Jsem alkoholik?

Vložil Marketa - 08/09/2011 21:19

Ahoj vsem,jsem tu nova,je mi 34let a alkohol piju od 17let.Mam za sebou obdobi,zhruba pred 10lety,kdy jsem se 2-3x tydne opijela a druhy den rano trpela v praci.To jsem si domu kupovala lahev vina(pred manzelem) a tajne pritvrzovala vodkou.Ted uz 10let tvrdy nepiju a tak 50/50 se mi podari se neopit,ikdyz je to teda hodne narocne.Liba mi napsala,ze jsem kvartalni alkoholik,coz asi odpovida.Jen co jsem se totiz rozhodla definitivne skoncit,najednou me denne napadalo milion duvodu,proc bych to mela o den odlozit a pila vic nez predtim,abych si to jeste jednou naposledy "uzila".Vim,ze musim prestat,uz hlavne kvuli synovi,mam 14ti mesicniho chlapecka a uz 3x se mi v noci stalo,ze jsem o sobe nevedela a musel se o nej postarat nekdo jiny.Jak je mozne,ze jako tehotna jsem nepila ani kapku a vubec mi to neprislo a jen co se maly narodil a ja prestala po 3 mesicich kojit,zacala jsem pomalu znovu a myslenka,ze nebudu uz nikdy,ve me preci jen stale vyvolava smisene pocity.Rikam si,kdybych padla na dno,ztratila praci,rodinu,tak vim,ze mi nic jineho nez prestat nezbyva,ale ted ikdyz chci prestat,stale ve me hloda cas od casu myslenka,ze jsem jeste nezasla tak daleko a je mozne si obcas neco dat....Jsem stastna za tohle forum,driv byl pro me alkoholik clovek na uplnem dne,jez si misto snidane da vodku.Precetla jsem si zatim jen hrstku prispevku,ale uz ted vidim,ze je tu plno lidi,jako ja-uspesnych v praci,sportovcu,se spoustou zajmu,z normalnich pomeru a spokojenych rodin.Vsem vam nesmirne drzim palce na vasi individualni ceste,moc vam fandim a doufam,ze si tu k vam budu moci obcas prijit pro radu a nejspis i pro pomoc,az zas prijde nejaka ta slaba chvilka....,pa a dobrou noc vsem,Marky

==========

Re: Jsem alkoholik?

Vložil Liba - 09/09/2011 05:51

Víš, on ten zlom, dno, přijde nečekaně, bleskově, a bývá pozdě, vše ztraceno, rodina, práce, vztahy, a moc, opravdu moc těžko se z toho pekla člověk dostává.Neoblbuj se, nedávej si náděj, že možná zrovna Ty na tom ještě nejsi tak zle, budeš, možná bude pozdě něco dělat.

==========

Re: Jsem alkoholik?

Vložil Marketa - 09/09/2011 09:19

Dekuji Libo.Tezko se tomu veri,kdyz vidim lidi kolem sebe,co piji a jsou v "pohode".Proste tomu musim verit,ze to tak je a ze dalsi pokracovani v piti,presto,ze jeste nejsem tak daleko je pro me nebezpecne.Diky za ten prispevek o AA.Jen nevim,zda najdu odvahu,tam zajit.Ono ani tak nejde o odvahu,spis o hrdost.Tim,ze tam zajdu si musim priznat,ze mam problem a mam hruzu z toho,ze bych tam potkala nekoho,treba z byvale prace nebo ze me nekdo uvidi,jak tam jdu.Nikdo,krome manzela nevi,ze bych mohla mit problem,zalezi mi na me povesti a alkoholismus stale bohuzel vidim,jako svou slabost .Nechci si pripustit,ze bych byla tak slaba a nechala to zajit dal nez ostatni "normalni" konzumenti.Ach jo Libo,potrebovala bych te tu tady :)).Vsem hodne stesti a hlavne pevnou vuli,Marky

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Liba - 09/09/2011 11:58

Kočko, máš mě tu!Není ostuda si přiznat, že jsem nemocná, že se chci léčit, ono Ti to dojde, doufám, že včas.Lidi, co pijí, nemají s tím problém, neřeš, nejsou alkoholici, nikdy nebudou, naše geny nám daly toto, někomu třeba zase rakovinu.....na AA můžeš potkat někoho známého, ale ke konci mítinku se jasně říká, že to, co bylo na sezení řečeno, viděno, se nevynáší ven!A věř, že Tě spíš ten známý podpoří, jako každý áčkař.Nemáš se čeho bát, tutově.

