

Alkoholový absták

Vložil Kateřina - 08/12/2011 21:39

Zdravím, můj kamarád se dal na abstinenci po zdravotních problémech. Abstinuje sice pouze pár dnů a už má třes celého těla, když v rukou nese něco těžkého, podlamují se mu kolena plus absolutní vibrace nohou, má lehké vidiny, točí se mu hlava, neví co s rukama.. Přeji mu moc štěstí, ať pokračuje dál, ale má otázka směřuje - bude ještě hůře? Jsou takovéto samoabstinence nebezpečné pro člověka ? Prosím o Vaše zkušenosti. Díky a všem takovým hodně štěstí a síly do života !

=====

Kdy přejde "absták"...?

Vložil Martin - 02/06/2011 23:53

Je to nějakých osm let, co sem začal pít denně a se stále stoupající intenzitou. Původní vysedávání s kamarády u piva se zvrhlo ve vysedávání po barech i ve dny kdy se mnou nikdo na pivo nešel, prokládání piva panáky, popíjení vína a tvrdého alkoholu doma o samotě.. Důvodů bylo víc: průšvihy a stres v práci, zpackaný osobní život, moje "nerváctví" a špatné nálady a které alkohol tlumil. Už někdy před třema lety sem se každý večer okamžitě po příchodu z práce vrhal na flašku, kolikrát ještě než sem si zul boty.

Nedávno sem byl v dost velkém průšvihy s penězma (nejenže sem vždycky celou výplatu propil, ale ještě nasekal dluhy) a než abych to řešil, šel sem zase opít... po prochlastaném víkendy a pondělní absenci v práci (dal sem si ráno "vyprošťovák" a místo do práce nakonec zamířil do nonstopu) sem měl najednou chuť si nafackovat z toho jak nedospěle a trapně se chovam... je mi téměř 30, ale připadal sem si jak pubertální fracek bez špetky zodpovědnosti.

No a tak sem se pokusil přestat - jsou to teprv tři týdny, ale už z toho že se ráno vzbudim a nemám kocovinu mám hroznou radost. Bohužel teď každý večer chodim v bytě sem a tam jak lev v kleci, sem nervózní, kouřim jedno cigáro za druhým, nevím co se sebou dělat a mám hroznou chuť jít "na jedno". Dávám si pozor, abych u sebe měl co nejmíň peněz (hospodu mám přes ulici, bankomat je dost z ruky), pozvání "na pivo" odmítám.. ale pořád cítim že do toho můžu sklouznout rychle znova.

Srovná se to někdy? Dá se říct, že za dva / tři měsíce / za půl roku člověk vystřízliví natolik, že ho to nutkání přejde? Jaké máte zkušenosti? Je to časem snesitelnější? Nervozita, podrážděnost, nespavost.. za jak dlouho to tak přejde? Chtěl bych slyšet vaše zkušenosti.. a něco povzbudivého do budoucna :) Díky za každou odpověď.

=====

Re: Kdy přejde "absták"...?

Vložil Liba - 03/06/2011 05:09

Martine, jistě se to srovná! Najdeš ten klid, pojisti se antabusem, a určitě zajdi na AA. Ptej se sám sebe, piš na papír, :Co Ti chlast dal, a vzal. Proč piješ? Je to taková krása? Kocoviny, ohrožení v zaměstnání, samota, jsi otrok chlastu? Zatím Ti něco třeba dává, brzy začne jen brát! A dostane Tě do kolen, tutově! Je to nemoc! Proč ji neléčit, prášky na ni nejsou žádné, jen abstinence, žádné pokusy pít kontrolovaně, jen

jedno, dvě pivka...nic! Už ani nevíš, jak je krásně na světě bez alkoholu. Bude! Snaž se, žij!

=====

Re: Kdy přejde "absták"...?

Vložil Jirka - 09/10/2011 16:56

Absták ja mrcha proradná, nepiju 2 měsíce. Na konci svého dlouholetého problému jsem na tom byl dost zle, hlavně rodina jako celek stála za kuloví, já sví nálady a vejkendový akce který přišli na majlant. Přejde pátek a vpomenu si jak to pěkně začínalo, kamarádi už mě přestali lanařit. Přejde den, kdy se s přítelkyní pohádáme a hned jsou další muka, proč si nedat... nebo stačí jen větší problém v práci. Každopádně čím dýl to je, tím je to horší, přitom mám doma celou dobu 4 piva ve špajzu. Občas se radši zbalim a jdu do práce abych neměl myslenky na alkohol. Je lepší se vrátit domů s penězma než nad ránem a dírou v hlavě...

Taky se ptám kdy to konečně zkončí???

