

Guten Tag

Mein Name ist Thomas K. Habe im Dezember 2013 beschlossen, dass es mit meinem Alkoholkonsum so nicht weitergehen kann und besuchte meinen Hausarzt. Dieser überwies mich zur stationären Entgiftung ins Krankenhaus. Er legte mir auch nah, über eine Entwöhnungstherapie nachzudenken. Damals für mich undenkbar. Während meines Aufenthaltes im Krankenhaus, also während meiner Entgiftung, kam es dann zur Kontaktaufnahme mit einer Mitarbeiterin der Suchtberatung. Im Laufe der Gespräche konnte ich dann überzeugt werden, diese Therapie zu beantragen, welche dann auch genehmigt wurde. Eine Entscheidung die ich wahrlich nicht bereue.

Dort erfahre ich dann über die Möglichkeit der Nachsorge. Die Entscheidung daran teilzunehmen fiel mir nicht schwer. Denn unter anderem habe ich gelernt, beim Umgang mit der Krankheit, dass es unter Umständen nicht reicht, sich zu entgiften und an einer Entwöhnungstherapie teilzunehmen. Drauf bleiben. So sehe ich das. Und dafür ist die Nachsorge ideal.

Mir hilft sie auf dem Weg in eine

glückliche Abstinenz.

Mittlerweile sehe ich das Ganze unter anderem auch als einen nie endenden Lernprozess. Ist schon erstaunlich, wie viel man immer noch über sich und andere lernen kann, wenn man bereit dazu ist. Spaß macht mir das auch noch in unserer Gruppe.

Also dann. Traut Euch. Nehmt an der Nachsorge teil. Es hilft.

Grüße Thomas