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Marketa - 09/09/2011 12:57

Jsi hodna dekuju.Jen nechapu,proc se o tech "genech" nikde poradne nepise?Proc je zajeta teorie,alkoholikem se stane ten,kdo dlouhodobe ,pravidelne konzumuje alkohol.A pak mam kolem sebe-primo v rodine lidi,co to tak delaji a nikdy s tim problemy nemeli a nejspis ani mit nebudou.Hezky jsi to napsala,ze nekdo zdedi geny na to,nekdo zas treba na rakovinu,takhle si to muzu urcitym zpusobem vysvetlit a netrapit se otazkou proc zrovna ja??!Nemela by jsi odkaz ne nejakou literaturu,co se tyce tech zminovanych alkohol.genu?
Jeste jednou diky za podporu a rady,Marky

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Liba - 09/09/2011 13:46

Ono se o těch genech moc nemluví, svádí to ty, co nechtějí přestat , k tomu, že se v tom rochní, litují, nepřestanou. Ty taky nic nevyčteš, nevyřešíš, stačí se s tím smířit a normálně se léčit, běžná věc s každou nemocí, jenže na alkoholismus léky nejsou, jen ta abstinence.A v ČR je alkoholismus naprosté tabu.

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Marketa - 09/09/2011 13:58

No me prave prijde,ze kdyby se o tech genech bezne vedelo,clovek by si rekl-aha,tak ja mam zrovna tenhle gen,tzn.nemuzu nikdy bezne pit,jako ostatni-hotovo.Nejsem divnej,jinej,proste mam ten gen,tak to nikdy nepujde.Takhle se ale lidi jako ja trapi-proc jsem jina nez ostatni?Kdyz muzou oni normalni pit,proc bych nemohla ja??apod
Takhle mi to ale konecne zacina davat smysl-ze mam v sobe gen zavislosti,sice nevim po kom,nikdo v rodine s necim takovym problemy nemel.Ale jak rikam,zacina to davat smysl-coz jsem potrebovala-pochopit to,proc ja ne a ostatni muzou...
Mrkla jsem na stranky AA tady v UK .Mam zavolat ci napsat e-mail-tak asi napisu.Vim,ze maji prostory

kousek od mista kde bydlim,ale vzhledem k tomu,ze bydlime v horsi zone,kde je plno necivilizovanych lidi,moc se mi k nam nechce.Spis bych to zkusila nekam blize k centru.No kazdopadne si to zjistim.Pa pa Marky a preju super pobyt na Slovensku :)

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Marketa - 10/09/2011 14:12

Ahojky vsem,vcera jsme meli s manzelem 5te vyroci svatby.Jsme spolu sice uz 17let,ale manzele "jen" 5.Rozhodla jsem se ,ze toto datum bude znacit novy zacatek-jako abstinenta.Mam ale alkohol jeste hodne rada,jelikoz mi zatim az tak zivot nezkomplikoval a proto jsem se s nim musela rozloucit.Sli jsme na veceri,zazili nadherny vecer.Vypila jsem sedmicku vina a pak jsme si jeste koupili domu kazdy 1 Coronu.Mela jsem bezva naladu,neopila se a rano vstala s cistou hlavou.Paradoxne jsem rada,za takove rozlouceni.Driv jsem se totiz vzdy rozhodovala skoncit na zaklade predesle prohyrene noci,kdy jsem to s pitim prehnala.Verim,ze alkohol jeste neni silnejsi nez ja a ze si svobodne volim tuto cestu,protoze to takhle chci a ne protoze mi nic jineho nezbyva a musim.Momentalne se citim tak,ze to zvladnu bez pomoci-ikdyz sem za vama budu chodit urcite jeste nejaky cas.POkud bych vsak ale abstinenci porusila,slibila jsem si,ze vyhledam pomoc AA.Takze jak to rikate u vas v "acku"-dnes je den c.1 a doufam,ze jich bude jeste pekna radka :-)).Vsem i sobe preju pevnou vuli a hodne stesti!!!!Marky

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil petrata - 10/09/2011 16:34

---

tak vitej v abstinetskem klubu marketo a drzim ti palce,
ono to jde, jen je treba byt pozorny a nespekulovat, priznani problemu je zacatek, a ta cesta je pak na dlouho..no bude nas vic a pujde to...tak at ti to vykroceni..vydrzi