Tohle trpět za to 100pro stojí, 200 procent se svým synem a stále s čistou hlavou! ;)

=====

Re: Příznaky abstáku ?

Vložil makmak - 08/12/2011 22:25

asi by mal byť pod lekárskeym dohľadom, môj názor, neviem o tom veľa.

=====

Re: Příznaky abstáku ?

Vložil Lenka Moranová - 08/12/2011 23:02

Text byl smazán administrátorem webu.

=====

Re: Příznaky abstáku ?

Vložil Petr N - 08/12/2011 23:28

Katko,
absták to určitě je. Ať si přítel koupí B.komplex, Ostropestřec mariánský nebo Essentiale Forte N. B komplex muze brát i ve vyšších dávkách, přebytečný se vylučuje močí. Některé projevy abstáku by to mělo zmírnit. Jen to měl brát už od začátku.
Kdyby měl halucinace nebo něco takového, okamžitě doktora.
Petr

=====

Re: Příznaky abstinence ?

Vložil Lenka Moranova jmeno me - 09/12/2011 00:16

Text byl smazán administrátorem webu.

=====

Re: Příznaky abstinence ?

Vložil Lenka Moranova jmeno me - 09/12/2011 00:27

Ostropestrec.To myslí dobře.Kdysi jsem sbírala byliny pro lékárnu.Nechci vám brát iluze.Zazraky do tři dnu ani ostropestrec nepomůže.Myslete na sebe,aby jste se nepomátli na rozumu.Pac,když chce někdo pít,tak mu žádný ostropestrec nepomůže.Když to chce vydržet,tak se staraj o sebe,aby te to nepoložilo,trumberko.Si myslíš,že mu uvaríš čaj a bude z něho jiný člověk.Tak si ho uvar sama.Nejaký na pevné nervy.Kdyby to bylo tak jednoduše,tak by se ostropestrec pěstoval na láně nemyslíš.No tak jo varte čajiky.Za pár let si vzpomenete.Ahoj.

=====

Re: Příznaky abstinence ?

Vložil Liba - 09/12/2011 04:11

Lenko, nebuď tak negativní, sama jsi přiznala, že tu asi nemáš co dělat, asi fakt ne.A s vidinama u alkoholika, to už je zlé, měl by jít k lékaři, být pod dohledem.Může dostat epileptický záchvat.....

=====

Re: Příznaky abstinence ?

Vložil Kateřina - 09/12/2011 06:12

No, přišlo asi to nejhorší - delirium. Teď jsem přijela z psychiatrické ambulance, tak si ho tam nechali. Snad pak zdravým rozumem přijme protialkoholku, uvidíme. Takže všichni, co se staráte o alkoholika, nic nepodceňujte, při abstinencích buďte s nima a při nějakém ať už malém náznaku to řešte, není to sranda, vidět dneska kamaráda s nožem v ruce, že má v noze motorek, to se jen tak nezažije.

=====

Re: Příznaky abstinence ?

Vložil Liba - 10/12/2011 05:21

Katko, hodně jsi mu pomohla, a doufejme, že mu dojde, jak na tom je, a půjde na léčení.

=====

Re: Příznaky abstáku ?

Vložil máša - 10/12/2011 17:14

Mala som dvoch kamošov,ktorí zomreli na delírium veľmi mladí.Je to smutné.Nedožili sa 50tky.Jeden pil denne,aby mal svoju hladinku,opitého som ho nevidela a druhý pil od rána,ako išiel do práce a končil spitý večer čo večer.

Delírium je veľmi nebezpečná komplikácia alkoholika,keď prestane piť a nie je pod lekársnym dozorom.

=====

jsi borec

Vložil Verča - 08/01/2012 19:39

To by mě taky zajímalo. Abstínuji týden a mám pocit, že je to den ode dne horší. Dneska jsem byla na oslavě a jediné, na co jsem celou dobu myslela bylo: nesmíš se napít.Za celou dobu jsem řekla možná jednu větu. Představovala jsem si, že alkohol vlastně vůbec neexistuje, nevím, co má za účinky atp. prostě hovadiny. A to je blbej první týden, mám strach z toho dalšího.

Jsi borec, že už se držíš tři týdny.

=====

Re: Kdy přejde "absták" ...?

Vložil Ivana - 08/01/2012 20:26

Ahoj,

neboj nejbrutálnější je to na začátku, ale věř, že to skončí... Ten psycho stav přejde...

...já jsem měla hodně hard první 2 týdny, pak se to nějak všechno zlepšilo. Ani nevím jak to odeznělo.

Takže když nebudeš pít, tak to fakt přejde..!

=====

Re: Kdy přejde "absták" ...?

