

Addiktin selviytymistarina

Julkaistu 20.11.2007

Olen kohta 23-vuotias mies, ja haluan jakaa kokemukseni addiktiosta ja sen vaikutuksista elämäni nyt ja ennen. Ensimmäiset kokeiluni alkoholin kanssa olivat 12-vuotiaana juodessani blandattua pirtua ystäväni kanssa. Sammuihan siinä, kun tenavana lotراسi. Hieman tuon jälkeen jouduin koulukotiin, joten en vuosiin koskenutkaan päihteisiin ensimmäisen kerran jälkeen.

Muuttaessani 16-vuotiaana omaan vuokra-asuntoon käytin alkoholia samaan tapaan muiden nuorten kanssa, eli joka viikonloppu. Opiskelin ammattioppilaitoksessa vuoden, joka keskeytyi, ja jäin ilman työ- tai opiskelupaikkaa hetkeksi. Olin tuohon mennessä jo kokeillut amfetamiinia ja kannabista mutta en saanut kaveripiiristä vastakaikua yritykselleni temmata heitä mukaan. Tuolloin olivat ystävät vielä huumeita tärkeämpiä. Kuitenkin, ilman päivärutiinia sain vapaasti käydä baareissa sen minkä kerkesin ja löysin uusia ystäviä, kanavia joista löysin myös huumeet uudestaan. Ihastuin nopeasti kamaan ja käyttö yltyi jokapäiväiseksi hetkessä. Vuoden, ehkä kaksi jaksoin yrittää samanaikaisesti käydä joko koulussa tai töissä, tai yritin huolehtia kodistani ja ihmissuhteistani. En loppuvaiheessa tiennyt olevani sairas, vaan tunsin että minut oli petetty, jätetty ja loukattu. En vain nähnyt omaa osaani. Sitä, että huumeiden käyttöni, sairas tunne-elämäni ja rappioitunut moraalintajuni karkotti ihmiset läheltäni ja väsytti minut niin että en jaksanut pitää itsestäni enkä muista huolta.

Kohtaloni olisi ollut hidastempoinen mutta varma. Asuntoni omistavan lastenkodin työntekijät passittivat minua psykiatrilta hoitolaitoksiin ja hoitolaitoksista jatkohoitoon, ja yrittivät auttaa minua kaikin mahdollisin keinoin. Lupauksia sateli suustani sinne ja tänne, mikään ei pitänyt. Ensimmäinen pohjakosketus oli ko. vuokra-asunnon menetys. Jäin ilman asuntoa kesäksi, kunnes päätin lähteä opiskelemaan uudestaan ja sain opiskelija-asunnon johon muutin seuraavana syksynä. Kesäaika meni kavereiden luona asustaessa sekä väliaikaisissa sijoituspaikoissa. Olin hieman paremmassa kunnossa, kaman käyttö oli vähentynyt, ja uskoin sen takia kovasti mahdollisuuteen olla kohtuukäyttäjää. Olin myös alkanut seurustella juuri, ja tyttöystäväni oli hieman juonessa mukana. Joka viikonloppu oli kostea ja joskus polfettiin pilveä. Koulu sujui alussa kohtuullisen hyvin ja asiat luistivat muutenkin kivasti. Dokaaminen ei huolettanut, sehän oli sitä "opiskelijaelämää".

Seuraavan vuoden alussa olimme tyttöystäväni kanssa eronneet riitojen jälkeen. Amfetamiinin käyttö alkoi lisääntyä siinä vaiheessa kun erosimme ja olin ensimmäisiä kertoja todella epätoivoinen tilanteestani. Uskoin kuitenkin selviäväni omin voimin koettelemuksista. Hieman myöhemmin sain kuulla tulevasta lapsesta, joten päätimme palata yhteen ja aloimme suunnittelemaan yhteistä asuntoa. Uskoin että lapsen saaminen saisi minut vihdoon ja viimein raiteilleni, ja osaisin elää ns. normaalia perhe-elämää. Eihän se noin mennyt.

Riitelimme paljon ja joka kerta "otin ohjat käsiini" ja painelin pihalle, palasin kun huvitti. Tätä jatkui eroomme asti, kunnes jäin yksin, muutin toiseen asuntoon, aina siksi aikaa kunnes menetin senkin. Olimme kaksin, vain minä ja huumeet. Loppuaika, n. 2 vuotta oli ylä- tai alamäkeä. Olin mukana lapseni elämässä, raskausaikana, synnytyksessä ja sen jälkeen, aina silloin kun olin siinä kunnossa että se oli mahdollista. Muut ajat käytin milloin missäkin, milloin mitään. Yritin parhaani aina kun pystyin, en edelleenkään vain ymmärtänyt, että huumeet ja niiden käyttäminen olivat este normaalille, hallitulle elämälle. Loppuvaiheessa muistan ajattelleeni mielessäni että käyttäisin vain niin pitkään kunnes dramaattisesti kuolisin pois.