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Marketa - 10/09/2011 22:51

Moc dekuju :) ,ono prestat pit,kdyz nemas abstak neni tezky.Horsi asi bude,jak pises nespekulovat a znovu nezacit.U me asi bude slaba chvilka,az zaziju nejaky hodne velky psychicky stres-to jsem mela alkohol vzdy,jako berlicku.S cigaretama jsem uz take sekla pred par lety a tak jsem zvedava,jak budu velky stres zvladat jen tak,bez niceho.Ale mam fantastickeho manzela,ktery mi rozumi a vazi si me za me rozhodnuti,ikdyz me do nej netlacil.Sam si prosel a zbavil se zavislosti jak na cigarety,tak na travu a tak vi, co to je.
Jeste jednou moc dekuju za podporu a Tobe take preju at se Ti dari dokoncit to co jsi zacala.Hodne stesti a pevne vule!!!Marky

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil petrata - 11/09/2011 09:03

---

tak jo market, ja taky pevne verim, ze vse jde, kdyz se chce...
a to ze chces je dobry zacatek, tak klidne pis a bud v kontaktu
i kdyz treba uklouznes a tak, kdyz to tady proctes, tak rozhodnutych nepit je tady hromada, ale tech co vydrzeli je malo, nekdy to dyl trva a malokdo to zvladne sam, ale i tak ti drzim palce a verim, ze treba zrovna ty to das, tak ahoj a pis..

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Marketa - 11/09/2011 14:24

Diky Peto,take doufam,ze to zvladnu sama.Ale u me to je opravdu jednodussi ,nezasla jsem tak daleko a nevytvorila si na alkohol fyzickou zavislost jako plno lidi tady.Uz jsem nad jednou zavislosti zvitezila-cigarety.A kdo je vasnivy kurak vi moc dobre,jak nesmirne tezke je prestat kourit.Take jsem mela hodne upadku,kdy jsem neodolala a jeste si tu jednu dala nebo si tajne kupovala a schovavala krabicku-manzel totiz myslel,ze uz nekourim a ja nechtela priznat,ze si jeste sem tam dam.Ale uplne stejne jako s alkoholem-kontrolovane koureni take neexistuje,bud naplno nebo vubec a tak se da rict,ze jsem abstinujici kurak uz 3 roky:-))Jak jsou si ty zavislosti podobne,co??:-)))
Sem ale urcite chodit budu.Mej se co nejlepe,drzim palce i Tobe,pa Marky

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil petrata - 11/09/2011 16:14

---

no market, zavislosti jsou si hlavne podobne v tom, ze clovek resi nejake situace, vetsinou stres a nasponovane emoce nejak,
nejakou tou latkou, ktera jej uvolni..a ona na chvili uvolni, ale pak se jiz jaksi neumis uvolnit sam.
neni problem prestat pit ci kourit, problem je zvladat ty situace a zivot,bez techto pomocniku, a to chce alespon teda u me, byt pozorny.kdyz se ta situace blizi a pokorny, vedet ze jaksi vyjimky neexistuji a jeste spoustu dalsich...umeni zivota..bych tak rekla..jak obcas pise liba, mam se blbe, ale dobre to snasim, a opravdu to neni vec vule, ani vzdelani,
ani...nevim ceho vseho..ja jsem taky nemela fyzickou zavislost,
ale ty emoce..a prozivani ruznych veci..to staci samo o sobe,
clovek se kdyz nepije tak nejak vice utkava sam se sebou a svyma slabostma, je to zajimava cesta..do hlubin alkoholikova nitra...zatim me to bavi a je mi mnohem lepe, a kdyz zacnu byt ze zivota unavena, nebo z lidi, nebo sama ze sebe, tak jdu delat neco jineho, nebo jdu spat, nebo se zamyslim co me tak vytocilo, ci unavilo a tak...tak se mej strizive a zase napis

