

**Ольга Волошина**

**Как выжить  
с алкоголиком**



18+

# Ольга Волошина

## Как выжить с алкоголиком

*[http://www.litres.ru/pages/biblio\\_book/?art=66955443](http://www.litres.ru/pages/biblio_book/?art=66955443)*

*SelfPub; 2021*

### Аннотация

Затяжные праздники и долгие застолья приводят иногда с проблемам со здоровьем. Думается, чаще это случается с мужчинами. Должна ли что-то предпринять спутница жизни, и что ей доступно и безвредно для здоровья заболевшего?

# Ольга Волошина

## Как выжить с алкоголиком

Впервые столкнувшись с запойным мужчиной во время критического периода, я пришла в неопишуемый ужас. Во второй раз уже сработало автоматическое выключение душевно-болевых центров. Вот в третий раз захотелось расставить всё по полочкам и с привычным оптимистическим подходом к житейским неприятностям наметить пути решения проблемы, коль скоро она возникла и рассасываться самостоятельно не желала. По некотором размышлении пришла в голову светлая мысль: а ведь кому-нибудь это может пригодиться.

Итак, *шаг первый* жены алкоголика по факту наступления запоя у этого последнего. Можно просто избавиться себя от его дальнейшего присутствия одним из следующих гуманных способов:

а) Сдать его близким родственникам, если они имеются в наличии и этот хитрый манёвр удастся. И пусть они потом сами с ним мучаются сколько угодно.

б) Развестись с обменом квартиры и оставить протрезвляться в одиночестве на автономной жилплощади. Способ волокитный, долговременный, но радикальный.

в) Передать его как эстафету другой, более одинокой и терпеливой женщине. Если мужчина хоть что-то из себя ещё

представляет, его всегда можно честно передать в хорошие руки. Способ не самый простой, но *просто-очень-гуманный*.

г) Забрать свои вещи – и уйти навсегда. При условии, что у вас есть отдельная собственная квартира. Способ самый лёгкий, но не радикальный. Если вы не покинете страну проживания самого «пострадавшего», то после протрезвления вас могут забрать назад. Со слезами, уговорами и обещаниями «раз и навсегда покончить с этой дрянью». Во всяком случае, попытки будут предприниматься настойчивые и изощренные.

Следует учесть, что у всего вышеперечисленного есть один существенный изъян: следующий муж тоже может отказать алкоголиком, от этого ничем нельзя застраховаться. На первый неопытный взгляд алкоголизма обычно не видно. И что тогда, больше замуж не выходить?

Так что если близкий вам алкоголик дорог вам как... ну просто как-нибудь дорог, то тогда – *шаг второй*.

Удалите из помещения всех посторонних: помощников, доброжелателей, родственников и знакомых. Домашних животных можно оставить. Затем в одиночку примите ряд следующих мер для протрезвления или хотя бы появления проблеска сознания:

а) Постарайтесь уложить объект спать, для чего уговаривайте, дайте выпить чаю с молоком, включите приятную музыку. Только не предлагайте снотворного и успокоительно-го: действует неэффективно, а помереть человек может за-

просто.

б) Если объект уснул сам или удалось его усыпить безопасными средствами, то дальше следует удалить из дома абсолютно все запасы спиртного. И торопитесь: пьяный сон нервный и непродолжительный. Если запой не первый, то запасы могут быть в самых неожиданных местах: в шкафах между бельём, на полках за книгами, в стиральной машине – в любой ёмкости и за всякой загородкой вроде тяжёлой складчатой шторы. Найденные резервы следует отнести к соседке, с которой у вас сложились нормальные приятельские отношения. Если такого человека нет поблизости, вылейте безжалостно всё в унитаз и немедленно выбросьте в мусоропровод освободившуюся тару. Это для того, чтобы не было скандала. А потом упорно придерживайтесь версии, что вы никогда ничего такого не видели, и всё давно уже выпито самим объектом. «Ну и выпила я в нервах пару рюмок коньяка, больше там всё равно не было». И не жадничайте! Лучше лишиться литра-другого дорогих напитков, чем угробить здоровье – своё и объекта.

