,

skús muchu odnaučiť lietať. Môžeš ju síce harmonicky obmedzovať ale bez potavy, bzučania a letu dlho neprežije.

Preorientovať synapsy u chronických alkoholikov je hudba budúcnosti ale momentálne skôr utópia. B)

=====

Re: stav

Vložil alas - 15/10/2014 15:35

Ja napsal:

Luděk napsal:

Hranice mezi pijanem a alkoholikem je neostrá a někdy to nelze rozlišit.

Ľudo,

skús muchu odnaučiť lietať. Môžeš ju síce harmonicky obmedzovať ale bez potravy, bzučania a letu dlho neprežije.

Preorientovať synapsy u chronických alkoholikov je hudba budúcnosti ale momentálne skôr utópia. B) Ja, já v podstatě nikdy nevím, co vlastně sdělujete, ale tohle byl nesouhlas? :) Vždyť ta hranice je velmi neostrá a definice alkoholika dost nekonkrétní, je těžké to rozlišovat; i v tom je ta potíž, když se má člověk za alkoholika označit.

Jinak mě harm reduction nijak nenadchlo; ne že by tam nebyly smlýslupné tipy, ale spíš mně to přijde šité pro lidi, co chtějí pít zodpovědně, aby se nedostali do problémů, než pro lidi, co už velký problém mají.

=====

Re: stav

Vložil Ja - 15/10/2014 16:53

Alas,

vysvetľujem na príklade, že konzument a pijan ešte dokážu nájsť cestu.

Alkoholik nikdy!(-> podobenstvo s muchou.)

Prekonal som/zlomil vlastnú toleranciu a cesta späť už pre mňa nie je - dokážem len vyrovnať žiť a abstinovať!

(po 33.rokoch nasávania a napájania sa chl'astom!)

Viem o sebe, že som korhel' a triezvy život mi len prospieva!

Nepochybujem o tom *kto a čo* som! Nehanbím sa - hanbu som ponechal akútnym pijanom a chronickým etylikom v epizódach. :P

Prosperujem teraz v hojnosti o akej sa mi *pod vplyvom* ani len nesnívalo! Vďaka seba prijatiu sa a náprave svojich *alko-defektov*! B)

Stále mám čo korigovať a cintorín je ešte ďaleko... :)

=====

Re: stav

Vložil alas - 17/10/2014 09:06

Ja napsal:

Alas,

vysvetľujem na príklade, že konzument a pijan ešte dokážu nájsť cestu.

Alkoholik nikdy!(-> podobenstvo s muchou.)

:)

Aha. Tak už jsem se chytla. :)

=====

Re: stav

Vložil Karel Preisler - 18/10/2014 04:15

Ahoj všichni. Já za sebe netvrdím, že kontrolované pití u závislého člověka je nesmysl, ale osobně nikoho takového neznám. Zním spoustu lidí, kteří se o to pokusili, ale nikdo to nezvládl. U sebe jsem 100% přesvědčený, že bych to neuřídil, ale hlavně vůbec nevím, proč bych měl chtít trochu pít. Je mi dobře v abstinenci, tak jako testovací alkoholik neposloužím.

=====

Re: stav

Vložil peter - 14/11/2014 22:51

Možem sa opýtať , kamarát si dal predpísať krabičku rivotrilu 30x2 mg , zjedol to všetko naraz , chcem sa spýtať aká môže byť cca smrteľná dávka v mg nevíete niekto ?

=====

Re: stav

Vložil anonym - 15/11/2014 07:34

Možná jste se s touhle otázkou měl obrátit spíš na záchranku.

=====

Re: stav

Vložil anonym - 15/11/2014 08:00

Příspěvek byl správcem webu smazán z důvodu porušení vnitřních pravidel diskuze.

=====