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Marketa - 17/09/2011 19:22

Ahoj vsem,ani nevim,jak zacit,jsem rozhozena,zklamana a hlavne me pomalu opousti optimismus v podobe toho,ze ja jsem jeste tak daleko nezasla,ze ja jsem jeste v pohode....
Co se stalo.Vcera jsem se byla podivat v obrim nakupnim centru co nam tu postavili a slavnostne otevreli.Opravdovy luxus.Otevreno az do noci a tak jsem pockala az manzel prijde z prace a prevezme peci o maleho a sla na nakupy.Maminy na materske jiste vi,co jsem v tu chvili citila za "extazi".Mit cas jen sama pro sebe,relaxovat,coz je s malym ditetem naprosty luxus.A jak si to tak uzivam a prochazim obchod za obchodem,dosla jsem do jednoho vetsiho,kde nabizeli kazdemu sklenku sampanskeho.Do toho hral DJ-super hudba a ja si rekla,no tak 1 malinkou sklenicku sampana zadarmo-to si snad dat muzu neee??Skoncilo to tak,ze jsem samozrejme chytla slinu a koupila si domu jeste 2 piva,ktere jsem vypila kdyz sel manzel spat,aby to na me nepoznal.Mohla jsem si koupit lahev vodky a ozrat se,nastesti ale na to jsem chut nemela,nepiju tvrdy a nemam potrebu se opit,ale i ty 2 piva se mnou otrasly v tom smyslu,ze vidim,ze to az tak pod kontrolou nemam.Jsem z toho opravdu rozhozena.Slibila jsem si,ze kdyz uklouznu byt jen 1 sklenickou,pujdu tady do AA.Ta predstava me ale desi.Neumim si predstavit okolnim lidem v anglictine vypravet co jsem si zazila.Myslim,ze je to dost tezke i ve vlastnim jazyce. A tak spekuluju a spekuluju(vid Petrato:-)),jak z toho vyklouznout.Na druhou stranu uz si ted tak neverim,ze to zvladnu sama.Taky ve me nahlodava dalsi cervicek-no a co-jednou za cas si dat 2 piva preci neni nic nenormalniho,ne???Lidi pomoct,jak to vidite vy???Diky a hezky zbytek vikendu vsem,Marky

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Liba - 18/09/2011 18:42

Naposledy Ti píšu, jdi na AA.Bojíš se něčeho, co neznáš, zbytečně.Jdeš mezi své, nikdo se Ti nevysměje, spíš Ty najdeš motivaci, pomoc.Na nic se už nevymlouvej, nekličkuj, oblbuješ nejvíc sebe.A manžela.

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil petrata - 19/09/2011 20:51

---

market jasna vec, bez na AA nebo na co cekas...jak dlouho ti predzevzeti vydrzelo? no je to dlouha cesta..a trnita..ale jde to, nekdy hure, jindy lepe a alkoholicka jsi..ale to neva...jsi i mama a zena a taky chytra holka, co nemusi vse zvladnout sama...anonymni jsou parta lidi co to znaji..a mozna budes prekvapena, jak jsou ty pribehy jedna sklenicka a rozjezd podobne..a nebo taky...spekuluj dale..a treba potrebujes padnout jaksi na tvrdsi dno....je to na tobe..drzim palec

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Marketa - 19/09/2011 23:26

Dik holky,ikdyz se mi to necte lehce....nevim,co napsat,pere se to ve me.Nejspis Peto jak pises potrebuju padnout tvrdeji a poradne si pri tom namlatit..Muzu tam poprve jen tak prijit a poslouchat?Dokazu v nemcine vypravet autobusu turistu o dejinach Turecka,ale predstava,ze

predstoupim pred skupinku lidi,predstavim se a oznacim se za alkoholicku je pro me momentalne nepredstavitelna.Ja vim,asi si rikate,komu neni rady,tomu neni pomoci,jen vas zadam,nezatracujte me,chci sem mezi vas nadale chodit a cerpat zde inspiraci ...diky

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil petrata - 20/09/2011 07:57

---

market nemusis rikat vubec nic, a plne chapu ze oznacit se nahlas za alkoholicku je tezke, vsak uvidis jak to pujde..
me to dneska pripada srandovni bat se tohle rici nahlas, ale
pamatuju..to vis ze pamatuju..nikdo te zatracovat nebude, zatracujes se sama a opravdu je to jen a jen tvoje volba, muzes dal pit..nikdo ti v tom nebude branit...delat to dobrovolne je nutne..no v nejhorsim se upijes..vzdyt co, sama rikas ze na tom nejsi tak zle..tak pockej a az bude hur pujde to lepe :)

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Liba - 20/09/2011 08:22

Čekat na to, až bude hůř?Blbost.Už dnes ví, že něco je špatně, zlom, dno může přijít ve vteřině, nemusí se z toho dostat vůbec.Já taky ze začátku huhlala, nešlo mě to slovo alkoholička ven, nyní to beru normál, jsem alkoholička, no a co jako??Jen hlupák se mě vysměje, pohaní a ten mě přeci nemůže urazit, ublížit.Dobrý přítel to vezme, a radši jeden takový, než sto blbců kolem sebe.Markéto, jen se vymlouváš, jdi, můžeš odejít kdykoliv, mluvit taky nemusíš, což už jsem psala, a čekat?Jak chceš!Jen hlupák odmítá pomoc , která je zadarmo, dobrá a upřímná.