Vložil Kateřina - 09/01/2012 20:52

Ahoj Martine, no já bych řekla že si závislý a jediné co by tě mělo zajímat je naučit se s tím žít. Není to na půl roku ale na celý život!!!

Tak jestli si to uvědomuješ, jako že asi jo, což je to nejdůležitější : držim palce.

=====

Re: Kdy přejde "absták" ...?

Vložil Diana - 26/07/2012 14:56

Jsem ráda že v tom nelítám sama. Též bych jse chtěla od alkoholických excesu odporosit. Jenže vlk taky sliboval lítám v tom už téměř 20 let je mi 41 let ničím sebe utácím peníze které by jse dali využít jinak a ničím svojí rodinu a hlavně sveho syna. Nejdéle bez alkoholu jsem to zatím vydržela 12 dní. Ráno mi je zle mám žízen občas mě bolí hlava jsem zlá a protivná na své okolí a především vztahovačná. Jestli chcete napište ještě něco víc i já odepíši :S

Re: Kdy přejde "absták" ...?

Vložil Jana Mertosová - 26/07/2012 16:01

Diano. Najdou lidé, kteří nepít dokázali na základě vlastního rozhodnutí zcela sami, bez problémů. Není jich mnoho, ale jsou. Další, kteří se tak rozhodli a nebyli schopni svoji střízlivost udržet museli vyhledat lékaře a zkusit to s jeho pomocí. Tam, kde se nedaří ani sám, ani s lékařem musí podstoupit léčbu. Jsou nastaveni na nepítí a mají možnost získat náhled na svoji nemoc. I v jejich případě se může stát, že se časem rozpijí opět. Buď podlehnou vlastnímu sebeklamu, že už jsou vyléčení, nebo jiným nástrahám. Ve všech případech platí ALKOHOLISMUS JE NEVYLÉČITELNÉ, DESTRUKČÍ A SMRTELNÉ ONEMOCNĚNÍ. Je jedno, jak dlouho pijete. Vždy záleží na vašem rozhodnutí, které jste schopna učinit. To, že se po krátkém čase opět rozpijete jsou recidivy, které vás vrací zpět, k opětovnému pití. Tudíž vy už nemáte problém s alkoholem. Vy už jste alkoholičkou. Můj názor, ale též zkušenost je, že toto opravdu bez pomoci nezvládnete. Držím palce.

Re: Kdy přejde "absták" ...?

Vložil Stanďa Lee - 20/09/2012 03:07

Já jsem pil jako zvíře asi pět let!

A jelikož jsem si propil játra, tak jsem skončil ve špitálu, kde mi doporučili abstinenci.

Nepiju 18 měsíců. Ten pravý absták přešel asi po půl roce. To se mi o alkoholu i zdálo. Od té doby se to dá.

Ale bacha - je to boj!

Držím palce! Vydrž!

Re: Kdy přejde "absták" ...?

Vložil Jessie - 20/09/2012 12:04

Myslím, že každý kdo přestává pít to má jiné, já jsem nekolikrát se pokousela přestat pít a prozivala jsem to dost intenzivně, každý den pocítala dny, přisly i sny, myslela jsem na alkohol několikrát denně, hledala náhražky, více jedla a pila vodu, jiné chutě, až teď po asi desátem pokusu přišlo opravdově chcení nepít a změnilo to všechno, je to VNITRNÍ UPRIMNĚ PRESVEDCENÍ nepít alkohol a jde to samo - žádné abstaky, pamatování si kolik je to přesně dní, žádné sny, strachy že zase začnu, žádné silné craving

(bazeni), nevadi mi reklamy na alkohol, regaly v obchode, jedine ceho se zatim zdarne vyhybam pokud to jde nechodit do hospody, jen obcas restaurace a dobre jidlo.

Takze pointa meho psani je, ze mozna! kdyz se clovek opravdu rozhodne, ten boj nemusi byt tak bolestivy a nejaka sila o ktere verim ze je, pomaha a dodava energii, presvedceni, vuli k abstinenci a dokonce i kazdodenni radost ze zdolani tohoto problemu.

Co si o tom myslite? :-)

Re: Kdy přejde "absták"...?

Vložil petrata - 20/09/2012 12:35

já to mám velice podobně, jde to samo, moc to neřeším, ale já jsem ten klasický kvartál a vždy jsem měla dlouhé pauzy, tak uvidím, jediné co dělám, že si vždy večer projdu ty kroky AA a nechávám tu sílu působit a mluvím o tom s lidma a jsem k sobě laskavá a taky si dost často vzpomenu na ten poslední tah, brrr...no a občas si zde čtu...takže já takto a věřím, že je to na dobré cestě, palce držím všem..moc se nepozorovat a žít, a on ten klid uvnitř je nejlepší odměna:), jo a taky si vždy ráno řeknu, že právě dnes se nenapiju, nemám dlouhodobé cíle..střízlivý a dobře prožitý dnešek mi stačí.

