

## Neúspěšná léčba?

Vložil Petr - 31/05/2015 12:56

---

Vrátil jsem se asi před měsícem z léčebny. Jsem nešťastný, všeho se bojím, protože mám strach, že zase spadnu do pití. Od rána do večera jen makám, abych na pití zapomněl. Do hospody se bojím zajít, že bych to nezvládnul. Byl jsem tam párkrát, dal si nealko pivo a pár kouscích zase rychle spěchal domů něco dělat. Doma piju taky nealko pivo (vím, že se to nemá, ale nic jinýho mi nechutná). Občas si dám doma i jedno alko pivo, v hospodě si ho zatím nedám, protože všichni ví kde jsem byl a vypadalo by to asi dost blbě. Jak mám žít spokojeně bez pití? Jsem nervozní, nešťastný, s nikým se raději moc nestýkám. Co mám dělat? :ohmy: Jsem defacto v domácím vězení. :woohoo:

=====

## Re: Neúspěšná léčba?

Vložil Liba - 31/05/2015 13:35

---

Petře, copak ti v léčebně nedoporučili doléčování? Začni co nejdříve chodit do AA, což dělá většina lidí z léčebny. Jsi na nejlepší cestě začít pít znovu, pivo i nealko nepij, dostane tě. V které léčebně jsi byl? Jistě ti nabídli i opakovací léčby, nějakého terapeuta, ale AA také. Bez alkoholu bys měl být svobodný, ne vězněný. Nepodceňuj tu střízlivost.

=====

## Re: Neúspěšná léčba?

Vložil Petr - 31/05/2015 23:45

---

Červený dvůr jsem byl. Snad budu mít sílu ještě někam docházet. Dnes jsem byl i v hospodě. :(

=====

## Re: Neúspěšná léčba?

Vložil Liba - 01/06/2015 04:31

---

Ujasni si, jestli chceš dál pít, nebo ne. Víím, že venku je to těžké abstinovat, ze začátku. V Červeňáku ti jistě dali tipy, jak, kde hledat pomoc, doléčování. Já tam také byla, jsem všem v ČD vděčná. Zkus zavolat lékaři, nebo terapeutovi, co tě měl na oddělení.

=====

## Re: Neúspěšná léčba?

Vložil Liba - 01/06/2015 05:34

---

A co nějaký koníček, něco, co by tě bavilo? Je hodně možností, hledej. Trochu relaxu, zábavy. Máš nějaké přátele, co nepijí?

=====

## Re: Neúspěšná léčba?

Vložil Ja - 01/06/2015 06:52

---

Petr píše:

Vrátil jsem se asi před měsícem z léčebny. Jsem nešťastný, všeho se bojím, protože mám strach, že zase spadnu do pití... Doma piju taky nealko pivo (vím, že se to nemá, ale nic jinýho mi nechutná). Občas si dám doma i jedno alko pivo...

Jak mám žít spokojeně bez pití? Jsem nervozní, nešťastný, s nikým se raději moc nestýkám. Co mám dělat? :ohmy:

Jsem de facto v domácím vězení. :woohoo:

Peter,

"to väzenie si v hlave vytváraš Ty sám!":(

Príjmi sa vedome - so všetkými chybami, pestuj si \*túžbu prestať piť\*; až potom začneš rozpúšťať aj emočnú kocovinu a vybuduješ si v sebe základ pre trvalú triezvosť. B)

Ten odpor v Tebe - sú zadné vrátka pre recidívu!!! :blush:

(Až zmierenie sa so sebou samotným Ti prinesie úľavu a posvieti na cestu.)

=====

## Re: Neúspěšná léčba?

Vložil Stopka - 01/06/2015 07:06

---

Petře je bezva, že jste byl v léčebně, ale riskovat bažení v hodpodě u birellu, je riskantní. Jak už jsem někde psala, mě se kdysi při mém xtém pokusu nepít, spustilo pití po birellu a bylo to ještě horší...

Najít něco co vás baví, využít doléčování a strach se snažit odstranit.

Nebloomat v hospodě u birella. Já našla focení přírody. Taky mám problém s chlastem, ale zatím se držím.

Letos pojedu na dovolenou a prvně po dlouhé době nebudu vyhledávat, kde bych se napila, konečně si to užiju a nebudu jenom všude hledat skleničku.

Přeji všem krásný den.

=====

## Re: Neúspěšná léčba?

Vložil Liba - 01/06/2015 07:23

---

Stopko, výborně, je to hezký koníček, příroda umí těšit, hladit, a ještě to zachytit na fotku- krása.Stačí málo k radosti.

