

Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Martin - 20/06/2011 10:54

Zdravim Vas.

Piju uz s mensimi prestavkami pet let. Dospel jsem do stadia, kdy uz mi alkohol nic neprinasi a jenom bere. Uz jsem se tolikrat pokousel prestat, ale nikdy jsem neuspel. Posledni dobou vydrzim pouze par dnu, maximalne tyden a jsem v tom znovu. Uz fakt nevim jak dal. Alespon tento web mi pomaha prekonat nejhorsí abstaky.

Dnes jsem se rozhodl s tim skoncit nadobro. Snad mi pomuze se tady vypovidat.

Preji hodne strizlivych dnu a zazitku vsem stejne nemocnym.

Martin

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Petr 1 - 20/06/2011 11:19

Ahoj Martine.

Nepíšeš, kolik alkoholu vypiješ, ale to není tak podstatné.

Pokud už bereš alkohol jen jako prostředek pro navození dobré nálady a odbourání stresu, doporučím ti kontaktovat některou ze skupin AA.

Říct si, že přestávám ze dne na den nejde.

Vždycky se najde nějaká příčina, která tvou vytrvalost překazí.

Věř mi, takových začátků jsem měl moc.

Znám na foru zatím jen jednoho člověka, který dokázal přestat pít bez cizí pomoci (drží se už cca 110 dní), ale to je opravdu silná výjimka.

Většinou do toho spadneš znovu ani nevíš jak.

Já to zvládl nejvíc 60 dnů.

Tady na foru ti lidi určitě pomůžou, dají sílu a díky nim se dokážeš udržet v nepití, ale ne věčně.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Martin - 20/06/2011 11:35

Piju docela hodne. Hlavne vodku, uz mi nestaci ani pul litru na vecer. Vcera jsem mel sedmicku po ctyrdeni abstinenci a ted sedim uplne vymasteny v praci. Drive, kdyz jsem jen studoval, tak jsem pil z duvodu financni nouze hodne nekvalitni vina a tvrды alkohol, ted uz kvalitnejsi.

Zacal jsem pit z nudy na stredni skole. Ted piju hlavne kvuli stresu, aby odpuly starosti. Mam docela psychicky narocnou praci, pri ktere jeste dodelavam skolu.

Na zdravotnim stavu se to uz samozrejme taky podepsalo...

Ja prave doufam, ze díky psani zde, se mi to podari abstinovat.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Anna - 20/06/2011 11:51

Já se připojuji k Petrovi. I já mám za sebou několik takových to spontálních konců. Nejvíce vždy, když mi bylo nejvíce zle. Ale po čase si člověk řekne, že to má pod kontrolou a pomalu začne znova. Jestli to myslíš vážně, tak kontaktuj nejbližší AT ambulanci. Pořád se tady opakují důvody proč přestat, hlavně silná vůle. Z mé zkušenosti to v tomto stádiu nestačí. Mě se strašně nechtělo, ale pro mě to byla jediná šance. Ve společnosti převládá názor, že do léčebny chodí jen ta největší spodina, ale většinou tam ba naopak jdou lidé, kteří se sebou něco dělají. Ale samozřejmě někomu nepomůže ani to. Několikrát jsem to tady opakovala, tam můžeš přijít na to, co jsi v životě nezvládal tak, že jsi to začal řešit pitím. Teď jsi závislý i fyzicky, ale toho se po nějaké době zbavíš, ale hlava zůstane stejná. Já abstinuju 2,5 roku a nepiju, protože to nepotřebuju. Život беру prostě jinak. Přemýšlej o tom.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Martin - 20/06/2011 12:00

No ja uz byl pred par lety na tri tydny v lecebne. Nikdy jsem se neopijel do nemoty, to se mi i hnusi. Je mi naprosto jasne, ze jsem alkoholik, vim jak alkohol funguje a jakou ma silu. Ja uz jsem zkousel prestat tolikrat, az je to smesne. Nejdele jsem vydrzel pul roku, ale to uz je davno.

Nejhorsi je, ze mi v podstate nic nechybí. Mam vybornou praci a dobre vztahy v rodine. Jenom ten alkohol vsechno sere. Snad jen vztah nemam, ale o svou posledni pritelkyni jsem prisel prave hlavne kvuli alkoholu. Ten uz mi vzal hodne a je mi jasne, ze pokud s tim nic neudelam, tak jeste vezme...

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Petr 1 - 20/06/2011 12:09

Píšeš, že piješ hlavně večer (pravděpodobně z důvodu pracovního vytížení a školy). Víím, že už jsou to několikrát omýlané fráze, ale co třeba zkusit změnit večerní návyky a místo láhve vodky zajít si někam zaplavat, zacvičit a dostat ze sebe ten stres užitečným způsobem. Chápu, že je to lákavé, otevřít si večer u TV láhev vodky a vymýt pořádně hlavu. Ale sám vidíš, že ty rána za to nestojí. O to víc, když máš namáhavou práci a musíš být ve 100% stavu. Důležité je nemít možnost se tak lehce k alkoholu dostat. Pak už jen vydržet a přežít ty stavy, kdy máš šílenou chuť si dát alespoň panáka. Uvidíš, že tě bude pak vše víc bavit a těšit. První 3 týdny jsou muka, ale dá se to zvládnout. Pak už se vezeš a užíváš si každý další den, který můžeš prožít s čistou hlavou a hlavně si pamatuješ, co si ten předchozí den prožil. Pokud nemáš žádnou motivaci pro koho přestat pít, udělej to alespoň pro tvé zdraví.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil neo - 20/06/2011 12:33

Ahoj Martine. Jsem tady nový a taky doufám v zázračnou sílu toho webu. Mám podobný problém jako ty. Nemám důvod pít (vše o.k. rodina, práce), ale piju. Proč to alkoholové peklo začlo, už ani nevím. Není to důležité. Nepiju přesně 4 dny - od synových 9 narozenin. Byl jsem na léčení, bral jsem antabus, ale čím déle jsem nepil, tím více jsem byl silnější a chci pít kontrolovaně. A ono to vyjde poprvé - podruhé a pak ostuda jak prase a hlavně nemám dost. Piju dokud nedojde chlast, nebo nejsem šrot - hrůza. A druhý den se musím popravovat - pivíčko, panáček, nebo víno mě je to jedno. Momentálně se dívám z okna na hospodu, jako dítě na cukrárnu. Přeji ti - nám ať to vydržíme.

dave

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Petr 1 - 20/06/2011 12:54

Dave, rozumím všemu co píšeš,
Kontrolovaně pít nejde, přestat ze dne na den také ne.
Až člověk zkusí všechny možnosti, u kterých byla nějaká šance, že přestane pít, zbývá opravdu ta poslední.
Je fajn, že to oba zkoušíte tady na fóru.
Pokud ale chceš opravdu přestat pít, obávám se, že fórum nestačí.
Dave na hospodu se nedívej. Vem raději kluka a běžte do té cukrárny. Víím, je to rada tak napřeshubu.
Mám ale také 2 děti a moc dobře víím o co přišly díky mému každodennímu nalévání. Jsou to desítky hodin, které jsem mohl trávit s nimi.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Martin - 20/06/2011 13:16

Petr: Vetsinou piju vecer, ale neni problem pit u od rana. Nejhorsí je když něco zbyde z předchozího večera. Ráno to do sebe hodím, jdu do práce a jen čekám na oběd až to zase doplním. No hrůza. A školu vůbec nestíhám, protože pořád kvůli alkoholu odkladám zkoušky a stres se jenom zvysuje. Jinak sportuju skoro každý den. Docela se divím, že všechno zvladam ještě bez vetsich pruseru.

Dave: Ahoj Dave. Taky držím palce ať nam to vyjde, ale je to zatracene tezke. Taky chsem porad chtel pít kontrolované, ale nejde to. Vzdycky do toho znova spadnu.

ps: omlouvam se ze nepouzivam hacky a carky, ale nemam tady ceskou klavesnici.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Petr 1 - 20/06/2011 13:36

Martine, tebe snad může nakopnout k abstinenci jen pořádný průser.
Ztráta zaměstnání, nedodělaná škola.....? to si možná uvědomíš později.
Co ztráta zdraví,rodiny,partnerky?
Píšu z vlastních zkušeností, hrával jsem závodně hokej, sportovec každým coulem a teď ?
K smíchu.
Zdravotně si na mně alkohol taky vybírá svou daň.
Rodina to jakžtakž překousla, manželka se se mnou nerozvedla, děti mě mají stále rády.
Začni teď, zítra může být už pozdě.
Budeš-li potřebovat podporu, tady ji najdeš.
Nebud' na to ale sám.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil neo - 20/06/2011 13:42

Sílu musíme najít v sobě, to já vím. Je hrozné kolik věcí je spojeno s popíjením alkoholu - narožky, oslavy, po fotbale, u fotbalu, plesy, v sobotu po obědě, kolo, opékačky atd. Když nepiju tak v podstatě nemám přátele a kamarády a s tím spojené aktivity. Mám pouze dva syny a ti mi stačí. Jinak všichni okolo jsou "alkoholici" (rodina, práce, známí), ale nějak jim to jde s tím chlastem. Když piju tak se mě okolí straní, ale když jim řeknu že končím s chlastem, tak mi nalévají.

Nejvíc se bojím je se zase napiju a pak se nenávidím.

dave

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil neo - 20/06/2011 13:42

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Petr 1 - 20/06/2011 13:59

Dave, divil by ses, kolik lidí kolem tebe má problémy s alkoholem jako ty.
Oni si to však neumí přiznat a neumí s tím bojovat.
Už to, že si tady na foru je velký skok dopředu.
Drž se tady těch všech lidí, bude líp.

Myšlenky a chuť se napít budeš mít ještě hodně dlouho.
Dá se to ale zvládnout.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Martin - 20/06/2011 14:24

Nejlepsi je, ze kdyz je nekdo sam alkoholik, tak lehce pozna, zda je druhy clovek alkoholik. Alespon u me to tak funguje.

Petre, ja se v tom tak nejak placam radu let, ale vzdycky se ve me jeste najde spetka soudnosti, která me ubrani nejhorsiho. Me mnohem vice stve ten zmareny potencial. Kde bych dnes mohl byt, kdybych nechlastal.

Taky mi vadi, jak se vse spojuje s alkoholem. Asi si budu muset najit nove kamarady, ja nevim. Jakakoliv akce byva spojovana s popijenim alkoholu.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Petr 1 - 20/06/2011 14:33

To co bylo už se vrátit nedá. Musíme jít dopředu, ještě toho můžeme hodně ztratit.

Doporučoval bych AA.

Tam najdeš hromadu přátel.

To, že se vše spojuje s alkoholem mi taky vadí a máš pravdu.

Kamkoliv přijdu, všude se chlastá.

Lidé, kteří mě znají jako bezva společníka u baru mě teď považují za podpantofláka a hypochondra.

Akcím se snažím zatím vyhýbat.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Martin - 20/06/2011 15:34

Ja jsem typ alkoholika, co nejradeji pije doma sam. Jen jednou za 14 dni se jdu vypit do spolecnosti. Zacal jsem pit na stredni, kdy jeden spoluzak alkoholik, nosil flasky do skoly a my popijeli o prestavkach na zachode. Vsechno se zdalo bez problemovejsi. Ovsem potom jsem zacal pit i doma a i rano nez jsem sel do skoly, abych mel tu spravnou naladu. To je pocatek meho alkoholismu. Vysledky ve skole se samozrejme zhorsili, ale ja se nikdy moc neucil a zvladal skolu bez problemu. Maturitu jsem zvladl v pohode, ale kdyz jsem odjel do Prahy na vysokou, tak jsem do toho spadl poradne. Ted me drzi nejispis to, ze porad ziju u rodicu a musim se tak hlidat. Kdybych bydlel sam, tak se nejispis upiju.

