

せりがや通信第14号

神奈川県立精神医療センターせりがや病院

薬物依存症者の治療

外来患者様の回復へ向けて

診療科部長 遠藤 桂子

今回は、外来通院を再開し、回復へ向けて歩き始めた事例を紹介します。

< 当院受診までの経過 >

「中学1年時、父親が急死。母親に育てられた。中学2年時友達に誘われてシンナー乱用。最初は、集団吸引だったが、単独吸引もするようになった。高校に進学するも、1年時、喫煙し停学、2年時、暴力沙汰を起こし、退学処分となった。その後、定時制高校に再入学するも、校則違反を繰り返し、自主退学。アルバイトを転々とする日々。この頃、すでに、中学時代の友人は、シンナー乱用をやめていたが、本人は単独吸引を続けていた。大麻やブロンも何度か乱用した。19歳時、バイト先の先輩から覚せい剤をすすめられ、初めて使用した。お金がかかるため、シンナーと併用していた。25歳時、シンナー吸引中、2回の逮捕、罰金刑となり、以後、シンナー乱用は止めたが、覚せい剤乱用は続けていた。

28歳時、覚せい剤注射後に家を飛び出し、路上で大声を出しているところを警察に保護され、措置入院、2ヶ月で退院。その後も乱用を繰り返していた。30歳時、本人の断薬を祈っていた母親は、失意のうちに病死。叔父夫妻が、生活面の相談にのってくれていたが、幻覚妄想に伴う異常言動による精神病院入退院を繰り返し、また、叔父宅に押し入って暴れるなどの問題行動に困り果て、37歳時、これ以上問題を起こせば縁を切るとの条件で、叔父夫妻が当院を受診させた。時々「来いよ」「殺すぞ」といった幻聴や幻視があるという彼の訴えに対し、向精神薬を処方。覚せい剤依存症、薬物性精神病であること、幻聴や幻視は一時的に消失していても、覚せい剤乱用や飲酒、睡眠不足などにより、フラッシュバックとして、同様の症状が出現することを説明し、今後は覚せい剤を使用しないこと、定期的通院の必要性、服薬などを約束した。当時、生活保護を受けていたが、数回の通院で中断してしまった。その後、友人を頼って、関西地方に行ったが、未服薬、飲酒したところ、幻聴にあやつられ、線路に飛び込み、措置入院。退院後、横浜に戻り、簡易宿泊所に居住。

< 治療再開 >

再び、彼自身が当院を受診し、服薬を開始。覚せい剤使用はやめ、自助グループに通うようになった。定期的に服薬を続けていても、時々他人に誘われて飲酒してしまい、幻覚が出現。「苦しい、こわい、つらい思いをする」と彼は、今、これまでの生活を本気で後悔し、回復の道を探っている。

< 治療者の一言 >

やっと横浜に戻り、回復へ向かって歩き始めました。しかし、一人の力は弱く、回復にはエネルギーが必要です。外来治療を継続しながら、自助グループへ参加し、「どのようにして薬物を使用し始めたか、薬物によってどのようなことが自分に起きたか、薬物を使用しないためには何が必要なのか、などを学ぶことが、本人の回復への力を深めることにきっとなると思います。薬物を使用しない自分へ変わっていけることを信じこれからも治療は続けます。

夏バテ対策の食事

～栄養士からのメッセージ～

今年の夏は猛暑が続き、じっとしていても汗が流れてきて疲れたり、寝苦しさから睡眠不足になったり、暑さのため食欲不振になったりと、この時期体調を崩す方も多いと思います。

食事の面では、ついつい冷たくて口当たりの良い食品を選びがちになってしまいます。でも、食欲がないからと言って食事を抜いたり、好きな食品ばかりを食べていると栄養のバランスが偏り体力をさらに落としかねません。特に朝食は1日の活力源です、必ず食べるようにしましょう。栄養面での夏バテ対策としては、暑さで体温が上昇するとビタミンB1の消費量が増えることから、ビタミンB1を積極的にとることが効果的です。ビタミンB1を多く含む食品は、**豚肉、うなぎ、ごま、大豆**などです。また、**ビタミンCも体力の回復に有効**です。**野菜や果物**なども積極的に食べるようにしましょう。

また、食事以外の夏バテ対策としては、規則正しい生活と適度な運動、十分な睡眠をとることが大切です。食事と生活のリズムに気をつけて楽しく元気な日々を送りましょう。

<アルコール家族教室のご案内>				<薬物依存症の家族教室のご案内>			
Aは医師、B=担当はソーシャルワーカー・臨床心理士、C=担当は看護師です。				<特別講座予定> ダルクの活動と体験談 薬物依存と家族			
開催日程と担当				開催日程とテーマ			
9月 1日(土)	B	11月 1日(木)	C	9月 13日(木)	1	薬物依存症とは	
9月 6日(木)	C	11月 15日(木)	A	9月 27日(木)	2	否認の心理	
9月 20日(木)	A	12月 1日(土)	A	10月 11日(木)	3	自分自身を振り返る	
10月 4日(木)	A	12月 6日(木)	B	10月 25日(木)	特別講座 「薬物依存と家族」		
10月 6日(土)	B	12月 20日(木)	B	11月 8日(木)	1	薬物依存症とは	
10月 18日(木)	B	1月 5日(土)	C	12月 13日(木)	3	自分自身を振り返る	
アルコール家族教室は、アルコール依存症の知識や特質について学び合い、適切な関わり方を共に考えていくことを目的としています。 A・B・C それぞれの立場から上記日程で開催いたします。(当院を受診していない患者様のご家族も参加できます) 参加方法 予約なし・無料です。 開催時間 土曜日=午前10時30分～12時 木曜日=午後1時30分～3時30分 (但し、祭日はお休み) 場 所 せりがや病院2階デイ・ケア室				薬物依存症家族教室では、シンナー、覚せい剤、麻薬、大麻、処方薬などの薬物依存(中毒)についての知識や薬物依存症の特質について学び合い、適切な関わり方を共に考えていくことを目的としています。 <u>1薬物依存症とは</u> 、 <u>2否認の心理</u> 、 <u>3自分自身を振り返る</u> 、 <u>4家族の変化・本人の変化</u> の4回シリーズです。どの回からでも参加できますが、4回通してご参加いただくことをお勧めしています。(当院を受診していない患者様のご家族も参加できます) 参加方法 予約なし・無料です。 開催時間 第2、第4木曜日午後1時30分～3時 (但し、祭日はお休み) 場 所 せりがや病院 2階デイ・ケア室			

お知らせ

土曜日のアルコール家族教室は午前10時30分～12時です。(時間を確認の上お越しください)

外来診療(新患・再来)は予約制です。
 予約変更は平日の午後2時～4時にご連絡ください :045(822)0365

〒233-0006 住所 神奈川県横浜市港南区芹が谷2-3-1
<http://www.pref.kanagawa.jp/osirase/byouin/seisin/index.htm>

発行所 神奈川県立精神医療センター せりがや病院 編集委員