Je to alkoholismus?

Vložil Karel - 19/09/2017 20:26

Ahoj, mám dotaz.
Každý týden v sobotu vypiju 0,5 litru vodky. Sem schopnej to vypít za 3 hodiny. Dostanu se do nálady a kocovinu nebo nevolnost z toho už nemám. Když v sobotu dělám něco jiného tak sem nervní a chybí mi to. Jinak v jiné dny alkohol vůbec nepiju. Táhnu to takhle asi 2 roky a opravdu piju jenom tu jednu flašku v sobotu, jinak nic. Je to alkoholismus?

==========

Re: Je to alkoholismus?

Vložil Krtek - 19/09/2017 21:42

Predpokladám, že predtým si pil viac a častejšie. Keďže spomínaš kocoviny a nevolnost. Teraz celý týždeň sa tešíš na sobotu.
Odpoveďou by mohlo byť, čo sa stane ak tú fľašu v sobotu nevypiješ. No a odpovedal si si sám. Si nervní a chybí ti to. Ale či je to závislosť? Neviem, ale minimálne je to návyk, ktorý neskôr prerastie do závislosti. Stáva sa to väčšinou u šoférov z povolania. Celý týždeň šoferujú, nemôžu piť a cez víkendy to doháňajú.

==========

Re: Je to alkoholismus?

Vložil Karel - 19/09/2017 21:50

Je to přesně tak. Dřív sem pil víc a častěji. Ale už 2 roky piju jenom jeden den týdně. Ale už to neni taková zábava jako dřív, takže zkusim přestat. Snad to půjde :)

==========

Re: Je to alkoholismus?

Vložil Krtek - 19/09/2017 22:25

Možno by bolo dobre rozlišovať medzi náladou a opilosťou. Rodina by mala možno iný názor na tú tvoju náladu po pol litry vodky.

==========

Re: Je to alkoholismus?

Vložil Karel - 19/09/2017 22:37

No nálada je dobrá, ale opilost je samozřejmě velká. A ten tvrdej alkohol občas způsobuje agresi. Ale jsem většinou sám, takže s nikym nepřijdu do styku. Snad se mi povede přestat. Už sem přestal s

kouřenim (23 dní bez cigaret) :)

==========

Re: Je to alkoholismus?
Vložil Krtek - 19/09/2017 23:17

Tak potom voči komu si agresívny?

==========

Re: Je to alkoholismus?
Vložil Karel - 19/09/2017 23:29

No párkrát sem se hodně opil v baru s kamarádama jako asi každej. A tam sem poznal, že to může mít i agresigvní účinky. Ale z 99% piju sám.

==========

Re: Je to alkoholismus?
Vložil Krtek - 19/09/2017 23:44

Tak nech sa ti darí, aj keď 2 veci naraz bude ťažké.

==========

Re: Je to alkoholismus?
Vložil Karel - 19/09/2017 23:53

Díky. Věřim, že to půjde. U 25 letého člověka ta závislost asi nemůže být zas tak velká.

==========

Re: Je to alkoholismus?
Vložil Včelař - 19/09/2017 23:58

Už to tu bylo též zmiňováno. Průměrnej alkoholik začne experimentovat s chlastem kolem patnácti, trvá to do osmnácti. Pak začíná vydělávat, začne se tomu věnovat a to propití se trvá nějakých patnáct let. Takže máš ještě nějakých deset let. V pětatřiceti uvidíš jak na tom budeš. Buď budeš v pohodě - ten víkendový kalič, nebo budeš v hajzlu. Je jen na Tobě, kam to budeš směřovat.

==========

Re: Je to alkoholismus?
Vložil Krtek - 20/09/2017 00:00

Závislý buď si alebo nie si. Žiadne veľká, malá závislosť nie je. A ja netvrdím, že si. Zmeň ten sobotňajší zvyk za niečo rozumnejšie a možno sa zadarí.