=====

## Re: Neúspěšná léčba?

Vložil Petr - 01/06/2015 09:50

---

žiji v malém městě celý život. Tady je to už dávno rozsortýrovaný na ty co chodí denně do hospody a ty co jsou tzv. slušní. Mezi ty slušňáky já už asi nezapadnu. Všichni moji kamarádi i kamarádky co tu zůstali pijí. Koníčky žádné nemám, jen práci, manuální, ta mě baví. Nedokážu odpočívat, relaxovat. Po práci si doma pustím TV nebo se kouknu do počítače. To je všechno. Přítelkyně mě přestala taky zajímat, včera jsem s ní měl trochu výstup, protože ji můj nezájem asi štve a po scéně s ní jsem musel jít do hospody, nešlo jinak. Přestat bych chtěl ze zdravotních důvodů, ale nejde mi to, nebaví mě život bez alkoholu.

---

## Re: Neúspěšná léčba?

Vložil Petr - 01/06/2015 09:55

---

Letos pojedu na dovolenou a prvně po dlouhé době nebudu vyhledávat, kde bych se napila, konečně si to užiju a nebudu jenom všude hledat skleničku.

To znám, na dovolené jsem v životě tedy nikde nebyl, ale když jsem vyrazil s někým třeba na výlet, bavilo mě to do té doby, dokud jsem měl dostatek alkoholu v batohu, až došel, už jsem byl celý nervozní a spěchal jsem zpátky domů :(  
Jsem otrok alkoholu

---

## Re: Neúspěšná léčba?

Vložil Ja - 01/06/2015 10:27

---

Petr napsal:

Červený dvůr jsem byl.

Snad budu mít sílu ještě někam docházet.

Dnes jsem byl i v hospodě. :(

Peter,

súčasťou triezvenia je aj nepretržité doliečovanie, transformácia myslenia, vhl'adu, postoja, vzorov, harmónia emócií, citov, inštinktov/pudov...

Odchodom z liečebne intenzívna práca so sebou a na seba iba začína.

"Ty sa vzdávaš hneď - úplne na začiatku!"

(Život si ohraničuješ sám: fľašou, krčmou, cudzími názormi...)

"Staň sa už konečne sám sebou! Prevezmi zodpovednosť!" :)

(...mysli za a na seba - zodpovedne si definuj svoje miesto vo svete!)

Empatiu a porozumenie Ti najskôr ponúknem rovnako zmýšľajúci/závislí alebo spoluzávislí. Vieš kde ich hľadať! (AA, CODA, DDA, AI-anon, kluby, internet...atp.) B)

---

"Alebo chceš vlastný \*život utopiť v alkohole\*?" :blush:

=====

## Re: Neúspěšná léčba?

Vložil Petr - 01/06/2015 10:36

---

To jsou řeči, řeči stejně jako v léčebně. Lehce se to říká, hůř se provádí do života. Nechci umřít, ale bez alkoholu se mi život zdá o ničem. Všude vidím reklamy, lidi se skleničkou. A já nemůžu, život je nespravedlivý

=====

## Re: Neúspěšná léčba?

Vložil Liba - 01/06/2015 11:09

---

Asi máš pravdu, jsi otrok alkoholu. Neumíš bez něj žít. Bojíš se to zkusit? Co tak zavolat do Červeňáku, říct pravdu, můžou tě vzít na měsíc posilovací léčby. A ber jejich slova vážně, nejsou to kecy. Léčba natolik drahá, že nikdo si nedovolí tam kecat, byla by to drahá rekreace.

=====

## Re: Neúspěšná léčba?

Vložil Ja - 01/06/2015 11:14

---

Petr napsal:

To jsou řeči, řeči stejně jako v léčebně.

...řeči sú TO pre pohodlných a lenivých!

Slová majú svoj \*obsah/skalár, smer/vektor a náboj\*, ktoré objavíš, ak ich začneš žiť - nie chodiť okolo nich a iba prežívať a ľutovať sa! B)

"Vzopri sa sám sebe!" (Plody/triezvosť zozbieraš už aj sám - bez pomoci, či???...)

"Hľadaj spôsob/y nie dôvod (proti)!" :P

=====

## Re: Neúspěšná léčba?

Vložil Kira - 01/06/2015 18:40

---

Petre, na tvojom príklade je úplne názorne vidieť, že nepomože žiadne liečenie na svete, pokiaľ clovek nepochopi o čo ide a neakceptuje to, že je alkoholik.