Ani nevim, jestli mame AA ve meste. Na internetu jsem nic nenasel.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Lukáš - 20/06/2011 16:02

Ahoj Martine,

chodím do AA, pro jistotu jsem ambulantně na antabusu. Naposledy jsem se napil...no už to budou dva měsíce. Když jsem teď četl tvoje příspěvky, zamrazilo mne, bylo to hodně podobné peklo. Jen v rychlosti můj příběh. Před třemi roky diagnostikovaná schyzofrenie, půl roku předtím jsem začal pít osamotě, tlumil jsem stres, stavy úzkosti, depky...pak měsíc pobyt na psychiatrii. Půl roku jsem sekal dobrotu, bral léky ale schyzofrenii jsem si nepřipouštěl. Vysadil jsem léky a začal zase chlastat, následující rok byl tak stereotypní, že bych ho mohl popsat na jednom dni. Neopíjel jsem se do němoty, ale musel jsem vždy dopít co bylo po ruce. Po roce jsem díky rodině, která kontaktovala moji psychiatricku nasadil antabus a vydržel pak tři měsíce nepít. Všechno se zlepšilo a já získal dost silnou sebedůvěru a po dohodě s psychiatrickou jsme antabus vysadili. Další měsíc to klapalo. Jenže ouvej přišlo selhání srdce a dva měsíce v nemocnici. Zázrakem jsem přežil. Vyšel jsem ven a měl jsem hasit problémy, bohužel s polovičním platem, invalidním důchodem a nenapadlo mě nic lepšího, než si občas zlepšit náladu, snaha pít kontrolovaně. Moje nejhorší recidiva ukončená pokusem o sebevraždu. To byl říjen minulého roku. Následovaly čtyři měsíce na psychiatrii a v léčbě, kupodivu ne protialkoholní léčba, ale zaměřená na schyzofrenii, alkohol je podle doktorů můj druhý problém. Já ho vždycky bral jako jediný zdroj mých problémů. Takže jsem se musel srovnat i s diagnosou schyzofrenie a uvědomit si co z mého chování patří k nemoci, co k chlastu a co je u mě normální hledám postupem času. Jsem pět měsíců po léčbě. Měl jsem před pár měsíci kratší úlet, ale jenom mi potvrdil, že chlást už prostě nikdy zvládat nebudu a je zbytečný s tím jakkoliv bojovat. Nicméně sám bych přestat nedokázal. Chodím na AA, ale chce to chodit pravidelně a poslouchat co se tam říká a trochu se podle toho chovat, což tý mojí palici dělá občas problém, takže jsem si nechal nasadit ještě antabus, pojistka na blbost. Teď to bude druhý měsíc co abstinuju, není to lehký, občas nervozita, stres, ale snažím se něco dělat. Držím se denního režimu, zapojil jsem relaxace, koupil jsem si psa, prostě snažím se zabavit. Bydlím sám, takže to fakt není lehký, navíc řeším osobní bankrot. No, jen abys viděl, co všechno se dá díky chlastu stihnout posrat. A myslím, že můj příběh je jenom slabý odvar, oproti tomu co slychám na AA. Takže jestli opravdu chceš přestat, uvědom si kam až se můžeš prochlastat a neříkej si, že Tobě se to stát nemůže. Já byl ještě před rokem a půl projektant, poctivě jsem splácel dluhy, hrál jsem s kapelou, měl teplej kanclík, akorát jsem trochu chlástal...no stačí málo...dneska jsem rád, že mě rodina nezavrhl, mám kde bydlet a že mám práci která mě baví. Držím Ti palce a drž si to co máš, dokud to máš....bez chlastu...

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil petrata - 20/06/2011 18:13

lukasi, to je silna kava, dik za uprimnost a drzte se chlape,uf...no holt to mame kazdy nejak rozdane a nadeje je vzdy..piste, jsou to silne inspirace k tomu nechat piti pitim a zit

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil neo - 20/06/2011 19:31

Lukáši ty jsi já za pár let. Díky tobě vidím do budoucnosti. A to nesmím dopustit, promiň. Máme hodně

společného, včetně schyzofrenie a promarněného talentu. Když můžu číst osudy podobně nešťastných lidí, tak vidím naději.

Díky

Dave

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Lukáš - 20/06/2011 19:57

Neomlouvej se, uděláš mi radost, když si tuhle vizi, pro mě realitu vezmeš k srdci a budeš se snažit vyzkoušet cokoliv nového, co Tě tohohle pádu na dno ušetří. Hlavně buď upřímný k sobě, k doktorům, a zajdeš-li na AA, dostaň ze sebe co můžeš a poslouvej ostatní, uleví se Ti. Držím Ti palce. Jde to zvládnout, ale nikdo to za nás neudělá...

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Martin - 21/06/2011 08:16

Ahoj Lukasi. Diky za inspirativni pribeh. Kazdy prispevek zde mi pomaha.

Ja prozil silenou abstinencni noc temer bez spanku. Dnes me v praci ceká mnoho ukolu a nevím jak to zvladnu. A to bych se mel jeste po praci ucit. Proste to nedavam...

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Liba - 21/06/2011 08:45

Ale dáš to, přestane kocovina, abstinence, uvidíš, jak bude dobře, jasno, klid, Martine, jen vydrž.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Martin - 21/06/2011 11:46

Je hrozne, jak clovek rychle zapomene na ty desive abstaky a znova se napije. Ted se mi meni nalada snad kazdou minutu, mozek a hlavne pamet vynechava. Nesnasim to! At uz to skonci! :angry:

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Liba - 21/06/2011 12:42

Jasně, mozek blbne, proto se stane, že alkoholik je najednou dementní, je to snad horší, než když zemře. Já koktala, nebyla schopna ze sebe vyřknout krátkou větu bez chyby, mlela jsem úplný nesmysly.....Bude lépe, a sekni s chlastem, uvidíš, jaký je to výborný pocit, stojí to za to.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Petr 1 - 21/06/2011 13:10

Martine, nenech se tím chlastem převálcovat.
Je to nekonečný kolotoč, ze kterého se nikdy nevymotáš!
Teď si rozhodnut s tím něco dělat.
Vytrvej a nevzdávej to při prvních návalech abstinčních příznaků.
Chvíli to ještě potrvá, ale pak bude líp.
Zkus si koupit tablety Persen. Stojí kolem stovky.
Někdo je tu dříve doporučoval.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Martin - 21/06/2011 14:03

Tak uz mam v sobe ten Persen. Snad to trochu pomuze...

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Petr 1 - 21/06/2011 14:22

Tak to je rychlost :ohmy:
Pomůže, musíš tomu věřit.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Lukáš - 21/06/2011 14:34

Ahoj Martine,
drž se, zvládneš to, jde o prvních pár dní, s každým týdnem je to lepší...já si potřeboval dát do začátku nějakou stopku, ale jde to i bez toho...každopádně s antabusem, který беру u sestry, se cítím klidnější...i když nevím jestli je to teď už tou stopkou. Prostě neřeším jestli se napít nebo nenapít...nepiju. To mi ke

šťěstí stačí a je to fakt lepší a lepší...zvládneš to...

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Anna - 21/06/2011 15:05

Je dobře, že to čtu, protože ty vzpomínky jsou hrozné (a to asi není to pravé slovo). Nejhorší bylo, že ačkoliv mě bylo naprosto zle, dokázala jsem myslet jen na to pít. Prostě si to protrpíš a bude líp. Prostě to tak je. Přeju ti moc sil !!!!!

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil jirka - 21/06/2011 17:13

Je ten Persen na předpis? Máte s ním někdo zkušenosti?

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Petr 1 - 22/06/2011 07:59

Persen není na předpis.

Koupíš ho v každé větší lékárně cca za 100 Kč.

Od závislosti na alkoholu tě nevyлéčí, ale díky němu zvládneš lépe snášet abstinenční stresy a deprese.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Aneta - 22/06/2011 09:53

Martine, a pomohl Ti ten preparát ?????

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Martin - 22/06/2011 10:58

Ano, trochu to pomohlo. Clovek je takovy klidnejsi. Mozna je to z casti i placebo efekt. Hlavne na spani je to dobre.

Momentalne to do sebe laduju ve velkem a zapijim to kavou, abych v praci neusnul.

Je to extrakt z bylinek (kozlik, medunka), takže by to snad nemelo vadit.

=====
Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Petr 1 - 22/06/2011 11:54

Martine, nepřeháněj to.

Myslím, že tam je dávkování maximálně 2 tobolky 3 x denně.

Aby to nemělo pak zase opačný efekt :laugh:

Sice je to přírodního charakteru, ale nikdy nevíš, jak to tělo vezme.

Vzpomněl jsem si, že jsem brával také tobolky Kudzu.

Je to výtažek z nějakého cizokrajného kořene.

Genově trochu pálka (stály mě kolem 400), ale zabíraly.

Když jsem si po nich zkusil dát pohárek vína, myslel jsem, že to nerozchodím.

Je to speciálně pro alkoholiky jako jsme my přímo dělané.

Mrkni na net, možná tě to taky zaujme.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Martin - 22/06/2011 16:19

No dnes je to v práci hruza. Hlava úplně vymazána, udělal jsem už několik hloupých chyb. Už at jsem doma...

Zase to tak moc s těma praskama neprehaním. Zatím jsem měl 4.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Martin - 23/06/2011 08:39

Konečně už zmizely ty nejhorské abstinenciční příznaky. Teď jenom vydržet ty změny nálad a hlavně večerní chuť se napít. Ale tím už jsem si prošel několikrát a nikdy jsem to nevydržel.. :unsure:

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil a - 23/06/2011 08:52

Tak když to alespoň trochu líp, tak se zkus někde objednat (AT ambulance, psychiatr...). Pokud to budeš řešit a zkusit sám, že do toho zase spadneš. Já jsem vždy věřila, že už to příště zvládnou, ale nikdy to nevyšlo a bylo to ještě horší.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Le - 23/06/2011 12:38

Martine, zdá se, že se dělá líp, ale nezapomeň, že pominutí abstinčních příznaků neznamená "teď už zas můžu". Prosím, vydrž to, nepřemýšlej po večerech o tom, jestli se napiješ, nebo ne, prostě nepij. Za nás všechny :-)) zkus to aspoň pár měsíců a pak teprve začni rekapitulovat. držím palce,
Le, 5 let abstinující alkoholička (po 12 letech vrcholového pití)

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Dagi - 28/06/2011 12:18

Zdravim vsechny

dnes jsem poprve prisla na forum,mam taky problemy,je to cim dal tim horsi,manzel uz se mnou ani nemluvi,litam v tom sama.Ziji ve Svycarsku,jen par znamych,jedenkrat tydne do prace a co tech zbyvajcich 6 dnu.Uz chci taky konecne prestat,ale nejak se mi to nedari...hilfeee

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Petr 1 - 28/06/2011 14:04

Dagi, nedaří se vám přestat, protože pro to málo děláte.
První ze všeho alkohol nevyhledávat a žádný doma nemít.
Druhou důležitou věcí je vyplnit užitečným způsobem svůj volný čas.
Pokud jste silný alkoholik, pravděpodobně se bez odborné pomoci neobejdete.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Martin - 04/07/2011 10:50

Ahoj vsichni.

Tak jsem v tom opet znova. :(

Cely vikend jsem propil a citim se mizerne. A jeste jsem se dozvedel, ze se bude firma u ktere pracuju nejspise stehovat.
Takze depka depka.