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil petrata - 20/09/2011 08:44

---

to je libi takova zamerna ironie...aby marketa videla jak premysli..jasne ze neni na co cekat, ale on si na to kazdy musi nejak prijit sam, a udelat ten prvni krok, a marketa stale hleda
potvrzeni, ze to neni tak zle..vzdyt to zname, to prijeti faktu ze jsem, to je nejhorsi, teda aspon pro mne bylo..mejte pekny den damy

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Annyka - 20/09/2011 09:47

---

ahoj,ano,souhlasím,nelze čekat až si nabiju papulu..to uz bývá nekdy pozde...radsi bych to vrátila než si prožít tu bezmoc,deprese a výčitky,ostudu !!!Jeden muj znamy skoncil po jednom takovem piti na

ARU,od te doby je abstinent...divila jsem se mu,ted ho plne chápu...nejhorší pro me bylo,NEPAMATOVAT si co jsem delala,ale ostatni to vedeli-prý jsem byla nekdy i agresivní a neprijemna..balila cizi kluky,provokovala atd atd..Jinak ,od soboty leze na me nejaka chripka,koupila jsem si coldrex,lezim a ctu si vase prispevky,dekuji za to...strasne me to povzbuzuje...myslenky na alkohol zatim nemám...kazdy den ma svých starosti dost,že? tak proč se bát co bude zítra,držte se devcata a kluci!!!!

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Marketa - 20/09/2011 10:24

Dobre ranko,nemyslim si,ze je nutne mi psat,ze jsem hloupa,ze nejdu do AA.Jak pise Peta,to v cloveku musi tak nejak dozrat.Ono ,kdyz clovek ztrati praci,rodinu a pomalu i zdravy rozum neni tak tezke si priznat-vymklo se mi to z rukou,nezbyva mi nic jineho nez vyhledat pomoc.Zas tak hloupa,ale abych cekala,az se tohle za par let stane nejsem.Nechci pit,je to me dobrovolne rozhodnuti.Pujdu do tech AA,jen to nebude zitra ani pristi tyden,potrebuju se na to pripravit,jeste nejsem ready na to,abych si to osobne priznala.Ale budu,budu na tom pracovat,budu si vas dale cist a snazit se ze vsech sil.Nemusela jsem tu taky napsat vubec nic o tech mych 2 pivech a usetrit si tu sprchu,ale chci but uprimna,cim vic budu uprimna k vam,tim driv se snad dokazu rozhoupat a priznat to i sama sobe a ostatnim v AA.Vsem drzim palecky sobe take,pa Marky

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Annyka - 20/09/2011 10:28

Market,rozumime ti vic nez si myslis,mame o tebe strach..drz se.

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil petrata - 20/09/2011 11:34

---

market je to na tobe, drzim palce a pis...ono se to stava, uklouznes, vstanes..tak at to uvedomovani si moc neboli,
a jsou i jine cesty..ambulantni lecba, terapie atd..nevim jak v anglii, ale v cechach se me zda fakt nejjednodussi a nejrychlejsi a nejlevnejsi jit na AA, a budes prekvapena, ti lidi nejsou zadne trosky, chlastali a prestali a nekteri ne..
znaji to vse jako sve boty, vsak uvidis..a mam takovy tuch, ze anglicti alkaci jsoi stejni jako cesti...dobre o alkoholismu pise nohavica...kniha hledani Jarka Nohavici, ma to taky za sebou, a taky King, kniha o psani..a to jak jiste vis nejsou zadni hlupaci..moje zkusenost, pije hodne lidi, velmi citlivi a velmi tvorivi a hledaji v chlastu ulevu..nekdy je toho proste na cloveka moc, o tom ze materska je jednim z rizikovych obdobi pro spusteni alkacske kariery se taky jiz dost pise, neni to market opravdu zadna hanba...nejprisnejsiho sudiho mame stejne v sobe, tak se drz...a bacha na ty vysvicene supermarkety a sampana..pa

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Marketa - 20/09/2011 12:53

Dekuju Annyko,Tebe jeste neznam,jsem tu teprve kratce.Myslis,ze by jsi se mohla podelit se svym zivotnim pribehem?Preju prima den a brzke uzdraveni!!Pa Marky