==========

Re: Je to alkoholismus?
Vložil Sochař - 20/09/2017 08:42

Flaška vodky týdně, to bych viděl kdyžtak u 55 či 60 letýho chlapa, vyrovnanýho se seřízeným životem. V 25 tikající bomba v nervový soustavě a v celým těle, pěkně silná, odjištěná trhavina.

==========

Re: Je to alkoholismus?
Vložil Stopka - 12/03/2021 12:12

---

cit.: Pokud kuřák nevydrží bez kouření ani den, je jasné, že je fyzicky závislý…“ Je možné se podobně otestovat na alkohol – tedy vydržím se nenapít den, dva, tři… Nebo dám si jednu skleničku, víc ne?

Ne, tohle u alkoholu neplatí. Někteří závislí jsou schopni běžně abstinovat několik dní a nemají potíže, ale potom do toho zase spadnou. V případě zvláštního typu závislosti, dříve označované za kvartální pití, může být člověk bez potíží i několik týdnů. Potom ale následuje zase..
více zde

https://1url.cz/UKLZr

==========

Re: Je to alkoholismus?
Vložil Edna - 12/03/2021 16:39

Moudro je to hezké , ale...
Od alkoholu se držím už nějaký 12. týden.

Naposledy jsem vydržela cca 3 týdny o dovolené v létě mimo domov. Bez příznaků! Přišly až potom...

Od cigaret pro mě není problém vydržet pár dní či týden mimo domov. Bez příznaků...
Přijdou až potom...

Ano, řeknete mi, že mysl se tím připravuje na budoucí přijetí drogy.

Je to fakt tak jednoduché?

==========

Re: Je to alkoholismus?
Vložil Edna - 12/03/2021 16:49

Chci se zeptat takto.
Pokud jsem byla mimo domov, někde na dovolené, v pohodě. Proč se mi absťák posunul až na dobu, kdy se vrátím domů?
V létě jsem byla mimo své bydliště. Sedm dní pryč. Absťák žádný, opravdu nic. Ani cigarety! Absolutní pohoda.

A pak přijedu domů a během pár minut třes, pocení, klasika, kterou znáte.

Je to možné? Zažil to někdo?

==========

Re: Je to alkoholismus?
Vložil Stopka - 12/03/2021 17:01

Edno,
tak to já i o dovče ještě dlouho bažila.
Při odvykání jsem měla po čase dlouho bažení v tak určitou hodinu, že jsem se nemusela ani dívat na hodinky, kolik je, ale už vím s odstupem času proč právě ta hodina a bylo jedno, kde jsem byla.

cituji : Od alkoholu se držím už nějaký 12. týden.

12 týdnů abstinence Ti uteklo jak voda, super !

==========

Re: Je to alkoholismus?
Vložil Ja - 12/03/2021 17:08

Edna,

...vrátila si sa do známeho prostredia a všetko zapadlo do seba ako kľúč do zámky. :ohmy:

Determinant je prostredie... :angry:
(Home sweet home.) :dry:

==========

Re: Je to alkoholismus?
Vložil Edna - 12/03/2021 17:36

Vůbec se v tom neorientuju.
Beru to racionálně. Absťák je stav po vysazení drogy, poučka doc...

Jak je ale možné, že jsem absťák po fakt velkém pití necítila na dovolené v Alpách?
Přiznám se. Než jsem odjela na Dachstein, tak večer předtím 0,7 možná i víc vodky... Noc samozřejmě na ho*no.

V autě při cestě do Alp hnus. Večer úlevný spánek.
Dále jsme o level jinde: Sedm dní krásná dovolená v horách, radost, vyčištěná hlava, pohyb, sport, lidé, nebyla jediná negativní myšlenka!

A pak sednu do auta a najednou divný pocit z návratu domů. S každým kilometrem k našemu městu narůstal...
A doma třes, pocení...

Zažil někdo takový odložený absták?