Je to v hajzlu. :(

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Anna - 04/07/2011 11:28

No a Martine,co s tím teď hned něco začít dělat.Něco jako začít se léčit.Úplně se oklepávám,když si pomyslím jak se teď cítíš.Všechno na h...,zase zklamání ze znovu napití,problémy v práci.Ale víš co už konečně vím,takévé problémy má kde kdo a nepije.Zkus se teď hned někde objednat,když je to takový čerstvý.Pořád dokola,je to setsakramensky těžká nemoc ,která se sama nevyléčí.Kdyby jsi mě viděl před třemi lety a teď,tak by jsi mě asi nepoznal.Mrni na ty videa tady,a zvol si cestu.Jestli cestu Líby,která je v pohodě ,nebo toho druhého. Myslím asi to třetí video,milování české nebo tak nějak.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Markéta - 05/08/2011 13:08

Ahoj, já bych nesouhlasila, že je to tak těžké...prostě si alkohol nekoupím, a je to. A když mi ho někdo nabízí, tak řeknu, že nepiju, nebo-když mě znají- že UŽ nepiju. Nevysvětluju a hlavně nepiju- nepiju vůbec. Mám samozřejmě zkušenost - jako mají všichni alkoholici, že když se napijí trochu, budou chtít pokračovat, takže o tom to celé je.Ani na začátku abstinence ani po několika měsících bez alkoholu mi kromě malé nervozity v prvních asi 3 dnech naprosto nic nebylo. No, a současný - stav ?Někdy se mi zasteskne po CHUTI bílého vína, ale určitě ne po opičce, nebo stavech po probuzení. Nepříjemné na celé věci je pro mě to, že je mi jasné, že je to nastálo do konce života - že na příjemnou chuť bílého můžu akorát tak zapomenout. Získala jsem samozřejmě mnohem víc ... Lidi, kteří nevěděli, že piju, se diví, že jsem nějaká jiná, "lepší" - ale nic nevysvětluju, rozhodně nešířím informace, že jsem pila, to není dobré...Jo, důležité : člověk nepitím získává spoustu času navíc, protože nepospává atd. Takže je dobré si hned na začátku abstinence říct, co budu dělat -třeba po večerech... Výhodu má, kdo míval hodně zájmů, má se k čemu vrátit... Tak hodně štěstí !

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Elena - 13/08/2011 00:28

Kéž by to takhle ´v pohodě´ fungovalo všech. Ty asi musíš být buď hodně silná holka a nebo to s Tebou nebylo tak špatný. A nebo jsi Terminátorka a zkrátka Tě přeprogramovali :-D

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Josef - 27/08/2011 13:26

Musím souhlasit, že

Ahoj, já bych nesouhlasila, že je to tak těžké...prostě si alkohol nekoupím,

To se podaří, napoprvé málokterému Alkoholikovi, vlastní zkušenost, původně jsem cca. tři měsíce jen občasným čtenářem. Tak mám hodinu, jak tomu říkám, dopitou Sadu (0,5l vodka + litr multáku vyhltlou do 15 minut), jdu se vyspat a končím,.....
tak to co píš (končím), tak to už říkám, už snad po 1000té, zatím jsem vydržel přes dva měsíce, jinak "aktivně" přes šest let, posledních několik let, denně sadu, někdy dvě, no na řidiče z povolání...(není to žert)....., Tak už chci vydržet, vyzkouším AA, do léčebny se mi nechce, ono okolí neví o mé, tzv.13 komnatě jinak ve stavu, co jsem, pardon, pravopis neřeším.....

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil linda - 02/09/2011 19:44

I já bych chtěla konečně přestat, ale nevím jak. Dokážu být v pohodě a pak si stejně po pár dnech to víno koupím. Jako by mi ta cesta vedla do vinotéky a můj mozek to nevnímal. Je mi skoro 40, letos jsem dodělala vysokou školu. A přesto si nedokážu poručit, jen tehdy, když vím, že budu řídit nebo že mě čekaly zkožky. Ale pak ty zkoušky se musely oslavit. A teď zase proto, že je všechno za mnou a užívám si léto. Cítím se v pohodě, ale pak mám zase výčitky. Já vím, alkoholik je nevyzpytatelný!

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil linda - 02/09/2011 20:22

Ale já také opravdu chci přestat, tak volám SOS!

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Liba - 03/09/2011 05:18

Lindo, ještě netušíš, do čeho se řítíš. Zajdi na nejbližší AA, párkrát, pochopíš, přestaneš.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Linda - 03/09/2011 07:12

Právě, že si myslím, že si to začínám uvědomovat. Je to hrozný, když člověk někdy sám sobě nedokáže poručit. Jsem strašně ráda, že jsem tyto stránky našla a přečetla různé příběhy, najednou už nejsem sama a poprvé jsem to vlastně někomu řekla.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Liba - 03/09/2011 10:27

Sama už nejsi, rádi pomůžeme, ovšem, musíš chtít Ty sama. Škoda každé minuty, které prožiješ s nějakou náhražkou, svinstvem. Život se má žít, nepřežívat. Jde to, a je dobře na světě.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Linda - 04/09/2011 11:34

Díky za podporu, víkend zatím zvládám, i když je nejvíce náročný, je spousta volného času, který přes týden nemám. Tak že jsem se snažila se co nejvíce zaměstnat a hodně být venku, ale v podvědomí to tam pořád je. Je to opravdu běh na dlouhou trať.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Petra - 06/09/2011 12:43

Dobrý den, občas se na tyto stránky dívám, ale ještě jsem se neodhodlala ničím přispět. Jsem také alkoholička, se vším, co k tomu patří. Ráda bych se na něco zeptala těch zkušenějších. Abstinuji 8 týdnů, a před 14 dny jsem začala docházet ambulantně na antabus. V posledních dnech cítím strašnou úzkost, vždycky se mi sevře hrdlo a já až nemůžu dýchat. Tyto stavy znám jen po vystřízlivění a byly krátkodobé. Měl to někdo také tak? Přejde to? Antidepresiva brát nechci, mám malé dítě a nechci být jak pod vodou. Poradíte?

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Anna - 06/09/2011 14:51

Antidepresiv se bát nemusíš. Jejich účinek nastupuje za 2 až 3 týdny, ale rozhodně nezpůsobují stavy, které popisuješ. ě osobně hlavně ze začátku pomohly. Moderní antidepresiva netlumí, jen pomáhají v přenosu serotoninu, dopaminu, který právě v depresi nefunguje. Zkus se domluvit přímo s lékařem, který ti dává Antabus. Tím, že se dostaneš trochu do pohody, tak nebudeš mít tak nutkavou chuť se napít.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil simča - 06/09/2011 22:47

Ahoj Lindo, je mi 33let a jsem přes rok po léčbě, mám taky malé dítě a věř, hodně jsem si prožila a proto tomu chlastu nedám šanci. Píšu sem, ráda ti pomůžu, poradím. Hlavně nepřestávej brát ten antabus, je to ještě krátká doba aby si nezačala pít znova. Já jsem to sama zkoušela přestat, bohužel jsem nebyla tak dobrá, stačila dvojká a nakonec to skončilo u lahve vodky, někdy i dvě za den. Fůůůj. Nakonec byli Bohnice. Takže nechlastej a radši si zacvič nebo nauč něco nového své dítě. Drž se!!! Kocovinu přeci nechceš a morální kocovinu už vůbec ne. S.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Petra - 08/09/2011 10:37

Holky, moc děkuji za rady i podporu. Strašně vám fandím a zároveň závidím, že už jste tak daleko. Doufám, že mě ta chuť do života také chytne, zatím se do všech aktivit spíš musím nutit. Tenhle web je úžasný, spoustu toho, co jsem tady četla je jako o mě. A ono zjištění, že to je u každého skoro stejné, bylo pro mě motivující a zároveň i osvobozující. Všem držím pěsti.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Marketa - 08/09/2011 16:23

ahoj Lindo, jsem na těchto stránkách poprvé a jsem v soku. Dřív jsem si myslela, že alkoholik je nějaká troska, která už ani nepatří do společnosti a když tu čtu příběhy "normalních", inteligentních lidí, zjistuju, že nemusím pít ráno lahev vodky, abych byla alkoholik. Chci přestat natrvalo, v těhotenství před 2 lety jsem se nedotkla ani kapky a úplně v pohodě, prostě jsem vedela, že nesmím. Pak to ale zase pomalu začalo. Nepiju ani se neopijím každý den, ale alkohol už způsobil mnoho bolesti jak mě, tak hlavně mému manželovi a teď i mému synovi. Dokazu nepít v pohodě několik dní až týdnů a pak přijde "slabá" chvíle.... myslím, že tohle vsichni, co tu jsme známe. Doufám, že si navzájem budeme oporou a zvládneme žít bez toho demona, který nám jen nichi život. Hodně štěstí!!!!!!!

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Liba - 08/09/2011 16:46

Markéto, jsi kvartální alkoholička, já jsem taky, ale abstinující. Nedopusť, abys skončila jako já, na dně, ve srabu, nula, konečná. Máš tu plno psaní o tom našem problému, nemoci, čti, piš. A hlavně se drž. Jinak tě chlást zničí.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Linda - 08/09/2011 18:51

Tak jsem úspěšně abstinovala pět dní, ale...Byl sraz z práce, tzv. chlastačka. Nevěděla jsem, jak mám říct, že přípitek nebudu, tak jsem si přece jen dala malého paňáka a za celý den jen dvě malá piva, zvolila jsem cestu pít, to, co mě zrovna nechutná. Z jedné stránky vím, že jsem zklamala, ale z té druhé mám radost, že jsem odolala tomu, abych úplně podlehla a skončila jako ostatní. Ale ráno bylo super. Tak zase budu pokračovat dál, jen ty dny, co abstinuji jdou strašně pomalu. I já bych chtěla už napsat, že už je to třeba měsíc anebo víc. Ale udělala jsem další krok, přihlásila jsem se na kurz němčiny, který trvá skoro celý školní rok. Tak se musím snažit, abych nebyla za blbce. Sice stál hodně peněz, ale pití stálo víc. Mám občas takový pocit, jako bych svůj život rozbyla na tisíce střepů a teď se snažím tu mozaiku dát dohromady správně. Líbo, dík za cenné rady a zkušenosti.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Liba - 08/09/2011 18:56

Lindo, nemáš za co děkovat, před 8 lety jsem taky tak trpěla, doufala, váhala, pobrekávala, a přežila jsem, Vy to taky dokážete, děláte si to pro svůj hezký život!

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Linda - 08/09/2011 20:40

A jak jsi to všechno dokázala? Ráda bych znala Tvůj životní příběh. Nechtěla bych chodit do žádné poradny, zatím jsem svůj uzavřený svět s otevřeností k Vašemu foru, a je to pro mě úleva. Mám práci, kterou mám ráda, dceru na vysoký, partnera, který si myslí, že všechno v pohodě zvládám. A já jsem zatím takový to malý svoje neštěstí.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Linda - 08/09/2011 20:48

Vlastně velký neštěstí!

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Marketa - 08/09/2011 20:58

Mila Libo, doufam, že nevadí, že tykam. Pijde mi divně vykat, když si tu rozebíráme věci, které o nás kolikrát neví ani nejlepší přítel. Děkuju za příspěvek. Necetla jsem zatím ještě tvůj příběh, ale podle toho měla co jsi mi napsala, to asi bylo hodně zle. To je právě můj problém. Dokazu kolikrát pít a neopít se a "uzívat" si to, skoro jako na začátku, ale čím dál častěji se to zvrta a přesto se mi mozek neustále snaží vnutit myšlenku, že to půjde pít málo a občas, jen se trochu více ovládat, že není nutné úplně přestat, že na

tom nejsem tak špatně....Ale někde ve skrytu duše tuším,že to tak asi nebude a budu muset zkoncovat úplně...?

Preji Ti a všem ostatním pevnou vůli a hodně zdaru,myslím,že tu teď budu často,abych si připoměla,že to může zajít mnohem dál,pokud nepřestanu teď,jeste relativně včas.Je úžasný,že tu jste!Marky

=====

Re: Uz chci konečně přestat!!!

Vložil linda - 11/09/2011 21:06

I já jsem opět vykojila. Doufám, že příští pokus bude úspěšnější, i když moje alkoholové dny se prodlužují.