в) Если уложить поспать не удалось, то первые два пункта временно пропускаем и переходим к массажированному воздействию оздоровительными процедурами. Делайте всё решительно, не вступая в дискуссии. Но и не злитесь, не повышайте голоса. Помните, что перед вами больной человек в самом критическом состоянии. Он не осознает своих действий и слов, и вряд ли сможет вспомнить, что с ним проис-

ходило, когда придёт в нормальное сознание. Крика, просьб и прочих голосовых словесных способов воздействия он не воспринимает. Мозги у него просто заклинило на чём-то одному ему понятном и только в этом теперешнем состоянии.

Так вот о процедурах. Идеально было бы доволочь его до ванной и уговорить встать под душ. Дальше все просто: льёте то холодную, то горячую воду на объект, стараясь особенно обильно поливать голову. Процедура должна быть достаточно длительной, так что не обращайтесь внимания на жалобы. Если объект интеллигентен в трезвом виде, то и в пьяном он на вас руку не поднимет. А если – нет, то я бы лучше избавилась от него одним из гуманных способов. (См. *шаг первый*).

Если не удалось этого типа раздеть, поливайте прямо в одежде. Потом разденете и разотрёте полотенцем. Если не удалось затолкать его в ванну, то суньте под душ хотя бы голову. После водных процедур дайте сладкого чаю, можно с лимоном. После этого он почти наверняка уснёт, и вы сможете вернуться к пунктам а) и б).

г) Пока объект будет спать, постарайтесь запастись набором антипохмельных средств. Так как, проснувшись, он будет жестоко страдать от похмельного синдрома. Годится рассол, жирный и острый бульон, вообще любой наваристый суп. Из горячих блюд особенно хороши борщ и рассольник. Можно сварить жидкое блюдо на скорую руку из бульонного кубика и овощного набора борща замороженного. Если и этого нет, то в любое первое блюдо добавьте рассол.

Годятся также чай, отвары трав, шиповника. Ещё одно радикальное средство: взбейте два сырых яйца, разведите стаканом рассола и добавьте щепотку перца. Эта адская смесь выпивается залпом и очень облегчает состояние. Короче говоря, необходимо снять головную боль и промыть отравленный организм.

д) Если результат близок к нулю, а объекту удалось найти немножко спиртного и усугубить своё положение, то плюньте и сделайте вид, что вам все пофигу, и вы уходите к подружке. Или в самом деле уйдите. Но ненадолго. Оставлять его одного опасно.

Если этот ад продолжается больше двух дней, то скорее всего придётся вызывать нарколога. Иначе вы озвереете от недосыпания, так как во время запоя, естественно, нарушился сон: мужчина теперь путает день с ночью. И вам спать не даёт.

е) Если в вашей жизни такие вещи случаются чаще одного раза в год, то лучше иметь знакомого нарколога, которого можно вызвать на дом. Клиника обойдется вам не в пример дороже, но там всегда найдется добрая душа, которая сбегает за бутылочкой пива.

ж) Если вы хотите выйти из этого навсегда или почти навсегда, оставаясь, тем не менее, на одной жилплощади с объектом, постарайтесь найти врача-нарколога или психолога, непременно мужчину, который сможет доходчиво объяснить больному, что алкоголизм неизлечим и малой дозы спиртно-

го для него не бывает. Безопасна только нулевая. Вам он не поверит. Кроме того, сам алкоголик себя никогда таковым не считает.

Жене алкоголика следует помнить, что она живет с большим человеком, а не с законченным подлецом. И не впадать в уныние. Иначе: смотри: *шаг первый*.

\*\*

Утро, час уже поздний, а я без сил не могу даже ноги с кровати спустить. А вот и он принёс из кухни только что сваренный кофе и с самой тёплой улыбкой протягивает чашку измученной мне. Уф-ф-ф! Неужели всё это мне померещилось?