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Marketa - 20/09/2011 13:10

Dik Peto,ja vim,ze to se mnou myslite dobre.Tu knizku od Nohavici si objednam,mam hrozne rada jeho pisnicky,casto si je poustim u vareni nebo si je zahraju sama.Miluju hudbu,chybi mi,neni na to ted tolik casu.Mas uplnou pravdu,ze materska muze byt spoustec,clovek ikdyz to sve miminko miluje nade vse,preci jen je to tvrda rutina,kazdy den stejna,bez babicek,ktere by obcas pohlidaly,nemas na sebe skoro vubec cas,na sve zajmy,konicky,neco co by jsi delala jen pro sebe,stiham si denne akorat zacvicit,kdyz spi.Nestezuju si,nemenila bych,jen to konstatuji....
Na to free sampansky si urcite pozor dam!:-)Diky a krasny den,Marky

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Marketa - 20/09/2011 13:21

Peto,ted jsem si vlastne vzpomela...Chodim obcas do budhistickeho centra na meditace,je to vecer,kdy uz muzu dat maleho manzelovi.A tam byl letak na vikendovou terapii zavislosti,kde se clovek nauci rozpoznat ten spoustec v chovani a nauci se ty okamziky zvladat.Na to pujdu,sice to stoji hodne penez,ale co,zivot je drazsi.Je to ale az v rijnu,poradaji i tydenni seminare,ale to si bohuzel nemuzu s malym dovolit.Nevadi,ten vikend si urcite zaplatim a kdo vi,mozna me pobyt mezi alkoholikama,kteri se snazi se svou zavislosti neco udelat popostrci k tomu,abych do tech AA zasla.Uvidime,kazdopadne budu dal psat,jak valcim :-)pa Marky

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Annyka - 20/09/2011 14:09

---

ahoj Market..zkopiruji to sem z jineho tematu :)
psala jsem to do Jsem alk.a nemuzu prestat..
Píšu sem podruhé,ale tyto stránky znám už přes rok,to jsem sem chodila si vypočítat za jak dlouho člověk vystřízliví.
Z Vašich článků jsme si uvědomila,že mám problém..ničím si zdraví a duši,i když jsem si myslela,že si pitím ulevím -opak je pravdou...

Je mi 34 let,jsem rozvedená,mám problémový vztah s nechápající matkou, starám se o predskolaka a mam narocnou praci jak psych.i fyzicky..
Poprvé jsem ochutnala alkohol v 16 ti ,byla to cola S RUMEM,pivo me moc nejelo
Jenže mi tato kombinace nesedla a pozvracela jsem se cestou domu,na schodech v baraku..nikdo me ale diky Bohu nevidel..takze mladická nerozvážnost,dá se rict...chodily jsme s holkama a pak i klukama skoro kazdej pátek,moji mame to bylo celkem jedno,jen jsem musela prijit do rana..a nepozvracet se..vyzkoušela jsem i pervitin na hiouse party,to byl tenkrát hit,ale dojezdy me vydesily,hystericky zachvaty jsem mela dom adva,musela prijet záchranka,matka myslela že mam nervy z maturity...nic jsem ji nerekla,jen muj deda neco poznal,ale nic jsem mu nerekla taky...
CCa do mých 29 let jsem byla takový konzument alkoholu,vse jsem si pamatovala,nepila kazdej vikend.,.co jsem se rozvedla,byla doma s ditetem,trpela manipulace moji matky,vecery jsem si chtela ulevit...zprvu jsem si kupovala vino,lahev...ne kazdy den...bylo to jen tak jednou týdne...poslednich pulroku mi pribyly problemy s pritelem,rekla bych frustrace jako bejk...take jsem chodila s kamoskou na tahy,hlavne patky...okna,ruzne odreniny,ztráty veci..jednou jsem vzteky rozkopala vstupni dvere od baraku,protože jsem v opilosti nemohla vyhrabat kliče,i kdyz jsem je tam mela!!!hruza,jako hovado jsem se chovala..dvere jsem musela zaplatit,byla to ostuda jako bejk...nekdy jsem si dala i ferneta...to mipak bylo blbe cely den...proto jsem si pred 3 dny rekla,takhle to opravdu nejde dal..koncim,stejn eposledni týden jsem se nedokazala opit,jakoby to svedomi bylo porad citit a já vnimala i po lahvi ferneta vse!!!rekla jsem si STOP!!!proč se ničíš když už to nefunguje,konči,mej se rada a odpust si taky sama sobe,nejen tem druhým..lidi,je to tak,nejhorsi je smirit se sama se sebou...fandim vám tady vsem a pripojuji se k tem co s alkoholem josu rozodnuti skoncit doopravdy i pres nejake ty karamboly.
P.S.: je to hodne strucné :))