=====

Re: Uz chci konečně přestat!!!

Vložil Anna - 11/09/2011 21:45

Lindo, jen prostřednictvím tohoto fóra svůj problém nevyřešíš. Tady si uvědomíš,jak na tom jsi. Zkus přemýšlet o tom, proč nechceš zkusit nějakou poradnu.Jen občasným vypovídáním tady ten problém nevyřešíš. Chtěla jsi znát příběh Líby. Podívej se na videa tady. Neboj se, jde se z toho dostat, ale dá to práci a sám na to člověk nestačí.

=====

Re: Uz chci konečně přestat!!!

Vložil Marketa - 11/09/2011 22:22

Lindo,to je mi moc líto.Vždyt jste před 3 dny jsi byla taková plná optimismu a psala jsi jak si jen trochu zahresila na pracovním večírku a teď tohle??Tady vidíš,že to asi nepujde bez pomoci.Ja také nikam nechodím,ale já jsem přesvědčena,že jste nejsem klasický alkoholik a hlavně hrdost mi to nedovolí(zatím).Na druhou stranu jsem si ale slíbila,že pokud bych ulítla, třeba jen jednou skleničkou,hrdost a vůbec vše,co mě doposud odrazuje pozvat o pomoc ,to vše by šlo stranou a šla bych tu pomoc vyhledat.Vždyt život je tak krásnej!!!!!!Držim Ti palce,strasně moc a hlavně pís,at víme,jak na tom jsi.Marky

=====

Re: Uz chci konečně přestat!!!

Vložil Vladdka - 11/09/2011 23:32

Ahojky. Dneska jsem objevila tohle fórum a ráda bych trochu přispěla se svojí troškou do mlýna. Je mi 43 let, jsem normální, obyčejná ženská, vdaná, dvě děti, jedno už vyletělo z hnízda a druhé roztahuje křídla. Jsem alkoholička. Uvědomila jsem si to asi před pěti lety a během tří následujících let do toho spadla rovnou po hlavě. Asi nemá smysl popisovat pocity a stavy, které následovaly, včetně abstráku,

kdy pomohlo jen to, znovu se napít. Pila jsem tajně, jako většina žen, schovávala si kam se dalo. Moje dávka byla 2 litry vína nebo flaška tvrdého, která pomalu přestávala stačit. Seděla jsem a brečela, že tak to nechci, ale nedokázala jsem s tím nic dělat. Pak přišel den, kdy jsem už nemohla dál a rozhodla se to říct manželovi. Následovala úleva a chvilka abstinence. Pak se to rozjelo znovu.

Teď je to už 18 měsíců, co abstinuju. Začala jsem se léčit ambulantně a objevila skupinu abstinujících alkoholiků, kam pravidelně chodím. Můžu mluvit o všem, co se doma nedá, dát ven všechny problémy a smutky, které jsem dřív zapíjela. Změnila jsem svůj pohled na věci, které nezměním. Moje manželství je na pokraji krachu, ale ani to mě nedokáže rozházet. Užívám si nový život bez chlastu. Našla jsem si nové přátele, nové zájmy a priority. Nebylo to jednoduché a troufám si říct, že abstinovat se dá jediné pro sebe. Nedonutí nás k tomu okolnosti, ale jen to co sami chceme. Moc a moc všem držím palce a pokud byste chtěli vědět cokoliv více, ráda odpovím.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Liba - 12/09/2011 04:52

Tykání mě vůbec nevadí. To video jde? Většinou lidem ne. Jinak je tu ke čtení plno příspěvků, jak je to s pitím doopravdy, jak si namlouváte, že zatím je pohoda!, jak si lžete, snažíte se namluvit, že to zvládnete sami....ne, chce to pomoc! Dobrý je, že píšete aspoň sem.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Marketa - 12/09/2011 09:45

Dobře ranko všem. No já teda nevím, jak až ta droga dokáže člověka oblbnopt, ale jakmile člověk prozije svůj 1. abstak nebo si otevře lahev už po ránu a nebo je schopen propít 3 dny v kuse, tak už si precí nemůže myslet, že to má pod kontrolou?? Ani jedno se mi nestalo, ale vím, že kdybych pokračovala, byla by to jen otázka času, kdy.....

To video moc nejde, kus jo, ale pak se to zastaví. Musím ale říct, že ten kousek mě nijak neinspiroval. Nevím zda to bylo umyslné, ale byl; i tam zobrazení ti alkoholici, co už byli na opravdovém dne a až na jednoho mi připadalo, že ani nebyli příliš inteligentní - ale zas nevím, kolik toho člověku dokáže alkohol vzít i co se týče osobnosti a jisté urovně, takže je to jen takový můj odhad, který samozřejmě nemusí být realny. Uvítala bych video i s nějakými mladými úspěšnými lidmi, kteří pomalu propadávají alkoholu - aby se s tím mohli ztotožnit i ti kteří experimentují, začínají mít problémy ale zatím si to neuvedomují. Pokud 20letý pijan uvidí 50ti letého zarostlého spinavého alkoholika, nestotožní se s tím - rekne si - no tak tohle teda určite není můj případ, já jsem na tom v pohode..

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Martin - 11/12/2011 11:29

Když jsem zakládal toto téma, myslel jsem si, že to zvládnu. Ale nezvládám to. Můžu být rád, že ještě žiju... :(

=====
Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Lukáš - 11/12/2011 12:05

Copak Martine? Napiš víc...držím Ti palce, dá se to zvládnout. Kdysi jsem sem psal. Já jsem již půl roku na antabusu a vše v mém životě se začíná konečně dávat do pořádku. Stojí to za to vydržet prvních pár měsíců nejistoty, časem člověk začne věřit a užívat života, jde to....

=====
Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Martin - 11/12/2011 12:21

Je mi hrozně. Všechno se mi hroutí. Jsem absolutně bez energie. Ještě jsem to vždy relativně zvládal, ale teď cítím, že tělo má už dost. Kdybych byl starší, už je asi po mě. Už jsem si prožil několik abstáku a myslím, že další už nezvládnou. Alespoň psaní sem a pročitání si tohoto fóra mi pomáhá... Jsem na hranici, cítím to...

=====
Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Lukáš - 11/12/2011 12:52

Martine, měl bys to s někým řešit. Cesta tu je vždycky, zajdi k psychiatrovi, do AA, začni něco dělat, dá se to zvládnout, ale nikdy ne s alkoholem....držím Ti palce...Lukáš

=====
Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Liba - 11/12/2011 15:37

Martínku, nenech se zničit chlastem. Vypiš se sem, zítra jdi k lékaři, na AA, stačí se jen rozkývat, udělat první krok, neboj, nebolí to, a držím Ti palce. Nedej se, jsi přeci chlap a zdá se mě, že i hezký, kurňa, nezlob mě!

=====
Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Martin - 11/12/2011 21:35

Uf to zase bude noc. Děkuji Lukášovi a Libě za podporu. Co mi hodně pomáhá je duchovní literatura a filmy, ke kterým mě chlast přivedl.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Liba - 12/12/2011 03:58

Martine, neutíkej před realitou života, pozor, zavřeš se do světa duchovna, k filmu, ale život je jiný, pak Tě to dožene zpět k pití. Nepřežívej, neschovávej se.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Lukáš - 12/12/2011 05:48

Ahoj Martine,

Líba má pravdu, neuzavírej se do sebe a svého světa. Také jsem to dělal, sice jsem četl, díval se na filmy a myslel si jak je mi fajn. A při tom jsem samozřejmě popíjel. Není to řešení. Takhle jsem strávil celý jeden rok svého života. Dokázal bych ho popsat na jednom dni....Ráno panáka na probrání, zvládnout práci, po práci skočit pro flašku, jít si půjčit film, něco si přečíst a hlavně se při tom opít....A to jsem tenkrát fakt dokázal přesvědčit sám sebe, že je mi vlastně dobře. To není život, je to přežívání. Musíš najít pomoc, sám to prostě člověk neukočíruje. Víím, jak je těžké dát na něčí radu, ale zkus to, kvůli sobě, nebo kvůli někomu na kom Ti ještě záleží. Jak jsem psal cesta tu je vždycky....psychiatr, ambulantní léčba, AA, když nepomůže ani to, je tu léčebna, ale člověk musí bojovat za střízliva, ne s chlastem. Držím Ti palce a sílu najít si vlastní cestu ve střízlivosti...Lukáš

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Ilonka - 29/01/2013 23:05

Ahoj lidicky, je mi ulevou ze v tom nejedu sama. Taky piju denne a to vzdy prijde chut kolem 16 hod. odpoledne, to chodi muj pritel domu který ma take moc rad vinecko a popijme :(Ale me to uz vadi, vidim to na vaze a je mi to uz i protivny ale nemuzu si pomoci, kdyz tu prvni sklenicku nenavrhnou pritel, tak ji navrnu ja, on moc nevydrzi a brzy usne a ja sedim a cucam vinko do pozdnich hodin a cucim na telku, pracuji v loveckem klubu kde mam take pristup k alkoholu "zdarma" denne si rikam a dnes to bylo naposled, jo houby, zitra si reknu, no tak tedy jeste dnes a tak to je uz leta, je tady nekdo kdo ma ten samej problem?

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil dana - 02/02/2013 19:31

mám podobný problém. pili jsme s přítelem oba. ale už od rána. on je teď v léčebně, já doma. až se vrátí, budu muset přestat pít také, abych mu to nezkazila. bojím se toho, jestli to zvládnou. proto chci chodit na antabus (s ním) vypiju denně 2 litry vína, někdy i víc.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Petr N - 02/02/2013 19:35

Ahoj, 2 litry je docela dost. Antabus ti muze predepsat prakticky lekar, podavat ti ho bude adiktolog. Stoji okolo 550kc. V baleni je 100tablet. Bere se bud jednou tydne nebo jednou za ctrnact dnu. Podminkou je mit v poradku jaterni testy a byt strizлива.

Petr

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Lucka - 02/02/2013 21:20

Take jsem premyslela o antabusu,sice nevim,zda mam jaterni testy v poradku,ale je vubec mozne ,aby mel nekdo kdo pije napriklad 2l vina denne nebo jiny alkoholik jaterni testy v poradku??Jake jsou vase zkusenosti prosim??A jak moc antabus opravdu pomaha.je to jistota??Dekuju

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Petr N - 02/02/2013 21:40

Jatra maji velkou schopnost regenerace. Takze je dost vysoka pravdepodobnost, ze se po nejake dobe daji doporadku.

Antabus jako takovy, je pojistka. Pokud ho prepijes, je ti spatne zvracis, potize s dechem, tepem, moznost umrti.

Sam osobe antabus nepomaha. Pokud jsi rozhodnuta prestat, doporucuji.

Jinak to nema smysl a navic to je zbytecne riziko zdravotnich komplikaci.

Petr

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil lukas - 22/01/2015 10:41

Je to tezky !!!! Taky v tom litam, zena se se mnou rozvedla kluka se mi boji davat ,je to demon . Byl jsem tri mesice v Bohnicich , je to fakt tezky, jsou tam delnici ,pravnici, soudci , i bejvaly ,policajti, uspesny podnikatele a take bezdomovci.. Byl jsem motivovan veril jsem si...ale..... Jednoho dne jsem se zkusil napit jakoze maloo. Mel jse radost ,ze dokazu po trech pivech „prestat , , meli by jste to videt za dva tydny , tydenni mejdan ztratil jsem mobil, doklady klice vse, bylo to hrozny , nikdo nechapal vzdyt si se byl lecit „jsi zdravej,, Jedina moznost abstinovat. Sam to nedokazu vzdy kdyz si myslim ,ze to zvladam ,pruser jako prase... vzdy si reknu nikdy za dva tydny to testuju a zase kalamita.. Preju vsem at nad „demonem,, zvitezi znam to je mi 40 a tak 15let v tom

litam.. zavidim lidem který si daj sklenku , lahev a nic a zvladaji to. Rikam si proc zrovna JA...

