

Olin yksin

Julkaistu 24.6.2013

Olen 40+ nainen. Olen koko nuoruuteni tykännyt juoda. Nuorena ehkä diskoissa ja vain viikonloppuisin. Kun tapasin puolisoni, alkoi alkoholin käyttö rajuna. Kertaostokset olivat aluksi suuria ja vähitellen juomisesta tuli jokapäiväistä.

Pahin mahdollinen tapahtui: viina tappoi mieheni. Olin täysin yksin. Tietysti suruuni join itekseni ja paljon. Muutin jopa toiseen kaupunkiin, mutta siellä vauhti kiihtyi aina siihen asti kun sairastuin. Tiesin, että juomisen on loputtava tai olen mieheni vieressä hyvin pian.

Join yksin ja myös yksin selvisin. En kehdannut mennä mihinkään tukiryhmään, sillä omasta mielestäni en ollut alkoholisti, join vaan liikaa. Huomasin, että haluni elää oli niin kova, että se sai minut nousemaan jaloilleen. En pitänyt juoppokavereihin yhteyttä ja sainkin olla itekseni. Kovin vähällä selvisin, koska kertaakaan en ammattiapua pyytänyt.

Olen alkoholisti lopun ikääni ja nykyisin sen voin jo myöntää. Terveyteni paha romahdus sai minut jaloilleen. Liian moni tuttavani on kuollut alkoholiin. Aloin harrastaa liikuntaa ja syömään hyvin. Terveyteni alkoi mennä parempaan päin ja sairaus jäi muistoksi.

Jälkeenpäin olen hyvin usein ajatellut, kuinka lähellä kuolemaa olin. Kuinka moni olisi auttanut jos olisin apua pyytänyt? Moni läheiseni ei edes tiennyt kuinka paljon join. Sen sain hyvin salattua. Ihan ensimmäinen asia minkä tein oli, että katkaisin välit juoppokavereihin kertomalla että nyt tää likka haluaa raitistua. Ne nauroivat mulle, mutta en välittänyt.

Mulle ei oikeastaan tehnyt edes tukalaa lopettaa, koska olin jo niin huonossa kunnossa että join ja itkin, makasin ja itkin ja välillä kävin kaupassa. Olen ollut nyt 7 v. raittiina ja ihme ja kumma, ei ole kertaakaan tullut eteen tilannetta jossa olisi alkanut tekemään mieli juoda.

Olen nykyisin niin iloinen ja onnellinen, että kävellessäni kaupungilla alkaa naurattaa. Ihan vain se että saan elää. Jos juomista ei yksin voi lopettaa kannattaa hakeutua hoitoon. Jälkeenpäin ajatellen olisin senkin kestänyt. Silloin vain häpesin itseäni. Elämä on ihanaa, kun sitä katsoo selvin päin. Huomaa pienet ilon aiheetkin. Minä join rajusti yli 10 v. jolloin vain muutama selvä päivä tai pari mahtui väliin.

Nimimerkki:

Linnut ovat kauniita nykyisin

link

Lähde verkko-osoite: <https://paihdelinkki.fi/fi/tarinat/lue-tarinoita/alkoholi/olin-yksin>