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Marketa - 20/09/2011 22:19

Mila Anny,dekuji moc za Tvuj pribeh.Jestli jsem to spravne pochopila,psala jsi to nekdy pred rokem??Moc by me zajimalo,jak to u tebe pokracovalo dal,do dneska.Zda jsi opravdu vydrzela nepit,tak jsi byla presvedcena,zda jsi vyhledala pomoc a jak to zvladas a citis se dnes.Snad ti nevadi,ze me to tolik zajima,ono to je tim,ze se vic vidim v tvem pribehu.Bohuzel jeste nejsem na 100% uvnitr presvedcena ,ze mam problem,tak vyzvidsam,hledam a snazim se ztotoznit s vasimy pribehy a uvedomit si,ze clovek nemusi cekat az padne na uplne dno,aby s tim zacal neco delat...
Ono u me to to totiz neni moc odlisne,ikdyz je to hodne let zpet-take jsem rozkopala- ne dvere,ale okno u auta...Ale tenkrat jsem si to oduvodnila,ze mi k tomu tehdejsi pritel zadal duvod,protoze me desne nastval...No nic,kazda/y jsem si zazili sve.Jen mam takovy pocit,ze jedny rozkopane dvere te nemohly presvedcit o tom uz nikdy nepit.Pokud ano,tak to pred Tebou smekam.,Dobrou noc vsem ,Marky

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Liba - 21/09/2011 05:42

Je normální, aby mladá dívka rozkopla dveře, okno u auta??

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Annyka - 21/09/2011 08:09

Ahoj Market,Libusko,
ne,neni to normální,ani za střízliva natož v opilosti...ještě že me nenačapali policajti,bylo by to horší..nejen tento "zážitek" mne usvědčil z toho jak blbě žiju.
Njehorší pro mne bylo,když jsme mel tzv.okna, nepamatovala si většinu toho co jsem v opilosti delala...přišla jsem na to jak mám "skvělé" kamarádky - řekla jsem jim,že mám s pitím problém,že už nebudu tolik pít,že s nimi nepujdu na víno,atd...Řekly mi co blbnu a bylo jim to fuk...takže se s nimi už nebavím a víte,že mi to vubec nechybí?
Mám ted kamaradku co nepije vubec,má miminko,navzajem se navstevujeme,pomahame si... Market,abstinetem muže být člověk,který ani nikdy problemy spitim nemel :)proste nechce alkohol pit...hezky den vsem! dnes jdu varit neco spešl,zaclo me to bavit...prcka mam doma,tak podnikneme nejaky vylet...:)

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Marketa - 25/09/2011 17:44

Ahoj Anny,jo jo,co se clovek navyvadel pod vlivem.Obdivuju tre,ze jsi si to tak brzo uvedomila,ze neco neni v poradku a zmenila se.Kdyz ja tropila hlouposti,ostudy a podobne,kdyz mi bylo neco kolem 20,povazovala jsem to za normalni,ani to rozkopane okno u auto me nepresvedcilo,ze bych mozna mela pit aspon trochu min.Vsichni kolem pili,vsichni se obcas opili a ja nebyla zadnou vyjimkou.Az jaksi vekem a hlavne tim,ze ode me muj ted uz manzel chtel odejit se mi rozvitilo a ja piti znacne omezila.Darilo se mi to celkem obstojne az do ted....Diky vam a vasim pribehum si uvedomuju s jakym ohnem si tu hraju a ze to nejspis sama nezvladnu,tak jak jsem byla jeste pred par tydny naprosto presvedcena.Nepiju denne ani se pravidelne neopijim,ale potrebuju si obcas neco koupit,presto,ze jsem si slibila,ze uz pit nebudu.Takze jo,pridavam se k vam-jmenuji se Marketa a jsem alkoholicka.Ve stredu ma prvni AA.Pred tydnem jsem tu Libuscce psala,ze do AA proste nemuzu,nepotrebuju a ted?Ted se tam docela tesim :-)).Tak krasne abstinovani vsem a prima nedeli,Marky

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Liba - 25/09/2011 18:58

Markéto, děkuji za radost, potěšila jsi mě.Jsem zvědavá, jak se Ti tam bude líbit.