Re: Kdy přejde "absták"...?

Vložil Liba - 20/09/2012 12:37

Přesně tak, Petro!

Re: Kdy přejde "absták"...?

Vložil petrata - 20/09/2012 12:40

hojda libo, zdravim moc a jen at vis, ze jde to dobre a casto si i na te vzpomenu..no však tak krok za krokem, měj se dobře, užij podzimku

Re: Kdy přejde "absták"...?

Vložil Liba - 20/09/2012 13:31

Díky za přání, užívám si života, nepiju a žiju.Dávno bych byla mrtvá, kdybych nepřestala pít.Chlast je past.

Re: Kdy přejde "absták" ...?

Vložil elizabet - 20/09/2012 20:21

začínám absitovat a je to těžké, ale já to dokážu, chci, chlast je past a já se chytit už nenechám. musím oblafnout mozek, ten pořád chce, začala jsem užívat antabus, musím mít nad sebou bič, nemám totiž vůli, je to týden a zatím zvládám. Jaké máte zkušenosti s antabusem? Když jsem byla zvyklá pít jen večer, přes den vůbec-práce, auto a tak, mám si je brát ráno, což mi připadá divné, když jsem pila večer? zajdu za doktorkou, ale až v úterý, tak jestli mi napíšete své zkušenosti? Děkuji, El.

=====

Re: Kdy přejde "absták" ...?

Vložil Jana Mertosová - 20/09/2012 20:45

Tak prvně gratuluju k rozhodnutí, které určitě nebylo jednoduché. Antabus-proč ráno? Protože se může stát, že později v průběhu dne zapomenete. Jinak účinek Antabusu v těle vytrvává delší dobu-tudíž po náhodném požití alkoholu dojde k nevolnosti a jiným nepříjemným stavům, které mohou být životu nebezpečné. V každém případě tím budete alespon chráněná před následným pitím.

=====

Re: Kdy přejde "absták" ...?

Vložil elizabet - 20/09/2012 22:14

děkuju za podporu, už jdu raději spát. Režim je také dobrá věc :-).

=====

Re: Kdy přejde "absták" ...?

Vložil elizabet - 22/09/2012 17:24

jo, je to o tom vnitřním přesvědčení, souhlasím, ale je to fakt těžký

=====

Re: Kdy přejde "absták" ...?

Vložil elizabet - 22/09/2012 17:30

včera jsem byla za kamarády na oslavě a jsem na sebe hrdá, dala jsem si koly. Ostatní měli víno, pivo, ale já se bavila i bez alkoholu, chut jsem měla i neměla, ale nedala jsem si. a to jsem tam byla busem, takže možnost byla. Jsem na sebe hrdá, ale dnes mi bolí hlava, jak po opici. Je to tím antabusem? užívám jej asi 5 dní, teď jen půlku, dle letáku. Jdu pracovat ven i když nevím, kde mám začít dřív-úklid dvora, garáže, zahrady? jsem na to sama, syn, který mi drží palce, je někde na mejdanu s kamarády :-). Točí se mi hlava, bolí-dost piji, vodu s citronem, kávu i čaj. Věčer jdu na televizi k našim, tak

snad to dám bez alkoholu :-).Děkuji za Vaší podporu

=====

Re: Kdy přejde "absták"...?

Vložil Jana Mertosová - 22/09/2012 18:04

Eli-je to první zkušenost být ve společnosti,kde se pije a nepít.Chce to utrefit správně čas a umět včas odejít.To co máte nyní je stav suché recidivy-i když jste nepila,bavila se,ale více se unavila.Tyto stavy přejdou časem,když se i vy naučíte včas opustit společnost.Nahradí ho pocit čisté a svěží hlavy,ale též upřímné radosti a svěžesti.Alkoholismus má bohužel mnohem větší rozsah,než si dokážeme přiznat.Je to nemoc!

=====

Re: Kdy přejde "absták"...?

Vložil mamina - 02/05/2013 22:25

Ahoj, chci se jen zeptat je abstak to kdyz se celej den cloveku mota hlava a je mu na omdleni???a jakmile si vecer da pivo tak to trochu odezni???nemam zkusenosti,ale piju dost..driv to bylo moc 2 litry vina kazdej vecer...otehotnela jsem tak jsem toho nechala..po porodu a kojeni jsem zas zacala...vino uz nepiju jen pivo 6 kousku kazdej vecer..a rano je mi zle a celeju den jsem mimo,motani hlavy rozklepanost atd...muzete mi poradit

=====

Re: Kdy přejde "absták"...?