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil lukas - 22/01/2015 10:55

Jeste k tomu lecení,, lecebna vas zastavi pri recidive, odpocinete si tam potka te tam , spousto ,, zajimavych pacientu,, ale je to jen na vas!! Pro ty co tam jeste nebyli, potkate tam lidi který jsou tam po sedmy , i vice . Nebo taky trikrat do roka .. vsem drzim palce jinak s panem primarem KARLEM NESPOREM je legra.... ahoj LUKAS

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Nikola1 - 22/01/2015 12:19

Ahoj Lukáši, to ,co jsi napsal, je určitě hrozné. Proč jsi se chtěl otestovat? Já to radši ani nebudu zkoušet, protože jsem to v minulosti zkoušela mnohokrát. Vždy jsem si říkala, že si vezmu málo, třeba jednu dvojku vína, maximálně dvě piva. Ale to mi vydrželo tak týden. Pak přišel třeba nějaký problém, nebo zkrátka chuť, a už jsem v tom zase lítala.

Vydržela jsem třeba přes prázdniny, protože měly děti volno. Jako by mi to v tu chvíli nevadilo. Ale už jsem se příšerně těšila na to, až bude školní rok, a já budu mít zase tu svou volnost. Asi je tvá chuť stále ještě moc silná. Jenže u mě , pokud jsem ji měla, převažovaly vzpomínky na ukrutné noci plné úzkostí, pálení, bušení srdce, nespavosti a samozřejmě ztráty rodiny, lhaní sobě i ostatním. To nežítí. Asi je to fráze, ale právě teď mi nestojí za to, abych se napila. V tomhle si zatím nevěřím. Protože pití mi chutnalo, byla jsem tzv. hladinkář, takže jsem musela být neustále pod vlivem, a to i v práci. Léčebnu jsem opustila 5.9.2014. Zatím jsem šťastná. Ty to určitě zvládneš taky.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil lukas - 22/01/2015 13:33

Dekuji za reakci, musim , prestat nechci zkocit v popelnici. Je to tezky proc zrovna ja? Byli jsme pred casem se znamyna na Morave ve sklipku vsichni jsme se ,spraskali, ale druhy den vsichni pili kolu vodu a bylo jim spatne , ja pokračoval jeste tyden , tam jsem zjistil , ze jsem zavyslej :(dekuji za podporu , mam 5 Letyho syna nechci ,aby se za mne nekdy stydel. Lukas

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Liba - 22/01/2015 14:05

Zkus léčebnu znovu, než půjdeš domů, zjisti si nějaké doléčování, docházej tam.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil lukas - 22/01/2015 14:22

Zacnu z dolecovanim, kazdou nedeli se da jit do Bohnic , pripomenu si tak to hrozne , prostredi , uvidim pacienty v jakem jsou stavu,, negativni motivace,, Nemuzu absoluovat , tri mesicni lecbu mam ,placeni,, dluhy ktete vznikly kvuli alkoholu.. dekuji za komunikaci nikdo se z moji rodiny se mnou nebavi jen 80 babicka ta mi veri. Lide kteri nejsou zavysli nechapou..je to proste zavazna nemoc... dekuji za pokec pomaha to ..Lukas

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Liba - 22/01/2015 17:46

No vidíš, tam se vymluvíš, uslyšíš reakce, zvládneš to.I dluhy splatíš, ale musíš vydržet být střízlivý, makat.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil lukas - 22/01/2015 19:40

Dekuju moc za podporu ...at se dari Lukas...

=====

Chci přestat pít!

Vložil Markýt - 27/01/2015 12:53

Chci přestat pít, ale zjistila jsem, že musím přestat úplně, neumím pít s mírou. Přes týden například nepiju vůbec, ale o víkendu jakoby mi v hlavě něco překlaplo a jdu na pivo, ale ne na jedno... Většinou už dopadám tak, že se za sebe OPRAVDU potom stydím, už i sama před sebou. Přitom když nepiju, mám fajn život, hezkou práci, dobré koníčky, udržuju sebe i domácnost, trávím čas s 15-letou dcerou, ale po "kalbě" je vše pryč. Nesnáším sebe, lidi, nic nestíhám, jsem zklamaná, že jsem to opět nezvládla. Pondělí bývá po takovém víkendu ztracené, úterý taky není zrovna v pohodě, od středy dobrý, ale pak už jen do pátku... Knihy mám o tom načtené, vím, co je bažení atd, ale neovládnu se. Ráda bych si o tom aspoň s někým psala, o případných úspěších, pokrocích, podobných příbězích...

=====

Re: Chci přestat pít!

Vložil Liba - 27/01/2015 13:25

Rad je tu hodně, jakou jsi si vybrala?

=====

Re: Chci přestat pít!

Vložil Renata - 27/01/2015 13:34

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

=====

Re: Chci přestat pít!

Vložil Markýt - 27/01/2015 13:48

A jak jsi na tom ty, Renato? Já vím, musím radikálně, ne se ukecávat a odkládat a "vyjímečně" si dát. S těmi přáteli to je asi kámen úrazu, všichni pijou...

=====

Re: Chci přestat pít!

Vložil Renata - 27/01/2015 13:59

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

=====

Re: Chci přestat pít!

Vložil Markýt - 27/01/2015 14:14

Ahá, ta to ráda slyším, teda čtu :-). A proč ještě navštěvuješ tyto stránky? Chceš pomáhat? Mě to ničí psychicky moc, moc... Trpí duše, sebevědomí, sebeúcta, no všechno... potřebuju podpořit, ale po manželovi to už nechci, sám si velmi rád zajde, ale psych. problémy nemá, zatím. Na něj se ale vázat v tomhle už nechci, už vím, že to je na mě. Jen na mě. On neví, jak mě to ničí a já mu o tom ani nechci povídat, nemá to cenu.

=====

Re: Chci přestat pít!

Vložil Liba - 27/01/2015 14:32

Manžel může popíjet, a nebude nikdy alkoholik. Ale ty zřejmě jsi. Opravdu záleží jen na tobě samé, co se

životem uděláš.Jsi na AA, na antabus, když nepomůže tohle, mysli na léčebnu.

=====

Re: Chci přestat pít!

Vložil Markýt - 27/01/2015 14:41

Já nemám problém, když nikam nejdu. Spousta akcí (žijeme docela dost kulturně- vernisáže, solečné výstupy na hory, koncerty atd)je automaticky spjatá s alkholem, tam mi právě nejde říct NE... Tak pak zase nikam nejdu, ale manže ano, takže trávíme víc času odděně, bez společných zážitků, takl zase pak jdu a blbě to dopadne... Manžela a jeho pití řešit nechci, ať si to kdyžtak vyřeší sám, až to pozná taky.

=====

Re: Chci přestat pít!

Vložil Renata - 27/01/2015 15:12

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

=====

Re: Chci přestat pít!

Vložil Markýt - 27/01/2015 15:31

A nůžu se zaptat, kolik je Ti let? Ne že by to hrálo roli... Na ty odborníky mrknu, kdo by byl blízko. platila jsi za to něco? Musela jsi teda přes obvodáka?? To nechci, je to rodinná známá, nevěřím jí, že by to nevykecala...

=====

Re: Chci přestat pít!

Vložil Renata - 27/01/2015 20:16

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

=====

Re: Chci přestat pít!

Vložil Renata - 27/01/2015 20:29

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

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Anna - 28/01/2015 01:00

Ja na tvém místě bych začala abstinenci postupně. Určitě bych se postupně na ni připravila. Já to tak udělala a chce to mít disciplínu a tělo aby si zvykalo na odvykání. Já si dala měsíc abych vydržela nepít. Pak jsem se napila. Není to začínání od začátku. Pak jsem si dala dva a vydržela jsem je.

Pak tři směsíce. Ted tři roky to mám stejný. Čvrletně se napiju mezitím se zregeneruju odpočnu si, ale nad životní abstinenci jsem nikdy neuvažovala. Jsem kvartál tak ty tři měsíce mi nic nedělá a i ty návyky už mám na tu dobu. Zas si ale během těch tří mesícu nepovolím si ani kapku. Nechci se zvrhnout a ani přestat. Tak jsem disciplinovaný alkoholik a žiju s tím v klidu už. Mě to ani před tím nevadilo nějakou dobu nepít. Ty terapie co popisuje Renata mohou být užitečný, aby se to pití nespustilo kvůli psychickým problémům a když se zapíjejí a člověk vše v sobě dusí a neví co dal a někdy jak dal a co vůbec chce dál.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Kira - 28/01/2015 03:54

Anna dovolim si s tebou nesuhlasit.

Nie kazdy dokaze pit-nepit tymto sposobom ako ty.

Markyt ja som to tiež mala ako ty. Uplne pohoda a akonahle nejaka akcia, tak koniec - totalne som sa vzdy opila. Snazila som sa to riesit tak, ze som nechodia na ziadne akcie, ale to nie je tiež riesenie, clovek sa nemoze uplne spolocensky odstrihnout. A ako pises ty, aj moj priatel chcel na akcie chodit a pripadalo mi nefair posielat ho stale sameho-vzdialovali sme sa tym navzajom. Tiez nechapal, preco nepijem ako on a preco sa vzdy tak opijem a preco mam potom depky atd atd....To je zbytocne vysvetlovat, ten kto to tak nema, to nikdy nepochopi..Takze uz sa ani nesnazim o to, aby ma pochopil. Som rada aj za to, ze akceptuje moje rozhodnutie a ze ma neprehovara, aby som si obcas s nim dala. Vidi aka som teraz stastna a to ho presvedcilo o tom, aby ma necha uplne na pokoji, co sa pitia tyka.

S Annou nesuhlasim v tom, ze budes chodit na akcie, raz za 3 mesiace sa opijes a medzitym budes abstinovat. Podla mna to je dost tazke zvladnut. Aspon ja to mam tak, ze az ked som sa uplne vnutorne odhodlala k abstinencii a povedala si, ze alkohol je pre vsetkych ostatnych, ale pre mna proste nie, tak som dokazala zacat zvladat aj tie akcie.

Spociatku to bolo tazke, ale je to len o zvyku. Teraz mi to vobec nepride nejak zvlastne, ze ostatni piju alkohol a ja nealko a aj sa bavim uplne bez probemov. A aj moj vztah s priatelom sa vemi zlepšil, je rad, ze ho neposielam vsade sameho a ze ak teda s nim idem, tak sa tam neopijem pod obraz bozi. Nevim, ale mna abstinencia velmi oslobodila a strasne sa mi ulavilo. Nemusim sa uz bat, ked niekde idem, co sa zas stane, ci to zvladnem a dam si len dva pohare alebo ci sa zas opijem. Prestala som s alkohoombotovat, uznala mu, ze nad nim vyhrat nemozem a nechala som ho ist vlastnou cestou a ja idem tou svojou uz bez neho :)

Beriem to ako koniec nejakeho vztahu, kde bola najprv velka laska, ale potom nam to uz neklapalo a

bolo to skor utrpenie a teraz nam je lepsie jednemu bez druhého B)
Ale jedno viem isto, pokiaľ by som si raz za čas zas niečo dala a opila sa, neverím tomu, že by som potom na ďalších akciách vydržala nechať si vôbec nič. Stratila by som tu svoju sebadisciplínu a radosť z abstinencie a som si istá, že časom by som zas padla do toho sialeneho kolotoča pitia-depiek-abstinencie a zas pitia. A ďakujem, o to naozaj už nestojím.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Liba - 28/01/2015 06:21

Anno, já také kdysi pila 1x za tři měsíce. Zkracovaly se termíny opíjení, až to bylo nonstop. Víím, že nyní jsi dotčená, že ty nikdy takto nedopadneš, já si to myslela též, odsuzovala opilce.....