Kesällä 2006 lähdin ensimmäistä kertaa omasta halustani hoitoon, joka kuitenkin keskeytyi. Olin ahdisutunut ja peloissani, ja olin päättänyt lähteä. Uskoin selviäväni yksin, ja että lapseni olemassaolo pitäisi minut raittiina. Kokeilin siis kaikkea. Laitoksia, ammattiapua, omaa tahtoa, mikään ei toiminut. Retkahtelin aina uudestaan ja uudestaan, enkä nähnyt muuta vaihtoehtoa kuin kuolla pois. Välit lapseeni olivat heikot, ja syyllisyys ja häpeä musersivat minua. Ainoat hetket jolloin en tuntenut syyllisyyttä, olivat niitä euforian täyttämiä "tunnetiloja", jolloin joku aine iski tajuntaani. Lopulta yritin tappaa itseni lääkkeiden ja alkoholin avulla.

Epätoivo oli vallannut minut enkä voinut ymmärtää enää omaa käyttäytymistäni. Sitä miten voin tuhota oman, tai poikani elämän. Makasin päiviä sairaalassa, jossa suostuin viettämään aikaani ainoastaan lääkityksen takia. Toisaalta tunsin olevani siellä turvassa, eikä minun tarvinnut miettiä mistä saisoin seuraavan annokseni, tai mihin menisin yöksi, tai mistä saisoin ruokaa.

Vielä kerran päätin mennä hoitoon, enemmän kuitenkin asunnottomuuteni, kuin itseni takia. Hoito keskeytyi mutta suuntani oli muuttunut. Erinäisten hoitokertojen ja niiden epäonnistumisten takia tajusin, etten osaa sopeutua laitoksen sääntöihin, minun on siis kokeiltava omilla ehdoillani. Lähdin viimeisen kerran hoidosta sen keskeytettyäni uudenvuoden aattona -06, jolloin myös retkahdin viimeisen kerran. Sinä yönä olin ystäväni kotona yksin, sekaisin ja mietteissäni. Mietin mitä teen seuraavana päivänä. Aloittaisinko päiväni menemällä ryhmään, vai jatkaisinko käyttämistäni?

Minulla oli tasan kaksi vaihtoehtoa, ja ainoa mitä saatoin tehdä, oli valita niistä toinen. Siitä alkoi lopullinen, ainakin tähän asti kestänyt raittius. Tosin, jos silloin olisin tiennyt, miten paljon vaatii pysyä puhtaana, ja opetella uutta elämäntapaa, en olisi lopettanut tuohon vuodenvaihteeseen, tuskin olisin lopettanut ikinä.

Nyt joitakin aikoja elettyäni puhtaana, olen vihdoinkin saanut hieman elämän syrjästä kiinni, ja osaan ottaa vastuuni jokapäiväisestä elämästäni. Se on vaatinut työtä, enkä olisi selviytynyt ikipäivänä siitä yksin. Nyt olen kuitenkin nähnyt että sairaus nimeltä addiktio on hoidettavissa niin, että on mahdollista elää normaalia elämää.

Tänä päivänäkin joudun muistuttamaan itseäni joka päivä todellisesta luonteestani, ja siitä että minulla ei ole mahdollisuutta kokeilla mitään huumetta ja yrittää samanaikaisesti hallita elämäni. Sairaus on pysyvä, ja näkyy nykypäivänä tietyillä elämän osa-alueilla hallitsemattomuutena, tai haluna käyttää epärehellisiä keinoja, mutta huumeisiin minun ei tarvitse koskea.

Teen edelleenkin lähes päivittäin virheitä, mutta hienointa on, että huomaan virheeni ja haluan hyvittää ne. Hienoa on myös se, että voin tuntea jälleen muutakin kuin häpeää ja syyllisyyttä, ja tiedän että minusta välitetään.

Mikään näistä ei ole tullut ilmaiseksi. Minun piti luopua rakkaimmasta aiheesta mitä minulla oli. Jouduin selvin päin kokemaan vielä suurempaa tuskaa kuin käyttäessäni, ja välillä joudun vieläkin kokemaan sitä. Osaan nykypäivänä vain paremmin ottaa sen tuskan vastaan ja pyytää apua. Lopulta sain jotain paljon parempaa takaisin. Sain tunteeni, poikani, uudet ystävät, ihmiset jotka voivat jo paremmin luottaa minuun ja välittävät minusta. Eikä minun tarvitse näitä asioita vaihtaa enää ikinä mihinkään.

Nimimerkki:

Anonyymi

link

Lähde verkko-osoite:<https://paihdelinkki.fi/fi/tarinat/lue-tarinoita/huumeet-ja-laakkeet/addiktin-selviytymistarina-0>