

Mijn herstel: dit keer is het anders

Ik ben nu 25 jaar. Op mijn 17^e ben ik begonnen met het gebruik van GHB. Het begon eigenlijk met mijn ex-vriend, die destijds verslaafd was. Ik was nieuwsgierig en wilde weten wat hij precies voelde. Mijn eerste keer GHB vond ik geweldig, ondanks dat het erg smerig smaakte. Mijn toenmalige vriend vond me onder invloed gezelliger en spontaner. Ik ging in de weekenden gebruiken en leerde meer gebruikers kennen. Maar na een tijd ging ik het ook doordeweeks en overdag gebruiken. Het gaf me energie en zelfvertrouwen.

Ik raakte verslaafd en had het inmiddels nodig om te kunnen slapen. Ik kon nergens meer heen zonder mijn flesje GHB mee te nemen. Ook was ik inmiddels verslaafd aan cocaïne. Dat gebruikte mijn ex-vriend ook, ik kreeg alleen aandacht van hem als hij cocaïne had gebruikt. Ik ging het steeds vaker halen en probeerde zo ook minder GHB te gebruiken.

Ik heb meerdere suïcidepogingen gedaan en opnames gehad. Maar ik slaagde er niet in om abtinent te blijven. Zonder middelen was ik energieloos, depressief en raakte ik in een sociaal isolement. Ik denk nu dat ik steeds terugviel omdat ik er nog niet 100% achter stond om echt te stoppen en omdat ik nog suïcidaal was.

Inmiddels ben ik al 8 jaar lang verslaafd. Sinds twee maanden ben ik opgenomen op de dubbele diagnose afdeling van GGzWNB. Dit keer is het anders en wil ik er echt voor werken. Ik zie nu pas wat de schade van mijn gebruik eigenlijk is. Ik ben mijn werk kwijt, heb schulden en sta onder bewind, mijn familie heeft afstand genomen na alle keren dat ze me bijna kwijt waren en ik telkens in het ziekenhuis lag. Ik heb geen vrienden meer, want alle mensen met wie ik omging die zitten nu nog in gebruik. Dus daar heb ik afstand van moeten doen. Ik heb geen nuttige daginvulling, eet en slaap slecht. Ik heb mezelf echt verwaarloosd.

Ik zit nu midden in mijn herstel. Dit keer wist ik dat ik er voor moest gaan, omdat ik niet lager kon zakken. Ik ging ver over mijn grenzen om aan geld voor drugs te komen. Mijn zelfbeeld is hierdoor erg laag en ik besef nu pas hoe slecht het met me ging. Langzaam krijg ik nu weer contact met mijn ouders. Ik ben dit keer heel open en eerlijk geweest en dit was ontzettend moeilijk, maar wel nodig. Het vertrouwen moet herstelt worden, maar hier zal enige tijd overheen gaan. Ik ben van 19 pillen medicatie op een dag helemaal afgebouwd naar nog maar 5 pillen. Daardoor ervaar ik veel emoties en ook daar moet ik mee om leren gaan.

Ik ben aan het kijken wat er kan rond begeleid wonen en start langzaam weer met dagbesteding. Alles kost me veel kracht en energie, maar toch ben ik blij dat alles weer begint te lopen. Ik weet dat ik er elke dag voor moet blijven vechten, want terugval ligt altijd op de loer. Wetende dat als ik zo doorga, ik mijn familie weer terug kan krijgen, houd me gemotiveerd. Ik wil mijn leven weer op de rails krijgen, kost wat het kost. Dit keer ga ik ervoor.