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Kira - 28/01/2015 06:41

Ja si myslím, že Anna tak dopadnúť nemusí. Len si myslím, že u každého to tak fungovať nemusí ako u nej. Markyť písala, že po pití prezíva ťažké depky a ide jej to už na psychiku. To iste som už mala ja, preto si myslím, že riešením je skor s tým úplne skončiť ako sa v tom raz za čas riadne vyvalat. Ved to je masochizmus. Anna u teba je to zatiaľ ok, že po tých 3 dňoch pitia je ti len zle a nejde ti to este na psychiku. Akonáhle by ti to začalo, ver mi, že budeš chcieť s tým prestať úplne alebo začneš piť častejšie...

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Markyť - 28/01/2015 07:40

AHOJ :-)

Mluvíš mi z duše, úplně :-) Asi jsi na tom byla opravdu stejně jako já... I to, že na akce chodit nebudu je špatný, protože jich je stále dost a myslím, že by se mi z nich manžel taky nemusel vrátit jednou, až ho omrzí chodit sám. I mě se po nich stýská. Díky, já to vidím stejně, já musím přestat úplně, prostě ani lok, zní to drsně, ale ten pocit mě osvobozuje, jak píšeš, nemusím se bát... zatím zvládám, každý den mám radost, že to dje, za týden máme akci - koncert a narožky hromadné (i moje), to bude zkouška, ale zatím si nepřipouštím selhání... nechtěla by sis psát normálně, na mail???

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Stopka - 28/01/2015 08:39

Zdravím,

taky řeším, když se někam jde, jak dát najevo, že nepiji. Lidi jsou různí a k některým prostě musíme jít. Jedná se o to, že máme známé, kde když řeknu na rovinu, znám je, tak to tak berou, prostě pohoda, nepiji a bavím se. Pak je okruh lidí, kam prostě ze slušnosti musíme naštěstí je to jenom jeden manželský pár z rodiny od manžela a necítím se tam dobře a o mém pití nemají ani potuchy, ale vím stopro, že kdyby se to domáklí, tak by nastalo trapné ticho a čekali každou minutu, kdy to můžou rozmáznout a protože mi nesejí a nechci aby si o mně utíral hubu kde kdo, tak lžu... Jednou řídím, jednou beru ATB, ale už mi dochází nápady, ale pít nebudu. Omezila jsem s nimi styk na nejnútnejší akce, popřání a domů. Ne každý je stejný a ne každému budu vykládat svoje soukromí. Navíc o tom, že jsem pila nevědí, protože jsem se u nich vždycky držela, dvě dvojky vína a litry vody)))takže by to bylo samé a joooo a kdy jsi teda pila??...A šup to rozkecat.,jak vypadneme po rodine..Zrovna tam máme jít zase popřát a já už hledám výmluvu. Jít tam musíme, manžela nikam samotného neposílám. Už jsem domluvena s manželem, že tam budem maximálně tzv. chvílku, ze slušnosti popřejeme, asi to opět hodím nato , že řídím.

Já už fakt nevím, ale jsem citlivá povaha a jim se do keců dostat nechci! Pít rozhodně nebudu!

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Markýt - 28/01/2015 08:48

Joo, já se taky vmlouvám, hodně rad jsem se dočetla v Zůstat střízlivý od pana Nešpora, ale někdy mě štve, že nemůžu říct pravdu, ale nemůžu,no...

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Stopka - 28/01/2015 08:48

U nich i když jsem pila, v době kdy jsem chlastala, tak tam jsem se vždycky držela, teda ty dvě dvojky vína nebo přípitek šampus a pak jsem cucala dlouho ještě jednu dvojku vína a stop a k tomu vody kopec, tak jsem se nudila a cítila blbě, nebavila jsem se, jenom běhala čurat z té vody)))ale je to rodina musíme tam pravidelně chodit přát a oni na oplátku nám. A stěmi co jsem popíjela, jsem jim tom řekla, taky s nimi už aky samozřejmě nepiju, ale bavím se u nich a i bez chlastu, je sranda a berou to normálně, dokonce s humorem.

Ale tam u těch mi už dochází výmluvy. A opravdu k nim necítím důvěru, měli by jenom těžký klep po rodině a o čem mluvit se všema ostaníma po rodině.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Liba - 28/01/2015 09:02

Já jsem hned řekla pravdu,z těch starostů mně nikdo nepomohl, tak jim také není nic do toho, co dělám, nestydím se za to, že jsem alkoholička, vím, že to nejde všude, ale prostě nepiji, protože mně to nedělá dobře není ani výmluva, a drzým bych řekla, že je to opravdu má věc.

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Nikola1 - 28/01/2015 09:12

Já mám možná "šťěstí". že na akcích v práci mě nikdo nesleduje, protože zažili mé opilecké trapasy, takže jsou možná rádi, že piju nealko.

V rodině to všichni vědí apokud jdu na akci jinou, zatím se mě nikdo neptal. Nevymlouvám se na nic. Prostě si objednáám třeba nealko mojito, to mám ráda, dám si třeba dvě. Nedávám si ani nelko pivo. Tak jedno za měsíc mi nevadí. Necítím naštěstí potřebu dát si normální.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Stopka - 28/01/2015 09:25

Libuško,

máš pravdu, není se za co stydět, že nepiji. Nicméně tam u těch, to je...no jsou lidi a lidi. Jednou jsem řekla, že beru ATB a právě kvůli tomu, že je to nudná , povinná rodinná sešlost a většinou není o čem mluvit, tak pořád a co Ti je? Jaké bereš ATB? Tam jsem se i držela s pitím, páč by to bylo na ostudu, kdybych se odvázala)) Prostě i v době mého chlastání, jsem se tam nikdy necítila dobře a držela z chlastem. Nejím vepřové a hovězí , takže když jsem si nevzala chlebiček ze salámem, tak si hned toho všimnou, řekla jsem že nejím salám, jenom drůbež a poděkovala a vzala si chipsy. Při další návštěvě se dlouhosáhle probíralo, že to nejím....

Děs, ne jim nic říkat nebudu, musím vymyslet dobrou výmluvu na delší dobu)))Pak máme známé, kde to vědí a když přijdu, tak jsem měla nachystanej talíř zeleniny a kvalitní víno, v době kdy jsem pila. Nikdo nic na mně neřešil, legrace, zábava. Jim jsem to řekla, od té doby mám u nich výběr čajů a zeeeniny a nikdo se nepozastavuje nade mnou a legrace i bez pití je tam stále. K těm prvním musíme chodit...takže lži, kecy, výmluvy.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Stopka - 28/01/2015 09:41

Ještě doplním to řízení auta))Je tam zvykem , kdo řídí, tak si dá hned na začátku malý přípitek šampusem, protože se počítá, že tam pár hodin pobude a ta slušnost, když se oslavenci přeje. -dle nich))Já jako první jsem to pravidlo porušila. Nic jiného se neřešilo delší dobu, než že se vysvětlovalo, že to vyrchá))A že přece nepopřeji vodou. Popřála jsem vodou))Opravdu jim nechci říkat co řeším, měli by téma na dlouhé večery, no to nejsou lidi co mají pohopení a jim svojke soukromí všanc nedám. Raději zapracuji na kvalitní , dlouhodobé vymluvě. Přejechod na stravu stravu, vynechání alkoholu, to asi předhodím , když už řeší, že nejím maso tak je to lepší výmluva))když tak poradte, děkuji))

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Renata - 28/01/2015 10:32

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

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil anna - 28/01/2015 11:27

Ahojky všem.Já věděla nebudete se mnou souhlasit! Holky ale já si tu hlavu občas potřebuji vyčistit a vylít...Prostě už to tak mám.Libuško já to nehodlám zkracovat.Vím co by mohlo následovat a tam se dostat nechci.Já mám zatím vše v pořádku děcka manžela,ale pro mne to je relax a na chvílku unik. Oklepu se a vše jde dál s čistou hlavou.Jako kdybych vypustila ventily v sobě.

Renčo tak to je dobře. Je jasný vždy po něčem ošklivém musí přijd něco hezkého akorát nikdo nevíme kdy ale přijde.

Markýt tobě přeji abys vše vyřešila a byla spokojená. Vždyť o to jde v tom životě.Každý si musíme najít ten způsob jak toho dosáhnout.Radit druhým je těžký a co má udělat.Jen nebýt na vše sám pak se vše líp zvládá a jaký koliv problém.

Kiro tebe se zeptám? proč má Renata po takové době má potřebu zkoušet sílu alkoholu? Dřív to nepociťovala až teď? nerada bych byla kdyby jí to smetlo? Myslím ani ona sama neví co jí k tomu vede? Proto je tady a nemůže na to přijd. Hledá odpověď. Nebo ty Libuško by si jí mohla poradit.Taky už dlouho nepiješ.Třebas pocítovala něco podobného? Nebo si myslí už to zvládnou a zvědavost? Určitě je to nepříjemný vid Renčo? jsem to trefila? Ty ten problém máš a bilancuješ a zároveň se bojíš.Máš co ztratit? a nevěříš co?

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Markýt - 28/01/2015 12:40

Taky nechápu, proč sem Renatka zase "leze". Já mít vyřešino, tak mne to ani nenapadne. Jinak holky, název: tento pátek oslava rodinná v hospodě, příští sobota akce - punkové koncertzy při oslavě hromadnýh narozenin, v neděli u nás doma oslava mých narozenek s rodinou, grrrrr, zatím si věřím, tak na mě myslete, ať mě nikdo nezlomí, protože pak už bych se vezla a byly by zase trapasy a průsery a okna a

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil anna - 28/01/2015 14:19

To se mýlíš alkoholizmus nikdy vyřešený není!!! Tady jich je hodně co abstinují a Líba ta už 11 let tuším.Chodí jsem také....myslím,že ty pobíráš dojmu jak už jsi na cestě, bez problému vše zvládneš.Cesta bude dlouhá.

Já je strašně obdivuji a všechny co abstinují,jelikož já to nedokážu definitivně odříznout a nikdy to pro ně neskončí.Jen každé pokušení zvládají.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Liba - 28/01/2015 14:48

Nechce se mně věřit, že by Renata riskovala, pokoušela osud, musí vědět, že by bleskově skončila tam, kde s pitím byla. Ztratila by ty roky střízlivosti, třeba už neměla sílu opět začínat znovu, opět nervy, boje, depky, bolesti..... zkoušelo to hodně lidí, domnívali se, že už jsou OK, nejsou, nebudou.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Kira - 28/01/2015 14:57

Renata, aj ja som rada, ze teraz je to s mojimi ako tak OK. Ale ono to v minulosti bol velky problem. On chcel, aby som s nim pila, alebo aby som pila aj na akciach. Ale samozrejme chcel, aby som pila tak ako on a to neslo. Vela sme sa kvoli tomu hadavali a casto som potom pila aj kvoli nemu. Bol to kolotoc. Az ked som si to v sebe ujasnila a pevne sa rozhodla, tak sa to zlepilo.

Povedala som si, ze aj ked ho milujem, tak svoj zivot milujem viac a neznicim sa ani kvoli nemu a ze ak bude nutny rozchod, tak sa s nim rozidem, ale pit uz nechcem, nech by som kvoli tomu prisla neviem o co vsetko. Mna to uz tak psychicky nicilo, ze som uplne stracala samu seba.

A povedala som si, ze bud ma on bude chiet aj ako abstinenta alebo dovidenia. No a teraz postupne prichadzam na to, ze keby pit neprestanem, tak by sme sa rozisli urcite. On az teraz mi postupne zacina hovorit, ako sa bal, ked sme niekde isli, ze co zas bude a ze cely vecer vzdy bol paralyzovany a nemohol sa na mna ani pozriet, lebo sa bal, ze zas uvidi ako si nalievam a ze bol strasny vol, ze ma v uplnej abstinencii nepodporil skor. No co uz, muselo nam to nejak vsetko dojst postupne. Pochopil, ze pit normalne nikdy nebudem a je stastny, ze ma ma zas naspat, taka aka som bola na zaciatku nasho vzťahu, lebo ku koncu som sa uz fakt menila na niekoho uplne ineho.