==========

Re: Je to alkoholismus?
Vložil Edna - 12/03/2021 17:43

Chci být ještě nechutně vrtající..
Spouštělo se u vás bažení v místech, kde jste pili, v časech, kdy jste pili?
U mě tradičně ráno, víkend, domácí práce.
Přesně tam jsem si nalívala první.

==========

Re: Je to alkoholismus?
Vložil pert - 12/03/2021 18:24

Já se v tom nevrtal. Prostě nevím, bažení ráno, po obědě, večer, v noci alkosny. Jak kdy, týden mně to otravovalo v kuse. A pak třeba pár dní nic, jako bylo to tam, ale slabé a viselo to ve vzduchu a prchalo až vyprchalo skoro úplně.

Ivana psala, že nemá už žádné bažení. To klasické jako první rok abstinence nebo dva nemám, někdy mně to otravuje víc, někdy míň. Nevím jak to popsat a radím "nech to koňovi". Dělej to co doposud, máš 12. týdnů, no a než se dostaneš na adiktologii nebo AA tak to taky tu dobu vydržíš. Zaměstnej mozek, lušti křížovky, hádanky, skládej puzzle. Já lepím modely letadel třeba. Najdi co tě chytne, sport, jóga a jinak při uzávěře je to omezené, ale nežiješ sama. Zahraj si večer se synem karty. Udělej něco cos nikdy nezkusila, nevíš čemu přijdeš na chuť, nauč se vázat uzly. Ten čas pak uteče než někde zajdeš :kiss:

==========

Re: Je to alkoholismus?
Vložil Erika - 12/03/2021 18:37

Edno, u me plati, cim vic o tom premyslim, tim vic se mi myslenky na alkohol v hlave hromadi a mam na nej vetsi chut.
Jde ti to dobre. Na to jak abstinovat tabulky neexistuji.
Kazdymu pomuze neco jinyho, ale presny navod, ti nikdo nerekne.

==========

Re: Je to alkoholismus?
Vložil Edna - 12/03/2021 19:13

Víte co, oba dva?
Díky.
Přesně tak to cítím.

Chci na to nemyslet.
Chci povídat se syny, užít si rodiče, být se srdcovým chlapíkem, učit žáky, jezdit na kole.

==========

Re: Je to alkoholismus?
Vložil Ja - 12/03/2021 19:16

Edna,

...on = (ten opilecký) HW ostáva, (zrejme), v mozgu natrvalo.
Zašije sa niekam do kúta/(rohu) a (NE)trpezlivo (si) tam vyčkáva!!!... :woohoo:

..."a zaútočí práve vtedy, keď TO najmenej očakávaš !!!" :angry:

==========

Re: Je to alkoholismus?
Vložil Michal - 12/03/2021 22:47

Podle mě je to prostředím. Tam, kde je zvyklý člověk pít, místo, situace apod. tam to přijde. Například byl jsem silný kuřák, když jsem byl x dní v nemocnici a věděl jsem, že prostě není šance si zakouřit absťák nepřišel, když jsem byl doma absťák mě třeba večer donutil jít x km na pumpu koupit si cigarety. Samozřejmě myšlenky, pocity a emoce, které nám vysílá mozek nemusíme poslouchat a akceptovat, to už je jen na nás. Klíč je převést pozornost na něco jiného, ale chce to trénink. :)

==========

Re: Je to alkoholismus?
Vložil Gennosuke - 14/03/2021 16:04

Edna napsal:
Spouštělo se u vás bažení v místech, kde jste pili, v časech, kdy jste pili?

Velice intenzivne, presne tak jak to popisujes. Ale ty "odlozene" abstaky se u me nikdy nekonaly. Ber to tak ze mozek poskozeny zavislosti je hrozna mrcha a umi potrapit :-). A v kazdem pripade 12 tydnu = 3 mesice = uz brzo projedes magickou stovku = jsi skvela a to je ted to jediny na cem zalezi!

==========