Vložil Jessie - 03/05/2013 00:21

ano, to je typickej absták

=====

Re: Kdy přejde "absták"...?

Vložil Liba - 04/05/2013 14:49

Mamino, jediná rada-Nepij vůbec.Nejenom ty tvé stavy, ale co myšlenky!!Máš čas na děti?

=====

Re: Kdy přejde "absták"...?

Vložil Simona - 24/05/2013 15:29

Zdravím,

piju opravdu každý den asi 15let. Nejdříve mi stačilo pár deci, pak půl lirtu a poslední dobou to byl i litr a abych dosáhla požadovaného účinku, přidala jsem občas i panáka. Pokoušela jsem se přestat několikrát. Až na 20.narozeniny moji dcery jsem si opravdu řekla DOST. Jsou to 4dny. Abstinenční příznaky přišly: mravenčení po těle, tuhý jazyk, nesoustředěnost a obrovská chuť.

Přichází to ve vlnách.A neustále čekám kdy to přejde.

Pročítání Vašich příspěvků mi moc pomáhá. Chtěla jsem jen něco napsat a doufám, že se mi tím trochu uleví.

Držím Všem palce

Simona

Re: Kdy přejde "absták"...?

Vložil Liba - 24/05/2013 15:50

Když přijde chuť, řekni si:Nyní ještě aspoň hodinku vydržím.Nával přejde.Pak si to prodluž na den....měsíc....

Re: Kdy přejde "absták"...?

Vložil Simona - 25/05/2013 10:54

Ahoj Líbo,

díky za podporu. Včerejší večer jsem vydžela na vodě s citronem a mátou. Měla jsem v břiše skoro žáby, ale VYDRŽELA. Mám strach z víkendu. Je ošklivo, asi budeme celý den doma a náš dům není úplně "suchý". Tak se to píše a různých stránkách co si pročítám. Nedůležitější je, aby Váš dům byl suchý, bez alkoholu.

Střízlivému víkendu Zdar

Simona

Re: Kdy přejde "absták"...?

Vložil Jessie - 25/05/2013 21:19

Drž se Simono! Nepij. Zvládneš to..den po dni!

Re: Kdy přejde "absták"...?

Vložil Natálie - 26/05/2013 13:06

Simčo, proč nemáte suchou domácnost? Manžel by Tě měl podpořit a suchou domácnost byste

rozhodně mít měli, obzvlášť takhle v začátku abstinence je to dost důležité.

Mě na začátku psycholožka radila i se vyhýbat pohledu na alkohol v obchodě, na ulici, v televizi...prostě nedávat mozku vůbec žádné alkoholové impulsy...

=====

Re: Kdy přejde "absták"...?

Vložil Simona - 26/05/2013 13:16

Já sice manželovi přiznala, že piju dost a že musím přestat, ale že jsem až v takovém průšvih, to jsem neřekla. Stydím se za to. Vylít víno mi přijde škoda. On má moc dobrý. Jestli to nevydržím, když kolem toho vína chodím, tak mi pak opravdu nezbyde nic jiného, než dobrovolně se nechat na nějakou dobu hospitalizovat. Vždyť přece lahve jsou vystaveny všude :angry:

=====

Re: Kdy přejde "absták"...?

Vložil Bartošík Vít - 28/05/2013 12:29

Jo lahve jsou vystavené všude, ale když Tě doma přepadne bažení, tak ta cesta do obchodu je alespoň nějaký čas si to rozmyslet. Když je chlast doma, stačí po něm jen šáhnout. Proto se doporučuje suchý dům. Nejlepší by bylo si s manželem otevřeně o Tvém problému promluvit. Sice Tvůj problém nedokáže pochopit, ale určitě Ti pomůže účastí a tím suchým domem. Držím palce. Vítá

=====

Re: Kdy přejde "absták"...?

Vložil Tomas - 08/01/2014 07:31

Zdravicko..ja pil od 13let ted mi 29let..zacalo to poklidne 3male piva a na srot jenze v 18 uz to byli flasky tvrdeho hodne piv a jak bezel cas prestal jsem s tvrdym a stal se ze mne podotknu jen pivar.pil 2rano pred praci dve v praci a prumerne 8 po praci kazdy den..vikendy byli narocnejsi.pred tydнем sem se rozhodl ze prestanu pit a naridil si povinny abstak chtel jsem k psychiatrovi ale nesel.a ne tedy psychiatr antabus nebo sincro co nabizeji mi z toho pomohlo..stacilo byt 6dni doma hroznovy cukr vyprostovak restart vitaminC a detox caj teda jeste protoze jsem pivar tak placebo birell..neutnul to hned jak rikaji ale pomalinku sjizdel.tri dny potil klepal pak prestalo zacali halucinace bludy prosteDELIRIUM TREMENS tezke dalsi tri dny..a konec..bylo to slozite ale nepiji tyden a tato zkusenost s abstakem mi dokazala ze uz to nechci ani videt abych nemusel prozivat znovu...BYL TO MUJ CHTIC A JE DAL VSE JE JEN O TOM VERIT A CHTIT.JE TO O VULI..BUDTE SILNI..SORRY ZE TAK DLOUHE JSEM NEJAKEJ SPISOVATEL..TAKZE KAFKO RANO FANTA OBED VODA CELY DEN VECER BIRELL JEDEN A SPAT :D