Co sa tyka akcii, tak aj on ma predtym stadiel nemohol dostat, teraz ho stadiel taham ja. Nastastie on je typ, ze ked si vypije, tak sa mu chce spat a nema potrebu pokracovat donekonecna- tak ako som to mala ja, takže mu nevadi, ze ho taham domov a vlastne je rad, ze uz nemusí tahtat on mňa :)

Co sa tyka ostatnych, ja som to povedala rad radom vsetkym. Tym blizsim, ze som alkoholicka a nech mi daju s alkoholom pokoj a ostatnym, ze som sa rozhodla abstinovat, lebo mi alkocho nerobi dobre a koniec ..S nikym o tom nediskutujem. Ak zacne niekto s tym, aby som si dala aspon za jeden, tak na neho bud nepekne pozriem alebo to obratim na zabavu, podla toho o koho sa jedna a aku mam naladu :)

Ako hovorí Liba, oni mi nepomohli, keď mi bolo zle a ja som si to celé musela pretrpieť sama, tak mňa teraz vôbec nezaujíma, čo si o tom myslia. Ale nastastie všetci to vzali dobre, nemám zatiaľ s tým nikde žiadny problém. A väčšina ma potapkáva po chrbte, že aké je to teraz fajn, keď sa neopijam a že sú kvôli mne len radi.

Anna, preco to chce zas Renca vyskusat? No, aj ty si ju trochu k tomu nabudila :) Tym ako to mas ty nastavene a ako si to opisovala, to vypada cekom fajn - raz za 3 mesiace sa opit a inak nic. Ale snazila som sa Rence propomenut, nech si spomenie, preco pit prestala a myslim, ze to trochu zabralo. Jej to tiež totiž išlo na psychiku, tak ako mnohým z nás, čo sme pit prestali uplne a to mi ver, že keď sa človek z toho dostane tak si poriadne rozmyslí či sa chce zas do tých sialených psychických bolesti vrátiť.

=====
Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Markýt - 28/01/2015 15:12

Asi to vyznělo blbě, já to mít dlouho vyřešený nebudu, já vím, vždyť se znám a vím, jak to končí, jen jsem chtěla říct, jestli to není spíš na škodu, ale asi ne, asi člověk vzpomene atd aby si uvědomil, proč nepije atd... Rozhodně nesoudím, to ne!!!!

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Renata - 28/01/2015 15:41

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

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Liba - 28/01/2015 16:26

Ono přestat pít nestačí, člověk musí udělat očistu duše, pak teprve se uleví. Na to platí Krokový program AA. To vím tutově.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Renata - 28/01/2015 17:01

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

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Kíra - 28/01/2015 17:42

No Renca, musí ta to trápit, keď s tým musis takto bojovať a ešte tajne. Alkoholický mozog je zakerak a on si na svoju sancu vyckáva, trpezivosť mu naozaj nechýba.

Ja som mala taku neprijemnú skúsenosť pred 2 týždňami. Objednali sme s priateľom aperitív nealko a v pohode ho vypili. Už keď sme išli z baru, bolo mi nejak cudne a večer fakt blbo, ale psychicky. Bola som taká celá rozhodená a bolo mi smutno, na druhý deň tiež a stále mi to nedochádzalo. Az potom mi priateľ povedal, že mám náladu ako po tých mojich pitkách a potom nám to doslo. Omylom nám museli

dat alko. Ale toho tam do aperitivov davaju tak malo, ze clovek to ani nepociti, ked to pije.

Co chcem tym povedat je, ze paradoxne tato skusenost bola pre mna pozitivna, len ma utvrdila v tom, ze keby zacnem pit, tak sa mi tie psychicke horory vratia este rychlejsie a sinejsie ako predtym. Ved ja co som vzdy zvladla litre, a teraz mam taketo reakcie uz po nejakej kvapke vodky...Takze ja verim tomu co hovorí Liba, ze pokiaľ sa niekto napije po dlhšej abstinenci, okamžite je tam, kde skončil a stiahne ho to este rychlejsie a silnejsie dole.

A co sa tyka ocisty duše, s tym tiež suhlasim. Ja som uz v období, keď som sa o abstinenci rozhodovala, začala s takou vnútornou inventúrou.

Prehodnocovala som celý svoj život, rozmyslala som nad tým, čo ma robí stastnou, čo nestastnou, čo a prečo ma trápí. Rozhodla som sa viac myslieť na seba a menej sa prispôbovať ostatným, to neznamena byť sebec, ale byť viac asertívna a aj som si presla v sebe stare krivdy z minulosti a odpustila som ostatným a hlavne sebe. Porobila som v živote vela bosti a na dost vecí nie som hrda, ale už ma netrapia, beriem to tak, že všetko čo sa stalo aj to zle bolo súčasťou môjho formovania a nič nelutujem ani tie roky opijania sa - ved som nepila stále, len som bola niekde inde, kde som dnes. A dnes cítim taký pokoj na duši a som stastna aj za to zle čo som prezila, lebo keby nie, nemohla by som sa tak tešiť z malickosti a cítiť ten pocit pohody a stastia, ktorý teraz väčšinou cítim.

Reni, je dobre, že ideš zas do centra, kde si predtým chodila na terapie, možno ti práve to pomôže.

Músiš o tej svojej chuti hovoriť a dostať to zo seba a prísť na to, čo to spôsobuje. Verím tomu, že nakoniec to zvládneš a odozvie ti. Podľa toho čo si písala, máš teraz pekný život a si stastna a vyrovnaná a alkohol ti dost psychicky ubližoval a nič ti, tak naočividne mu dávať príležitosť, aby sa mohol nič zas?

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Ja - 28/01/2015 18:11

Renata napsal:

Na tu očistu duše věřím a jak to probíhá?

Rena,

vykonaj si dôkladnú psycho-inventúru. Psychológ alebo skúsený psychoanalytik Ťa bezpečne povedú do hĺbín duše. B)

Exorcistov je ako šafránu - dnes patria skôr k folklóru duchovenstva. :dry:

AA vykonávajú tiež vlastnú inventúru - sprievodcom býva/jú sponzor/i. Často sa spiaci a nevyriešený problém ozve po rokoch, preto sú úprimnosť a otvorenosť dôležité kľúče k úľave.

Sám-seba predsa nepodvedieš? :silly:

(Ak áno - tak prezrad' ako, nech sa zasmejem!) :)

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Liba - 28/01/2015 19:56

Také mně trápily myšlenky na pití-vždyť už jsem čistá dlouho, tak kapka neuškodí, nikdo to nemusí vidět, vědět, mozek mně mučil, byla jsem pořád oslabená, v křeči, nesvobodná. Vždy mně na starších áčkařích

zarážela ta volnost, lehkost, klid...Kroky , jasně. Je to inventura duše, našeho chování v době pití, je toho víc. Dělá to s tebou starší áčkař, který Kroky zná, sponzor, kmotr, ochránce, a člověk ze sebe vyblíje to, co si myslí, že nikdy nikomu na sebe neřekne. Sponzorovi člověk musí věřit, on jistě zachová mlčenlivost. Pro mně třeba bylo těžké-jít za dětmi a omluvit se jim za své alkoholické běsy, za jejich slzy, ale vyplatilo se to moc, ulevilo se mně, určitě i jim. Je toho víc, je to promyšlené, vyzkoušené za těch 80 let , co AA fungují. Už podle Kroků léčí i psychiatři, terapeuti. Neskutečná úleva, svoboda, konečně klid. Není to hned, někdo je dělá i 2x, asi také zkusím znovu, má vypitá hlava si vzpomněla na další věci, co musím ještě udělat se svou minulostí. Nějakou tu 13. komnatu ještě najdu, pryč s ní.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Renata - 28/01/2015 23:00

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

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Renata - 28/01/2015 23:19

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

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Renata - 28/01/2015 23:51

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

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Renata - 29/01/2015 00:12

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

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Anna - 29/01/2015 00:25

Renčo může to být tím. Nebo se zkus napít se. Podle mě ti bude špatně a zas zjistíš proč pit nemůžeš a

budeš mít vnitřní klid na nějakou dobu a hlavně v tom budeš mít jasno. Risk to je....ale to i když na to budeš myslet. Takhle si zkrátíš čekání.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Renata - 29/01/2015 01:37

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

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Anna - 29/01/2015 01:51

To tě chápu ale já na tvém místě bych to zkusila. Přece se nemůžeš všemu stranit. Přátel veřejného života a jen být doma a v práci? Podle mě ti právě chybí přátelé a ten život. Proto se ti to ozývá. Zkus to překonat a mezi ty lidi choť. To patří k životu bav se,ale nenech se zahnat do kouta a tomu alkoholu ve všem neustupuj a neboj se ho. Po každé ti dává vybrat buť a nebo? Ty před ním zalýzáš do nory a když vylezeš tak tě osloví. Postav se mu! A dej si ho! TOS měla udělat dávno.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Renata - 29/01/2015 02:06

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

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Kira - 29/01/2015 03:24

Renca ja by som na tvojom mieste neriskovala. Nehnevaj sa Anna, ale podla mna jej neradis prave najlepsie. Vies kolko ludi uz takto tuzilo zaexperimentovat a uz to viac nerozdychali, rozpili sa a uz sa nedokazali vratit spat.

Renca teba ten alkohol vemi nicil, ved prave preto si tolko obetovala, len aby si sa ho zbavila. Rozisla si sa s priatelom, ktoreho si milovala, len aby si nemusela pit a pokiaľ zacnes zas, moze byt, ze to bolo vsetko zbytocne. Pokiaľ si nalejes, tak nevies co to u teba nastartuje a kam ta to moze az zaviezt.

Takze ja by som rozhodne osud nepokusala. Pokiaľ su pre teba problemom krcmy a ludia co piju, skus sa im zas vyhybat, pokiaľ si to bazenie nevyriesis. Skus psychoterapiu alebo aj AA. Ale skus sa toho bazenia zbavit a az potom sa zas tomu postavit a do tej krcmy si zajdi.

Anna mysim si, ze nas akosi nevies pochopit, ked radis takto. Nezazila si tie psychicke tyrania, co nam

alkohol sposoboval, ale zaroven sme mu nevedeli odolal. Bol to dost sialeny kolotoc. Ja mam pred alkoholom obrovsky respekt a osobne by som si nan netrufla, ja viem, co so mnou dokazal a ze navrch mam ja len v tom pripade, pokiaľ sa mu vyhybam na 100%.

Moze to byt tak ako pises ty, ze Rence bude zle a vykasle sa potom na to, ale moze to byt aj tak, ze sa jej akohol pripomenie v celej svojej sile, ked vie, vie byt velmi podmanivy..Zopar razy si da a bude to ok a potom sa to rozbehne a nebude vediet ani ako a bdue zas nestastna a trapit sa, tak ako sa trapila, ked pila.

Renca, nenudis sa nahodou a nepokusa ta to prave preto? A preco do tych krciem chodis, ked si doteraz nechodia?

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil nikola1 - 29/01/2015 05:52

To preci Anno nemuzes myslet vazne.Co tim sledujes? Vis,jak by tim Renata riskovala?Renato,spoleham na tvuj zdravy rozum.Pokud odolas takovymto naseptavacum,budes mit temer vyhrano.Takovyhle lidi bych s odpustenim z fora vykazala.Hlava mi to nebere :angry:

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Liba - 29/01/2015 06:01

Anna neví nic o alkoholismu, Renato, nezkoušej to, nyní ti jde fakt o život, jestli chceš, zavolej, napiš na můj mail, něco se musí kruci vymyslet.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Ja - 29/01/2015 07:08

Renata napsal:
Já jak ty dlouho abstinuješ?