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Marketa - 26/09/2011 16:12

Dekuji,Libusko,tesi me,ze Ti to udelalo radost:-).Snazila jsem se doheldat v prispevcich Tvuj pribeh,ale

nenasla,vadilo by Ti ho sem znovu trochu nastinit??
Jinka se ted hodne vracim ve vzpominkach na sve obdobi prehnaneho piti alkoholou,pred tim nez pujdu do AA at jim tam mam co vypravet:-).Ono tim,ze uz je to tolik let zpet na spoustu veci clovek zapomene-nebo mozna chce zapomenout.Doslo mi,ze jsem tnekrat litala v peknem prusvihu a ze to,ze se to nezvrtlo dal a ja nejakym zazrakem piti postupem casu omezila,muzu jen povazovt za obrovske stesti-asi mam nad sebou andela strazneho,no chudak,moc si neodpocine :-)).Vratily se mi tak vzpominky na ostudy,prusvihy,zbytecne problemy a dokonce mi parkrat slo i o zivot..:-(.Ze jsem se tenkrat nepropila do fyzicke zavislosti dodnes nechapu.Tak jako odstrasujici priklad a snad i inspiraci pro ty,jez sem zavitaji a budou hledat duvody,proc prestat,podelim se i ja o sve nejvetsi alkoholove kousky.Ha,malej se probudil,tak nic,tak az vecer :-).Pa vsem

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Petr N - 26/09/2011 20:54

_____

14. den bez chlastu, chuť skoro žádná. Minulý týden (v pondělí a vpátek) jsem měl větší chuť jen při nostalgicko-depresevních vzpomínkách na jednu holčinu, která je na nejlepší cestě se dříve nebo později upít. Bohužel, pokud to nepochopí sama, tak ji stejně nemohu pomoci.
Dopuji se B - komplexem, hořčíkem a draslíkem. Po tom Bečku se dobře spí. Do 20 minut zařezávám, bez něj jsem usínal i dvě hodiny.

Petr

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil Marketa - 27/09/2011 22:59

_____

Peto,super,gratuluju a nadale fandim!!MArky

==========

Re: Jsem alkoholik?
Vložil kateřina - 04/01/2012 12:46

_____

Ahoj,
mám dvouletého syna, v těhotenství a ještě rok poté jsem nepila. Bohužel mám za sebou incidenty v opilosti, a protože piju od svých 15-ti let nechci se dožít toho aby byla celá moje rodina na dně kvůli mé závislosti. Podle mě je správné si uvědomovat důsledky pití a řekla bych že je to první krok k léčbě. Mám pocit že všude se říká, že abstinenci děláme pro sebe samé. Podle mě je dobré se zaměřit na své blízké, uvědomit si jak jsme pro ně důležití, protože alkoholik chce pít dál.

==========

Re: Jsem alkoholik?

Vložil Jana Mertosová - 06/01/2012 20:30

Katko-je vidět,že jsi rozumná.Nepiješ jen kvůli sobě-protože problémy jsi dělala především ty sama a sama sobě.Jsi matka-tvůj život už není jenom o tobě,ale i o tvém dítěti.Dtžím ti palce,aby se tvůj život bez alkoholu měnil jen k lepšímu.Na tom záleží jestli chceš,aby tvé dítě bylo šťastné a ty s ním.

==========

Re: Jsem alkoholik?

Vložil Honza - 08/01/2012 18:06

---

zdravim vas momentalne me silene boli hlava,a vim ze mam nejspis problem.Piju alkohol tak16 let,cca kazdy tri tydny se zleju jak zakon kaze.S kamarady chodim debatovat do hospody,cetl jsem nejaky podobny prispevky.Chtel bych poradit co s tim.Mam bezva pritelkyni ktera me navraty trpi.Nevim jestli chci prestat pit,proste nevim co s tim.
Diky Honza

==========

Re: Jsem alkoholik?

Vložil Liba - 08/01/2012 18:43

Honzo, a co teda víš?A Markéto, svůj příběh Ti pošlu, nechci tady unavovat se svým hororovým životem, napiš na Sklenickova.Liba@seznam.cz

==========

Re: Jsem alkoholik?

Vložil Jana Mertosová - 09/01/2012 15:55

Libuš-třeba by ten hororový příběh pomohl.A jednomu by se rozsvítilo-aby věděl velmi rychle kam patří.nebud´lakomá!Já ho znám ale nikdy není málo poslání.

==========

Re: Jsem alkoholik?

Vložil Liba - 09/01/2012 16:39

A není někde tady dokonce napsaný, myslím v článcích.Je to dlouhá story, jsem už letitá.

==========

Re: Jsem alkoholik?

Vložil Kateřina - 09/01/2012 20:31

Ahoj Honzo, měl by si s tím něco dělat už kvůli sobě. Prostě nepij a když bez toho nemůžeš být tak si závislý a to už musíš řešit s nějakým specialistou.

==========