=====

Re: Kdy přejde "absták" ...?

Vložil Roman - 22/04/2014 09:33

Ahoj určite souhlasim.Pil jsem 17le asi 10 az15 piv.Miloval jsem pivo,ale nedokazal jsem nic vyresit.vse jsem odkladal az bylo pozde.To mi nabouralo manzelstvi.Pred dvouma tynama jsem mel srdecni kolaps z nervu.Namerili mi 1,5promile.Jak jsem se dostal domu a vypil 8 piv sel jsem do hospody jako obvykle dal jsem dve a zarek jsem se ze koncim nepiju sedm dni,ale je to narez,cista hlava resim to co mi nikdy neslo.Az na ty abstaky,ale verim ze bez chlastu bude lip.

=====

Re: Kdy přejde "absták" ...?

Vložil marti - 22/04/2014 11:16

Ahoj Romane, žít bez alkoholu je jako se znovu narodit. Člověk jinak jedná, rozhoduje, myslí, objevuje a poznává své vnitřní opravdové "já". Držím pěsti, aby ti tvé odhodlání vydrželo, najdi si aa skupinu, ať nejsi na to sám.

=====

Re: Kdy přejde "absták" ...?

Vložil katka - 24/04/2014 17:18

ahoj, sice nevim zda to budete jeste cist ale mam to same... Jak jste se s tim vporadala?

=====

Re: Kdy přejde "absták" ...?

Vložil Katka - 24/04/2014 17:38

Ahoj, tak ja piju od nejakych 18. ti let, ted je mi 29. Mam taky dlouhodobý problem z alkoholem. Uz se kvuly tomu se mnou rozesel přítel ale ted mam rodinu, kterou uz nechci kvuly alkoholu ztratit. Zacla jsem s vinem, chození po barech, diskotekach kde uz to bylo i tvrdej alko a treba i dva dny v kuse. Ted piju uz jen sama, malokdy s nekym jinym ale vzdy je mi tak zle rano ze nejsem schopna niceho pres celi den. Jsem na matersky dovoleny a jako matka bych mela zvladat rano udelat snidani, odvezť maleho do skolky, najít si práci, udelat oběd, večeri uklidit, ja vsak kvuly tomu nezvladam vubec nic jen celi den trpim a lezim v postely :(Dost me to stve, chci s tim neco delat ale vzdy kvuly tomu dostanu deprese a zacnu to znovu zapijet. Doufam ze to tu uz nekdo aspon zvladl a ty co chteji prestat drzim pevne pesti. I ja se snazim ale zatim to dopadlo spatne. Kdyby chtel nekdo se snazit mi nejak pomoct (vim ze musim sama ale kazdy povzbuzeni pomuze a ja nemam zkoro zadne pratele) tak mi prosim napiste.Dekuju

=====

Re: Kdy přejde "absták" ...?

Vložil Jana Mertosová - 24/04/2014 21:03

Katko-nemáš jenom problém.Jsi závislá.Stala jsi se už alkoholičkou.Nechceš ztrácet druhé,ale ztrácíš sebe.Může tě toto váhání vyhledat pomoc stát život.Máš dítě.Pro ně,ale i sama pro sebe musíš radikálně zvolit co chceš,co nechceš,čeho jsi schopna,neschopna.Proč tomu tak je.Hledat odpovědi jen u sebe.Rozhodně bych neváhala a vyhledala pomoc psychiatra,psychologa-tam je nutné se objednat pokud možno hned zítra.Objednat se tam.Někde se čeká i 2týdny a víc.Zkontaktovala někoho z nejbližšího AA jestli potřebuješ kontakt napiš odkud jsi.Domluv se s ním,kdy jsou setkání Anonymních alkoholiků a začni chodit tam.Pomůže ti to nepít.Pokud i toto selže?Požádej psychiatra o pomoc a kontaktuj léčebny.Za ty 3měsíce léčby ti život za to stojí.Nebo ne?

=====

Re: Kdy přejde "absták"...?

