

Det er blevet nemmere at leve



Thomas er en ung, hårdtarbejdende mand, som bor i Skive Kommune. Thomas har drukket, siden han var teenager, og valgte efter en periode med selvmordstanker at gå i behandling for sit misbrug hos Rusmiddelcenter Skive.

Her fortæller han sin historie:

Jeg kan ikke sige lige nøjagtigt, hvornår jeg blev alkoholiker. Men jeg begyndte at drikke ligesom alle andre i Folkeskolen, i 9. eller 10. klasse. Og som 18 eller 19-årig, blev det hver dag. Dengang havde jeg ikke penge til at sidde på værtshus, så det var jo ikke 15 øl om dagen, men jeg begyndte langsomt at tjene mere og mere, og så steg forbruget ligeså langsomt. Lige pludselig sidder

man ikke på værtshus mere, så kan man sidde hjemme og drikke for sig selv. Og når man begynder på det, så køber man øl ved købmanden eller fra Tyskland, og så er det billigere, og man kan drikke lidt mere.

Der er ikke nogen i min omgangskreds, der er i tvivl om, at jeg har drukket utrolig mange øl igennem livet. Det er ikke noget, der kommer som en overraskelse for nogen. Det har jeg aldrig lagt skjul på...

Jeg er lavt uddannet fabriksarbejder, og der er det jo meget normalt, at man tager en fredagsøl. Det er blevet mindre nu, men hvis du går ti år tilbage, så betød det ikke noget, at man tog en bajer i middagspausen. Det første firma, jeg arbejdede for, der tog vi en bajer i middagspausen. I dag er det anderledes, det må man ikke nogle steder længere.

Hver eneste morgen, når jeg skulle på arbejde, døjede jeg med tømmermænd. Jeg har altid døjet meget med tømmermænd. Jeg har nogle kammerater, som drikker utrolig meget, de har aldrig tømmermænd. Det har jeg altid døjet med, bare 6-7 øl, så kan jeg mærke det i hovedet bagefter.

Når jeg havde ferie, så drak jeg endnu mere. Jeg stod op kl. 7 og tog den første bajer, og så drak jeg, indtil jeg skulle i seng. Det var min sommerferie.

En uge før jeg henvendte mig på Rusmiddelcenteret, var der en dag i sommerferien, hvor vejret var godt, og den sommer havde vi simpelthen ikke sommer. Men så var der lige en dag hvor det var godt vejr, hvor jeg skulle ud at slå mit græs. Jeg stod og tænkte, at det blev godt vejr, og jeg skulle have slået græs, jeg tog lige en øl, og kiggede ud af vinduet. Jeg skulle lige have en øl til, og så lige en til og en til. Inden jeg fik taget mig sammen til at rejse mig op, og kom ud og startede min havetraktor, havde jeg drukket syv øl. Jeg skulle drikke syv øl før jeg kunne engagere mig. Det tager en halv time at slå det græs...

Jeg tænker tit, at det er utroligt så mange jobs, jeg har kunnet beholde. Også selvom jeg nogle gange er mødt beruset op på arbejde. Jeg er aldrig blevet fyret på grund af alkoholen. Jeg er blevet spurgt af en chef; "Thomas, har du drukket øl i dag?" da jeg mødte op. Men jeg svarede " Nej nej, det har jeg ikke", men jeg stank jo langt væk af alkohol.

Jeg havde på et tidspunkt en rigtig god værkfører, så mødte jeg pissefuld op på arbejde, hvor der var et eller andet problem med de varer, jeg fik leveret, og så svinede jeg ham til. Jeg tænker over i dag, hvorfor han ikke fyrede mig. Jeg må have været dygtig til mit arbejde. Det tror jeg er derfor.

Hvis jeg selv var chef, og der dukkede en mand op og svinede mig til, som var så fuld, så havde jeg fyret ham.

Jeg fandt sammen med min eks for omkring 3,5 år siden. Hun havde fat i mig mange gange og sagde "Thomas, du drikker for meget", hun ville ikke være sammen med en, der drak så meget. Men det var

den sædvanlige benægtelse. Det endte med, at hun sagde det mange gange, og det ville jeg ikke høre på. Så droppede hun mig, hun gad det ikke. Så kom jeg lidt længere ud, begyndte at drikke endnu mere, og kom så ud i noget rigtig træls med selvmordstanker.

