

## Začínající alkoholik...

Vložil Oxbowwww - 16/02/2022 09:08

---

Zdravím vespolek.

Nevím, jak začít... Asi mám problém s alkoholem, jak jinak, to bych tu přece nebyl...:-) Zřejmě to máme v rodině, můj biologický otec byl alkoholik, proto se s ním v mém útlém věku matka rozešla, následně i matka měla problém s alkoholem, nicméně již asi 20 let úspěšně abstinuje. Tím se samozřejmě nechci vymlouvat.

Já měl vždycky k alkoholu kladný vztah, avšak vždy to bylo tak nějak v mezích (kalby pouze o víkendu, či ve volně). Poslední dobou však piju častěji, i v týdnu. Nejhorší je, že i v práci. Jelikož jsem po většinu pracovní doby v kanceláři a dělám si svoje, tak to nikdo neví, ale já samozřejmě vidím, že to není dobře. Táhne mi na padesát let, mám perfektní rodinu, děti (6 a 2, ty mi občas dávaj :-)) pracovní v rámci organizace jsem na velmi slušné pozici, tedy si asi nemám na co stěžovat. Finančně rozhodně nestrádám. Přesto jsem dospěl do situace, kdy ráno v práci vyndám ze skříně vodku, dám si pár loků a pak mě ta práce víc baví.. Jsem přesvědčen o tom, že to nikdo neví, neb by mi to dali okamžitě sežrat, ale zase si říkám, kdo ví? Dále na sobě pozoruju změny v tom smyslu, že jakmile jsem někde, kde se pije, tak já prostě nevím, kdy mám dost, piju prostě do němoty. Jelikož jsem veselá povaha tak nic nevyvádím a je se mnou sranda, ale ty výpadky paměti mě serou.. Co hůř, že se snažím nepít, pak je ale oslava u rodičů ženy a já se tam zežeru jak pes. Sice nic nedělám, jsem i vtipnej, ale závěr si nepamatuju, probudím se na gauči a je mi pak trapně.. Moje žena moc nepije, dá si maximálně dvě dvojky vína a usíná. Už ani se mnou nechce pít, protože ví, že jakmile si načneme sedmičku, tak to u toho neskončí. Já, jakmile si naleju dvojku, dvě, tak prostě musím pít dál, pokud to jde. Jelikož mám v dosahu hospodu svých rodičů, odbíhám do skladu pro další víno. Taky piju často sám, když třeba žena odjede, nebo jsem na služební cestě. Poslouchám muziku a piju, dokud neusnu, byť bych třeba mohl jít za kamarády do hospody, ale takhle je to pohodlnější.

Zrovna včera jsem byl na pokec u souseda a měl jsem u něj jeden střik. Pak jsem dostal chuť, že jsem si během vaření večeře nalil vodku a pak, když jsem se v noci vzbudil na chcaní, jsem šel vyštrchat manželce rum, co má na vaření..

Je to špatně, to samozřejmě vím, ale zatím se nic neděje. Není to každý den a když se napiju v práci, je to s mírou a než jdu domů, tak vystřízlivím (většinou mi stačí dvojka vodky).

Zjistil jsem, že když mám třeba dovolenou a jsem někde s rodinou, tak tolik nepiju. Jsme celkem akční rodinka, chodíme zejména na túry, takže s nimi prostě nemám tu potřebu. Ale jakmile jsem sám, tak je to špatné.

Jak to shrnout? Jsem chlapík pět let před padesátkou, s fungující rodinou, dobrou prací, a samozřejmě vím, že tohle není dobře...

Nějaká rada? :-)

---

## Re: Začínající alkoholik...

Vložil MichalB - 16/02/2022 10:25

---

Jednoducha a tezka zaroven :). Slovy lekaru z lecebny: Nepijte, kdyz to neumite.

Ze nekdo nerekne, ze z vas po ranu tahne alkohol (mozna to pripisou tomu, ze jste vcera vecer byl na pivu s kamarady) neznamená, ze to neregistruji. Cim castejsi to bude tim vice si to budou v okoli uvedomovat. Lide nejsou hlusi a ani slepi a vsimaji si ostatnich lidi.

A taky plati: jednou se ucho od dzbanu utrhne. A neni to dobry, xy z nas to uz zkouselo, opakovane.

Vyhodnější je nepít.

=====

## Re: Začínající alkoholik...

Vložil Ivet2511 - 13/03/2022 13:23

---

Tak u mě to je přesně naopak, já mám deprese z toho, že ten můj život nejde ale vůbec podle mých plánů. I když jsem strašně hodnej člověk a dřič, mám pocit, že přitahuji lidi, kteří toho jen zneužívají a já nejsem ten tip člověka, co je průbojný. Pořád si říkám, nenech si to líbit a pak stejně jsem takový dobrák a naivka, že jim to odpustím a zase si myslím, že bude vše ok a pak přijde další nůž do zad. A ony ty síly nějak dochází. Chtěla bych pracovat v něčem svém, ale vždy skončím s prací s lidmi a přijde mi, že je to čím dál tím horší. Takže se moje deprese čím dál tím více prohlubovaly a kupily, až jsem zase sáhla po láhvi, aby si ta moje hlava aspon odpočinula. Pítí má vždy důvod a já vždy říkala, najít ho, odstranit a nebude důvod pít.

=====