Vložil Maja - 19/06/2015 11:12

Ahoj mela sem to co ty a mozna horsi.Mela sem takove stavy ze se mi klepala hlava a musela sem celej den chodit nemohla jsem si sednout.Mela sem pocit ze umru a nemohla sem po alkoholu vubec mezi lidi vadilo mi ze se na me divaj a klepala sem se.Na prsou sem porad citila pocit strachu a uzkosti a lekala sem se vic nez normalne.Rozhodla sem se jit na psychiatrii a vse do detailu jim rekla.Myslela sem ze mam socialni fobii a tak sem vzdy pila kdyz sem nekam sla.Abych se uvolnila.A na psychiatrii mi rekli ze jsem alkoholicka v zacatku.Takze me objednali na protialkoholove sezeni a dali mi prasky na deprese.A to sem si myslela ze nejsem zavisla a ze mam nejakou fobii.No ted jsem teprv dva dny bez piti a klepou se mi ruce a sem nervozni ale dam to kvuli detem.Az se z toho dostanu a zaberou prasky tak snad budu v pohode a nezjistí mi nejaký další psychický potize.Protoze takovehle stavy sem jeste u nikoho nezazila.Kazdopadne dojde nekam dokud je brzola neboj vsude jsou hodni a je to anonymni.Preju ti hodne stesti a pevnou vuli

=====

Re: Kdy přejde "absták"...?

Vložil Lojzicka - 19/06/2015 12:41

Tak ono to vlákno už je to rok staré.

Psychiatr moc nepomůže a na prášky bych nespolehala. Zajdi na AA, anebo nějakou terapii. Jako zdejší Anča alias Jitka Nová, má s tím zkušenosti.

Vidíš co to s tebou dělá, tak se drž a ani sklenku. K vůli těm dětem.

Jo a co ta Jana Mertos? Jak je na tom? Už nějakou dobu je na léčení...

=====

Re: Kdy přejde "absták"...?

Vložil Marek - 06/07/2015 13:03

Upřímně chci všem co se rozhodli přestat pít vyjádřit velký obdiv. Sám jsem pil od svých patnácti let pravidelně. Každý týden jsem s kamarády vyrazil do města na tah a spil jsem se az do němoty. Necítil jsem že by mě alkohol nějak omezoval a proto jsem pití považoval za normální. Ve svých 18 letech jsem se s přítelkyní a kamarády odstěhoval od rodičů a tím začal můj problém se závislostí. Pili jsme každý den a co je ještě horší u pití jsem neskončil. Experimentoval jsem s marihuanou. Po nějaké době se u mě probudila psychická nemoc. Nechtěl jsem si přiznat že jsem nemocný a tak jsem to začal řešit pitím. Pil jsem od rána do večera. Mezitím mě přítelkyně přemluvila abych se začal lecit s psychickou poruchou. Nevěřil jsem že mi to pomůže tak jsem pil i když jsem bral léky. Po nějaké době jsem se začal cítit normálně, ale pít jsem nepřestal. Pil jsem opravdu každý den a s menšími přetřkami asi 5 let. Už jsem nepil jen kvůli tomu že bych měl nějaký problém, ale kvůli tomu že jsem to potřeboval. Zjišťoval jsem že jsem toho otrok a hroutil se mi svět pod nohama. Musel jsem s tím něco udělat. Tak jsem se rozhodl přestat s alkoholem ze dne na den a teď už jsem měsíc čistý. Musím přiznat že první dny byl opravdu horor, ale jakmile se člověk dostane z nejhoršího, tak si začne uvědomovat co mu všechno alkohol vzal a že se za tu dobu co pil nepohnul z místa. Nebudu ani mluvit o tom jaké finanční problémy kvůli alkoholu vznikli. Chci poděkovat moc své přítelkyni, Bohu a rodině že mě pomohli s rozhodnutím přestat. Vím že je přede mnou dlouhá cesta, ale už cítím zase radost ze života. Všem přeji hodně štěstí a hodně vnitřní síly do boje s démonem jménem ALKOHOL!!

=====

Re: Kdy přejde

Vložil Ja - 06/07/2015 17:04

Marek píše:

Upřímně chci všem co se rozhodli přestat pít vyjádřit velký obdiv. ... Všem přeji hodně štěstí a hodně vnitřní síly...

"Gratulujem! "...a Tebe, prajem - výdrž!" :)

=====

Re: Kdy přejde "absták"...?

Vložil Rachel - 14/07/2015 18:30

Zdravim, nechci otevírat nové téma, toto mi přišlo nejvhodnější. Máte někdo zkušenost s chlastem a s anémií? Po 6 ti týdnech abstinence mi zjistili anémii. Nebyla jsem drastický piják, ale víc než je zdrávo to jednoznačně bylo. Máte někdo takovou zkušenost? Může to být samozřejmě spoustou dalších věcí, jen by mě zajímalo, zda by to mohlo mít souvislost i s pitím..Díky!