Zbytočne ti každý bude dávať rady a aj doktori, pokiaľ ty sa citíš nestastne a frustrované z toho, že piť nemozes.

Ono najtazsie je asi prestat sa lutovat a hovorit si ake je to nespravodlive. Tak to bolo aj u mna, bolo mi to tak luto. Ze preco vsetci mozu a ja nie. Prislo mi to hrozne nespravodlive o to viac, ze zijem v juznom Taliansku a tu si vo vine hadam aj nohy umyvaju. A ze preco akurat ja, taka milovnicka vin, by som si dat nemohla. Takze som stale skusala, ale aj stale videla ten rozdiel. Ostatni si dali od chuti, na naladu a stacilo. Len ja som sa musela dorazit ako doga. Povazovala som sa za slabocha, ze oni to dokazu a ja nie. este vtedy som si neuvedomovala, ze ja som alkoholicka a nie ej v moci zastavit to, ako sa raz napijem..

Takze pomalicky, ale isto, som si zacala uvedomovat to, ze nie, ze ja nemozem, ale ze ja uz naozaj nechcem. Ze nechcem zit taky zivot, kde mna ovlada alkohol a ostatni maju z neho potesenia. Ako ten slaboch som z toho vysla vzdy ja, kedze ostatni si pekne popili a len ja som si hanbu narobila.

A tak som sa pomalicky prepracovala k pevnemu rozhodnutiu, ze chcem lepsi a krajsi zivot, ako zivot nestastneho alkoholika.

S tou nespravodlivostou som sa vyrovnala tak, ze som si povedala a co ti, co maju rakoviny, su slepi, nemozu chodit, zomru im deti. Tiez je to nespravodlive, ale musia to akceptovat a ja mam akceptovat len to, ze alkohol ma nici a ze ho nechcem. Ved to az take tazke nie je oproti tomu co zazivaju ostatni.

Pokial dokazes toto akceptovat, zacnes si aj triezvy zivot uzivat. Ja chodim aj do krciem, barov, takže o zabavu neprichadzam, len sa tam nenecham uz nicit alkoholom.

Okrem toho som si uvedomila, kolko moznosti mi triezvy zivot prinasa. Mam o moc viac casu. Moje podnikanie previta, mozem cestovat, citat, sportovat, pracovat na sebe. Partnersky zivot sa tiež zlepšil o 100%. Predtym som neic nestihala, kedze alkohol a kocoviny ma oberali o strasne vela casu a aj potesenia zo zivota.

Takze po roku a nieco mi za tym alkoholom uz vobec nie je smutno a uz to neberiem ani ako nespravodlivost voci mne, ale ako zivotnu vyzvu, vďaka ktorej som teraz o moc silnejsia a aj statnejsia. Budem ti drzat palce, aby si prekonal sam seba a naucil sa z nevyhody urobit si velku vyhodu :)

---

## Re: Neúspěšná léčba?

Vložil anna - 02/06/2015 07:17

---

Petře, léčebna ti nepomohla a i kdybys tam šel třikrát za sebou, očividně nepomůže, každý potřebuje jiný druh léčby. Já mám za sebou denní stacionář a oproti léčbě je to intenzivní psychoterapie, neříkám ať tam jdeš ale zkus třeba vyhledat nějakého terapeuta a individuálně tam docházet, myslím, že by ti to pomohlo najít správný směr.

---

## Re: Neúspěšná léčba?

Vložil Liba - 02/06/2015 12:12

---

Petr musí chtít sám přestat pít, jinak my se můžeme uradit, nepomůže nic.

## Re: Neúspěšná léčba?

Vložil Ja - 02/06/2015 13:37

---

Liba napsal:

Petr musí chtít sám přestat pít, jinak my se můžeme uradit, nepomůže nic.

Petr(Ch...?!?)

takto zrejme sofistikovane zhromažďuje info, aby ich čapoval do hláv spolupijanov. B)

(To je ten lepší variant nalievárne - zdieľanie...) :silly: :P

---

## Re: Neúspěšná léčba?

Vložil Petr - 04/06/2015 09:09

---

Ja ale chci prestat pit, nechci umrit, ale nedari se mi to. Piji 25 let v kuse, jiny zivot neznam. Nemam konicky, jen praci a TV. Nemam moc pratel az na ty v hospode, priatelkyne me bez alkoholu taky nebavi a ja asi uz nebudim strizlivy ji

---

## Re: Neúspěšná léčba?

Vložil Kira - 04/06/2015 18:27

---

Petre, neviem si pomoc, ale pripada mi to, ze sa strasne lutujes. Iny zivot ako bez alkoholu nepoznas. A pacil sa ti taky zivot? Asi ano, ked ti je za nim tak smutno. Len vies, este nemas zatiaľ s cim porovnavat. Ked sa naucis zit ten triezvy zivot a objavis jeho caro, az potom budies moct porovnavat.