En dag kontaktede jeg min søster, hun er det eneste familie, jeg rigtig har. Jeg skrev farvel til hende over sms. Jeg var nået langt ud og var pissefuld og gad ikke mere. Min søster og hendes mand tog fri fra arbejde, og kom og besøgte mig. De satte sig ved et bord sammen med mig og sagde, at jeg skulle søge hjælp, og at jeg havde et problem. Det vidste jeg et eller andet sted godt, og samme dag kom min eks og tog også en snak med mig. Jeg har aldrig spurgt, for det er lige meget, men jeg tror, at de har snakket sammen inden. Det var det, der fik mig overtalt til at gå i behandling.

Ham manden, jeg købte øl af, han er selv gammel alkoholiker. Han sagde, at han kunne hjælpe mig og køre mig på Rusmiddelcenteret, det havde han selv gjort for 8 eller 9 år siden. Så han ville godt hjælpe mig i gang med behandlingen. Men det kunne jeg godt selv. Så en mandag med bragende tømmermænd kørte jeg på Rusmiddelcenteret.

Det var svært at tage den tur op af trappen. Det kan virke som et nederlag at gå herop og fortælle, at man drikker for meget.

Men jeg fik en vældig positiv velkomst, og så kom jeg i gang. Men jeg gik også og havde det ad helvede til. Det gjorde jeg virkelig. Det var virkelig slemt den sidste måneds tid.

Jeg kom ind til konsulenten, (navnet er fjernet, red.) og uden hende, havde jeg ikke klaret det. Hun er utrolig dygtig til at snakke med mig. Der er sådan en dejlig ro, når man kommer ind og snakker med hende. Jeg synes, at man kan mærke, at hun går op i det og interesserer sig for den person, der er der. Det giver en form for tryghed, og jeg har det godt med at snakke med hende. Jeg ved jo godt, at der er tavshedspligt, men jeg føler også virkelig, at den snak vi har, den bliver derinde. For mig betyder tryghed meget, når man skal tale om det her. Uden hende havde jeg ikke siddet her ædru.

Jeg troede ikke, at man bare kunne troppe op og få hjælp. Men når man først kommer herop, så kører det jo egentlig så nemt bagefter.

I starten gik jeg til samtale en gang om ugen, og da jeg fik det lidt bedre, blev det en gang hver 14. dag, og til sidst en gang om måneden. Og det er gået rigtig godt. I starten blev det nødt til at være en gang om ugen, der skulle det holdes ved lige hele tiden. Det er jo der, det er sværest.

Ligesom når man stopper med at ryge, sådan havde jeg det med øl. Hver dag efter arbejde tog jeg hurtigt hjem, satte mig ved bordet og tog en smøg og en øl. Sådan har det været i 10-15 år, og så skal man til at vænne sig til ikke at gøre det – det er altså svært. Det er nok svært at forstå, når man ikke har været der. Men det er virkelig svært.

Dengang jeg drak, kunne jeg godt lade være at spise en hel weekend. Efter rundstykket i 9-pausen om fredagen, spiste jeg ikke igen før mandag på arbejde. Så fik jeg kun bajere og cigaretter i weekenderne. Før gik jeg også meget tidligt i seng, jeg var træt efter en arbejdsdag og ti øl. Men jeg døjede med at vågne flere gange og få tømmermænd i løbet af natten. Så når jeg mødte på arbejdet, var jeg meget træt. Det er ikke helt det samme mere. Nu går jeg i seng ved 22-23 tiden, og så har jeg jo ikke tømmermænd, når jeg vågner. Jeg er stadig lidt morgensur, men meget mere frisk. Før, når jeg mødte kl. 6, var det ikke før til middag, at jeg begyndte at blive menneske igen.

Jeg har altid ment, at jeg ikke havde et problem. Det var tabere og svagpissere, der skulle have hjælp til at stoppe.

I dag er det jo en fornøjelse ikke at have det ad helvede til, når man skal på arbejde. Alt er blevet mere overskueligt, og psykisk har det gjort en kæmpe forskel for mig at stoppe med at drikke. En uhyggelig stor forskel. Jeg var nærmest i en depressionlignende tilstand og havde selvmordstanker og den slags. Efter jeg er holdt med at drikke, er jeg blevet mere positiv. Alting ser ikke så uoverskueligt ud.

Thomas er efter en periode med antabus og samtaler på Rusmiddelcenteret helt ædru i dag. Han hjælper andre mennesker, når de henvender sig til Rusmiddelcenteret, ved at fortælle sin historie, hvis de er utrygge ved at skulle starte i behandling.