

Mijn leerzame dagboek

Spinner

Auteur: Spinner
Coverdesign:
ISBN:
© Spinner1976

Ik ben op

Na een vervelende, confronteerde week op het werk ben ik op. Het minder drinken ging redelijk, was nog niet goed, maar zoals gezegd redelijk, volgens mijn perspectief dan. Ik greep naar de fles(sen) op zondag 8 december 2019, verzamelde moed om een correcte en eerlijke klacht in te dienen richting mijn huidige werkgever en verloor het daarna van mezelf.

Zoveel gedachten, zoveel gevoelens, zoveel herinneringen, ik pakte mijn telefoon en meldde mij per app ziek bij mijn nieuwe leidinggevende. De volgende dag, wakker wordende op de bank, zie ik de nog halfvolle fles rode wijn voor mij staan. Ik besluit om dit op te drinken. Vervolgens pak ik de laatste volle fles die ik nog in mijn kast heb staan. Ik besluit om ook deze leeg te drinken.

Het resultaat.....ik weet het niet zo goed meer eerlijk gezegd. Weet dat ik mijn broer gesproken heb, weet dat mijn ouders er ineens waren en klaar. Het licht in mijn hoofd was uit.

De volgende morgen, dinsdag 10 december 2019 met mijn ouders naar de huisarts. Zoveel mogelijk geprobeerd uit te leggen, maar ja, wat valt er nog uit te leggen. Emotie wordt mij regelmatig teveel. Ik heb dan geen rem m.b.t. alcohol gebruik, als de rem er af is, is hij er goed af. Gokken, liegen, huilen, drinken, gokken, huilen, drinken en zo boos op mezelf en wie zich dan met mij bemoeit of bemoeien wil, krijgt te maken met mijn andere kant, mijn boze kant. En dan de schaamte.

Anyway, nu kwam voor het eerst het gevoel dat het maar eens tijd wordt om het probleem aan te pakken. Mijn omgeving gaat er aan kapot, maar ik nog meer. Het bezoek aan de huisarts resulteerde in een aanmelding bij Verslavingszorg Noord Nederland, ook wel VNN genoemd. De verwijsbrief had ik dezelfde dag nog in mijn mailbox.

Echter, de volgende dag het telefoontje van de huisarts. Sorry, VNN verwijst je naar Tactus, dit heeft te maken met regio-grenzen etc. Ik woon op een punt van drie provinciën, vandaar. Ook deze doorverwijzing stond dezelfde dag nog in mijn mailbox en dezelfde middag nog gebeld door een senior verpleegkundige van laatstgenoemde. Afspraak gemaakt voor donderdag 12-12-2019. Uiterekend op die datum, de dag dat mijn leven zou stoppen volgens de zeden recherche.

Aanvankelijk zou ik daar om 14.00 uur moeten zijn, maar een gepland bezoek aan de oogarts viel uit. Ik besloot Tactus te bellen en mijn afspraak naar voren te halen, je kunt het maar gehad hebben i.p.v. wachten en er meer en meer tegenop zien. Het was rond 10.30 uur en was om 11.00 uur welkom in Zwolle. Met zijn 3-en de auto in en gaan.

Na veel uitleg vanuit de behandelend verpleegkundige en mijn kant van het verhaal de eerste controle al. Blaastest, deze was 0,0 dus goed. Slaap al een paar dagen bij mijn ouders uit zelfbescherming en hiermee ook rust voor hen dus extreem drinken gebeurt nu niet.

Bloeddruk is in Zwolle gemeten, deze is helaas te hoog. Na afloop van het eerste 1 1/2 uur durende gesprek een vervolg afspraak gemaakt voor volgende week donderdag 19 december 2019 10.30 uur en de laatste controle. Bloedprikken in het ISALA ziekenhuis voor c.a. 32 onderdelen.

Het idee nooit meer een wijntje te drinken, althans voorlopig heel lang niet meer benauwd me soms, maar als ik dan weer flink in en rondom het huis bezig ben is dat gevoel weer weg. Ik weet dat het nodig is, ik weet dat ik zal moeten gaan leren om te gaan met emoties in plaats van ze weg te drinken en niet te hoeven voelen.

Dat gaan ze me leren in Zwolle vanaf 7 januari 2020. Ik heb besloten voor die tijd, na oud en nieuw, geen druppel meer aan te raken. Als ik het gisteren in huis had gehad, weet ik zeker dat ik het weer had gedaan. Maar goed, is niet gebeurd, heb niets in huis, wil ook niets meer in huis. Vertrouw mezelf nog lang niet.