Tebe by urcite pomohla nejaka psychoterapia a myslim si, ze v tvjom pripade by urcite stalo za to vyskusat aj AA. Tam ta pochopia a nasmeruju ta na nejake ine aktivity a mozes si tam najst aj priatelov. Ja nie som nejakym velkym zastancom AA, a uz som to tu viac razy pisala. Ale uznavam, ze vela ludom pomohli a ty si podla mna prave ten pripad, co ich potrebuje.

Tvojej priatelkyne urcite nevadi, ze si triezvy, ale asi to, ze si depresivny, lutostivy a nemas o nic zaujem a ani o nu nie. Ani sa jej necudujem, ze ju prestavas bavit, k comu jej je taky chlap?

Mzno by vam aj prospela pauza. Mozno ti za nou bude smutno a zacnes si potom chvilu stravene s nou vazit a uzivat a ak nie, k comu je taky vzťah? Nasilu udrziavat to nema zmysel, to moze tvoju psychiku len zhorsit.

Musis si nejake konicky. Nehovor mi, ze ta absoluzne nic okrem krciem a chlastu nezaujima. Skus si spomenut na obdobie, ked si este tak nepil. Co ta bavilo a robilo stastnym?

---

## Re: Neúspěšná léčba?

Vložil Jane - 04/06/2015 19:17

---

Když nespravni lidé opustí tvůj život, začnou se dít správné věci :-)

=====

### Re: Neúspěšná léčba?

Vložil Liba - 04/06/2015 19:24

---

Petr si už asi nepamatuje, jak žil dříve. Je pravda, že na AA tu motivaci najde, přestane se bát střízlivosti, pozná lidi, co na tom byli ještě hůř, než on, a léta nepijí, jsou aktivní, mají plno koníčků, žijí tak, že na alkohol nemají čas myslet. Radila bych mu, aby si našel stránky AA, přijel na sjezd AA i s přítelkyní, ta může zajít na AI-Anon.3-5.7. na Hluboké. Je tam telefonní číslo, kde dostane podrobné info.

=====

### Re: Neúspěšná léčba?

Vložil Petr - 05/06/2015 07:23

---

Dik Libo, ale přítelkyne tam se mnou určitě nepujde. Já myslím, že jí víc vyhovovalo když jsem popíjel

=====

### Re: Neúspěšná léčba?

Vložil Liba - 05/06/2015 08:32

---

I to se stává, pak má co vyčítat, vydírat, ale nenamlouvej si to, přestaň pít, začni uvažovat normálně, abys nelitoval. Ono přestat pít jen nestačí, musí se změnit i myšlení, obojí je těžké, s pomocí to jde, na AA si lidé toto vše prožili, mají zkušenosti, nejlepší školu života.

=====

### Re: Neúspěšná léčba?

Vložil Ja - 05/06/2015 08:53

---

Petr píše:

...myslím, že jí víc vyhovovalo když jsem popíjel

...aj Tebe, však? :P

=====

### Re: Neúspěšná léčba?

Vložil Pepíno - 08/06/2015 18:36

---

---

Stopka napsal:

Petře je bezva, že jste byl v léčebně, ale riskovat bažení v hodpodě u birellu, je riskantní. Jak už jsem někde psala, mě se kdysi při mém xtém pokusu nepít, spustilo pití po birellu a bylo to ještě horší...

Najít něco co vás baví, využít doléčování a strach se snažit odstranit.

Nebloumat v hospodě u birella. Já našla focení přírody. Taky mám problém s chlastem, ale zatím se držím.

Letos pojedu na dovolenou a prvně po dlouhé době nebudu vyhledávat, kde bych se napila, konečně si to užiju a nebudu jenom všude hledat skleničku.

Přeji všem krásný den.

---

## Re: Neúspěšná léčba?

Vložil Petr - 09/06/2015 14:02

---

Pepino, nějak nevím, co jsi chtěl napsat kromě toho citátu

---