Rena,
...desiaty(10.) rōcik.

Dnes už viem, že TO ide aj bez pijatiky, aj bez ukrižovania! :)

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Stopka - 29/01/2015 09:01

www.zavislostnaalkoholu.cz/jedenact-let.html

Renatko mrkni na ten článek, nevím, možná ho znáš, ale tam byl pokus se napít po dost letech. Je pravda, že každý je individuální, ale stojí to za přečtení.

Přeji krásné dny všem.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Stopka - 29/01/2015 09:06

možná ho znáš-oprava možná jsi ho četla, špatně jsem to formulovala.

Všimla jsem si, že Vás pár píše slovensky, tak já jsem původně rodačka z Blavy.

Takže zdravím na Slovensko)))

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Ja - 29/01/2015 09:22

Stopka napsal:

...Takže zdravím na Slovensko)))

Triezvosť je doma všade! :)

Vivat sobrie(tate)! B)

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Renata - 29/01/2015 09:41

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

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil LibaUž dlouho chodím mezi lidí, co - 29/01/2015 14:13

Chodím pár let mezi lidí, co pijí.Neřeším je, je to jejich věc, nemusí mít můj problém, ať si dají.Za pár hodin vidím výsledky, jsem ráda, že jsem střízlivá.Pro někoho je to nebezpečné, stáhne ho to.Víš nejlépe, jak se cítíš.Chybí ti doléčování, diskuze ti nestačí.Nechceš aspoň AA diskuzi, Triezvy priestor?Nebudeš spousta věcem rozumět, asi!, ale dodá ti to také sílu, najdeš jiné názory,

vyzkoušené. Ale TP má své pravidla, nereaguje se, nekomentují příspěvky.....

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Kira - 29/01/2015 15:11

Renca, ja suhlasim tiez s tym, aby si isla medzi ludi, ale ked budes na to pripravena. Najprv musis odstranit toto chcenie napitia sa a ked budes dostatočne pripravena, tak mozes ist.

Tiez si myslim, ze izolacia nie je dlhodobym riesenim, nie je dobra ani pre Vas vzťah s manželom.

Ono ja ked som prestala pit, tak som si povedala, ze sa tomu hned postavim celom a ze budem chodit na akcie ako predtym, samozrejme s tym, ze keby ma to prilis nicilo, tak s tym zacnem nieco robit. Ale ludi s ktorym som sa necitila dobre, alebo ma to s nimi nudilo, tak stretavania s nimi som vylucila. Lebo mna dost nici nuda a ked sa na nejakej akcii nudim, tak ma to k pitiu pokusa a preto si fakt teraz vyberam kde idem a s kym sa stretavam.

Tazke to bolo len spociatku, teraz uz nie. Ako pise Liba, ked pozorujem vsetkych ostatnych, ako sa menia pod vplyvom alkoholu, som rada, ze mna sa to uz netyka.

Ale ty aj ked mas za sebou 8 rokov abstinencie, ako keby si este len zacinala zit - teda aspon co sa tyka spolocenskeho zivota. Je to pre teba nove, bola si doteraz chranena v izolacii.

Som si ista, ze to zvladnes, ale mozno este nie si pripravena a pokiaľ ta to pokusa k pitiu, skus sa nacas vyhybat miestam, kde sa pije a venovat sa tomu, aby si si vyriesila tento problem.

Vyskusaj vsetko, a nieco urcite musi zabrat, ale hlavne neexperimentuj. Ty sa ani napit nechces, inak by si sa uz napila a my by sme mohli pisat hocico co by nas napadlo.

Tvoj manžel nevie o tvojich problemoch s alkoholom? Nemohli by ste si zatiaľ najst nejake spolocenske aktivity, dke sa pije menej? Neboli by ste tak izolovani, ale nebola by si ani v takom nebezecenstve.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil lukas - 12/02/2015 06:39

Ahoj to znam , je to porad dokola. V Cechach je to tezky , kdyz nekomu reknes ,ze vubec nepijes budou kroutit hlavou. Mam stejne problemy dva tydny nic a potom jsem jak zvire. Dalsi dny vicitky smutek ,depky. Zkus nekdy zajit na AA , myslime si ,ze je mam lip kdyz „pijeme,, ale lipnam bude az prestaneme. Vydrzel jsem to jednou 4 mesice bylo mi krasne, odpocinutej ,veselej, sebejistej .. Tak jsem s kamarady vyrazil ,, tyden jsem brzdil, bylo mi spatne , nemohl jsem spat, busilo mi srdce. Vycitky jako „prase,, je to zacarovany kruh znam to . Drz se....

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Renata pro Lukáše - 12/02/2015 08:41

Luky dík za podporu. Já už právě nepijí osm let ale měla jsem teď období kdy jsem myslela na alkohol a strašnou chuť se napít. Naštěstí to už přešlo. Ten mozek protě to pořád zkouší co kdyby?

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Liba - 12/02/2015 10:25

Ten alkohol trčí v našem mozku, a bude tam pořád.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil petrch - 12/02/2015 10:41

jenže trčí úplně jinde než když má někdo chut např. na jahody...Hlavní jsou emoce (limbický systém)...

proto se pijící alkoholik napije když je mu blbě (zažene stres), ale taky když je mu dobře (posílí dobrou náladu)..takže vlastně vždy má důvod se opít :)

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Ja - 12/02/2015 11:11

Liba napsal:

Ten alkohol trčí v našem mozku, a bude tam pořád.

..je súčasťou prežitej skúsenosti - empirie; t.j. v kolektívnom, aj v individuálnom vedomí. B)

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Liba - 12/02/2015 12:54

Alkoholik ani důvod nepotřebuje, to jen ze začátku se omlouvá, pak chlastá jen tak, bezdůvodně. Protože je alkoholik.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil petrch - 12/02/2015 12:57

Liba napsal:

Alkoholik ani důvod nepotřebuje, to jen ze začátku se omlouvá, pak chlastá jen tak, bezdůvodně. Protože je alkoholik.

..a bez alkoholu mu je prostě blbě..Ted záleží na tom, jak moc

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Ja - 12/02/2015 13:03

Liba napsal:

Alkoholik ani důvod nepotřebuje, to jen ze začátku se omlouvá, pak chlastá jen tak, bezdůvodně. Protože je alkoholik.

Pre niekoho je opíjanie sa úpolový šport ako vzpieranie!... alebo aj zábava ako napríklad kabaret s otvoreným koncom... :(

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil petrch - 12/02/2015 13:12

Mě zajímá prostě důvod, proč má někdo potřebu pít (utíkat z reality) a někdo ne...a dle mého to rozhodně není otázka inelligence..mám pocit, že karty jsou rozdaný už od narození

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil alas - 12/02/2015 13:46

Proč zrovna od narození? :) Nemyslím, že na tohle existuje jedna odpověď, jako „za to může intelligence/síla vůle/zážitky z dětství“ atd, prostě vybrat si jeden důvod a odškrtnout si ho pro všechny. Sám říkáte, že jsou lidi rozmanití, a já to vidím taky tak.

=====

Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Ja - 12/02/2015 14:21

petrch napsal:

Mě zajímá prostě důvod, proč má někdo potřebu pít (utíkat z reality) a někdo ne...a dle mého to rozhodně není otázka inelligence..mám pocit, že karty jsou rozdaný už od narození

Chceš být *svetový policajt?*(...vidieť každému do hlavy?) B)

Presťahuj sa do USA, tam Ti to aj zaplatia! :P

=====
Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil petrch - 12/02/2015 18:11

Ja napsal:

petrch napsal:

Mě zajímá prostě důvod, proč má někdo potřebu pít)utíkat z reality) a někdo ne...a dle mého to rozhodně není otázka inetligence..mám pocit, že karty jsou rozdaný už od narození

Chceš být *svetový policajt?*(...vidieť každému do hlavy?) B)

Presťahuj sa do USA, tam Ti to aj zaplatia! :P

Hm....přečti si co si napsal, to opět nemá hlavu ani patu :)

=====
Re: Uz chci konecne prestat!!!

Vložil Ja - 12/02/2015 18:48

petrch napsal:

Ja napsal:

petrch napsal:

Mě zajímá prostě důvod, proč má někdo potřebu pít)utíkat z reality) a někdo ne...a...

Chceš být *svetový policajt?*(...vidieť každému do hlavy?) B)

Presťahuj sa do USA, tam Ti to aj zaplatia! :P

Hm....přečti si co si napsal,... :)

Petrch,

...na tejto planéte je na TO, aspoň 7 mld. (sedem miliárd) dôvodov.
(Ktoré máš Ty samozrejme vo fujare, či? Všetko je inak?) :)

=====
Re: <http://www.ralphlaurenoutletfreeshipping.com>

Vložil Liba - 14/05/2015 04:32

A že takové příspěvky nikomu nevadí?

=====

Re: <http://www.ralphlaurenoutletfreeshipping.com>

Vložil Kira - 14/05/2015 11:08

Ach Liba, samozrejme, ze vadi, ale od tohoto je tu administrator, aby to mazal. A uz cele tyzdne pokazujeme na to, ze si svoju pracu vobec nezastal a nechal cele forum naposoas osudu a preto to tu vypada tak ako to vypada. A tento prispevok aspon nikoho neuraza.

ak By som pouzila tvoje slova, tak aj tento prispevok je nazor a kto sme my, aby sme mohli sudit, kto sem moze pisat a kto nie :laugh:

A rozhodne mi takyto prispevok vadi menej a ako urazanie alebo vulgarita...

=====

Re: <http://www.ralphlaurenoutletfreeshipping.com>

Vložil Aneta - 14/05/2015 12:50

líba si prostě neodpustí si rejpnout, proč na ty příspěvky neupozorní administrátora, když tu psala, že byla oslovena, aby mu pomáhala???

=====

Re: <http://www.ralphlaurenoutletfreeshipping.com>

Vložil Ja - 14/05/2015 13:40

Aneta píše:

...proč na ty příspěvky neupozorní administrátora, když tu psala, že byla oslovena, aby mu pomáhala???

Aneta,

... "ved', TO, môžeš, aj Ty - sama(!)"...

..."Čo bolo -TO bolo, teraz/ky som majorom!"

(Nedávno som si TU, svojpomocne - sám/každý - nielen ja/, aj korigoval, už editované príspevky, takže takýto SW tu zrejme je/bol.)B)

...Ale, ..."terazky ~ som majorom!"... :silly:

=====

Re: <http://www.ralphlaurenoutletfreeshipping.com>

Vložil Jane - 14/05/2015 15:09

Ja - je ti velmi těžké uvěřit, že nechlastáš:-).

Aneto - jdi už do prdele s tím moralizováním. Jediné na co reaguješ je rejpaní, tak co si stěžuješ. Vždyť by ses ukousala nudou, když v Tobě nezvedne vlnu emocí nic jiného:-)

=====

Re: <http://www.ralphlaurenoutletfreeshipping.com>

Vložil Ja - 14/05/2015 17:11

Jane píše:

Ja - je ti velmi těžké uvěřit, že nechlastáš:-).

Jano,

..."čomu veríš Ty ~ je, *len a len*, Tvoj problém! Mňa tým neobťažuj!" :P

"Mám svojich dosť!... a užívam si ich, veď žijem práve teraz, či?" :)
(A triezva hlava ma z nich, veru, ne(po)bolieva...) ;)

=====

Re: <http://www.ralphlaurenoutletfreeshipping.com>

Vložil Liba - 14/05/2015 17:15

Věřím ti, proto vím, že tě PetrCH nemůže urazit.

=====

Re: <http://www.cheapmichaelkorsbagsales.com>

Vložil anna - 22/05/2015 12:16

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

=====

Re: <http://www.cheapmichaelkorsbagsales.com>

Vložil andrea - 22/05/2015 12:22

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

=====

Re: <http://www.burberry-outlet.name/>

Vložil andrea - 24/05/2015 21:08

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

=====