=====

Re: Kdy přejde "absták"...?

Vložil Rachel - 14/07/2015 18:31

Zdravim, nechci otevírat nové téma, toto mi přišlo nejvhodnější. Máte někdo zkušenost s chlastem a s anémií? Po 6 ti týdnech abstinence mi zjistili anémii. Nebyla jsem drastický piják, ale víc než je zdrávo to jednoznačně bylo. Máte někdo takovou zkušenost? Může to být samozřejmě spoustou dalších věcí, jen

by mě zajímalo, zda by to mohlo mít souvislost i s pitím..Díky!

=====

Re: Kdy přejde

Vložil Ja - 14/07/2015 20:09

Rachel píše:

...Máte někdo zkušenost s chlastem a s anémií? Po 6 ti týdnech abstinence mi zjistili anémii. Nebyla jsem drastický piják, ale...

Ráchel,

nechaj si to vysvětlit od hematologa, internistu, endokrinologa alebo od všetkých naraz. Poradí aj praktický/ošetrujúci lekár - obvodák.

Alkohol spôsobuje o.i. aj rozvrat vnútorného prostredia - výkyvy produkcie hormónov a endokrinných žliaz. Alkoholáty a ďalšie metabolity etanolu zrejme nemajú vplyv na tvorbu hemoglobínu ani neviažu Fe-železo.

Toto Ti uspokojivo zodpovie jedine konzílium odborníkov.

Uzdrav sa! Prajem Ti to! :)

=====

Re: Kdy přejde

Vložil Rachel - 14/07/2015 21:58

Díky Ja, myslim že to nesouvisí. Po doktorech během, mají jiný vysvětlení, ale zajímal mě váš názor..

Je to pakarna bejt nemocnej. Všem který spokojeně chlastaj, chci vzkázat, že to není prdel bejt nemocnej. Injekce, tunely, gastro vyšetření, atd. Tak tomu, kdo chlastá nadále i při takových vyhlídkách držím palce ...

=====

Re: Kdy přejde

Vložil anka - 18/07/2015 23:41

Rachel napsal:

Zdravim, nechci otvírat nové téma, toto mi přišlo nejvhodnější. Máte někdo zkušenost s chlastem a s anémií? Po 6 ti týdnech abstinence mi zjistili anémii. Nebyla jsem drastický piják, ale víc než je zdrávo to jednoznačně bylo. Máte někdo takovou zkušenost? Může to být samozřejmě spoustou dalších věcí, jen by mě zajímalo, zda by to mohlo mít souvislost i s pitím..Díky!

mám anémii z chlastu, chlastala jsem až jsem z toho málem umřela, taky jsem nepila moc :woohoo: co je moc? beru železo a je mi furt blbě, milí alkoolici nepijte, je to tak strašné nemusíte to přežít, já měla

šťestí,vy o mít nemusíte :ohmy: vaše anka

=====

Re: Příznaky abstáku ?

Vložil Stopka - 07/01/2021 13:28

Cituji

"Absták" může zabít.

více zde <https://1url.cz/hzPwi>

=====

Re: Příznaky abstáku ?

Vložil Edna - 07/01/2021 17:32

Kateřina napsal:

Zdravím, můj kamarád se dal na abstinenci po zdravotních problémech. Abstinuje sice pouze pár dnů a už má třes celého těla, když v rukou nese něco těžkého, podlamují se mu kolena plus absolutní vibrace nohou, má lehké vidiny, točí se mu hlava, neví co s rukama.. Přeji mu moc štěstí, ať pokračuje dál, ale má otázka směřuje - bude ještě hůře? Jsou takovéto samoabstinence nebezpečné pro člověka ? Prosím o Vaše zkušenosti. Díky a všem takovým hodně štěstí a síly do života !

Nevím, já tedy první 3-4 dny měla totéž prakticky celou tu dobu, bylo to šílené, pocení, třes, nervozita, rozostřené vidění. Po 4 dnech to začlo ustupovat. Teď jsem 16. den abstinence a fyzické příznaky už nemám žádné. Pokud bych teď selhala, nebylo by to kvůli abstáku, ale z blbosti. Což se snad nestane. To už se vůlí dá ovládnout. Ale ty první dny jsou opravdu mazec.

=====

Re: Alkoholový absták

Vložil Tereza - 29/05/2024 15:23

máte někdo zkušenost s touto bylinkou na stres a úzkosti <https://konecdepky.cz/asvaganda/> ? nebo co vám takhle přírodního pomohlo na absták?

=====