

# せりがや通信第2号

神奈川県立精神医療センターせりがや病院

## 依存症について（1）

依存症とは、特定の物質の摂取や特定の行動に対する欲求がコントロールできないことにより、身体・精神的影響をもたらし、社会性も損なわれる病です。

薬物依存の代表は覚せい剤やシンナーですが、睡眠剤、咳止め、鎮痛剤などへの依存もしばしば見られます。お酒も依存性薬物の一つと言えますが、麻薬、覚せい剤といった強力な依存性物質に比べると、より長期の習慣的な飲酒により依存症になると言われます。

依存性薬物は好奇心や誘われてといったきっかけで始める人が多く、初めは依存などとは感じないのですが、すぐに繰り返し欲しくなり使わずにいられなくなります。「乱用」の始まりです。この欲求を薬物への「渴望」と言い、次第に量が増えていきます。これが「耐性形成」です。一部の薬物では、ある時期から使用を中断すると「禁断症状」が現われ、気分の変化や意識障害、幻覚が出現します。これが「身体依存」で、専ら「渴望」が目立つ「精神依存」と区別します。しかし、「精神依存」が軽症ということはありません。

依存症の恐ろしさは身体症状にあるだけでなく、日々の暮らしの大部分が薬物に酔っている状態か、薬物を手に入れるための行動に覆われてくることです。これを「薬物探索行動」と言います。そして、「乱用」が繰り返され「薬物探索行動」により、その人の家庭や社会生活が破壊されていきます。

「乱用」、「渴望」、「耐性形成」、「薬物探索行動」そして「乱用」のサイクルを断ち切ることができない状態、それが依存症です。自分の力だけでは逃れることが難しくなります。

しかし、自己の意思を固め、専門医療機関の援助を受け入れ、治療することにより、回復は可能です。ここでの、残る問題は「自分は依存症なんかではない。」と言い張ることです。これが「否認」と言われ、治療を妨げる依存症のこころの症状のひとつなのです。

## 特集：薬物家族教室の取り組み

家族の方がお互いの抱える問題等を話し合いながら、薬物依存の問題、症状、家族が出来ること、適切な対応など、ともに考えていく場として開催しています。

今年度は、4回、1シリーズで行っています。毎回10名程（数組）のご家族が参加されています。せりがや病院に入院又は通院されている患者さんのご家族が多いですが、受診されていない方のご家族の参加もあります。それぞれのご家族の経験や体験を生かしながら、学び合い、話し合う場になるよう、ビデオや資料、参考書などを使用し工夫しています。どの回から参加していただいても結構ですが、1シリーズを通して参加していただき、回復に向けて、何かの手がかりにさせていただけたらと思います。

## アルコール外来ミーティングの状況

毎週火曜日の午前 10 時から 11 時 30 分、せりがや病院デイケア室で実施しています。参加されている方は、せりがや病院に通院中で、担当医師が参加を勧める患者さんご家族の方です。

昨年（平成 16 年）は、50 回開催し、毎回 20～30 名の方の参加がありました。

ミーティングの前半は心理・相談科職員が担当し、毎回テーマを変え話し合いをしています。職員の司会で会を進め、話し合う点が、自助グループのミーティングと一味違うところではないかと思います。ミーティングの後半 30 分は、医師が「アルコール依存症」についての講義を行っています。この講義は 5 回で 1 シリーズになっています。参加されている方の希望で講義内容が変わったりすることもあります。

参加されている方の年代は 20 歳～70 歳代までと幅広く、中には 10 年以上も参加されている方もいます。参加を継続することは大変ですが、ご自分なりの断酒継続の習慣、日課にされ

### <アルコール家族教室のご案内>

8 月 4 日（木）①アルコール依存症について  
8 月 6 日（土）②アルコール依存症について  
8 月 18 日（木）③家族の対応  
9 月 1 日（木）④家族の対応  
9 月 3 日（土）⑤入院生活について  
9 月 15 日（木）①アルコール依存症について  
\* 5 回 1 シリーズで行っていますが、どの回からでもご参加いただけます。  
上記について行いますのでご参加ください。  
時間：午後 1 時 30 分～午後 3 時 30 分  
場所：せりがや病院 2 階デイケア室

### <薬物家族教室のご案内>

8 月 11 日（木）①薬物依存症とは  
8 月 25 日（木）②否認の心理（本人の心理）  
9 月 8 日（木）③自分自身を振り返る  
9 月 22 日（木）④家族の変化・本人の変化  
\* 4 回 1 シリーズで行っていますが、どの回からでもご参加いただけます。  
上記について行いますのでご参加ください。  
日時：午後 1 時 30 分～午後 3 時  
場所：せりがや病院 2 階デイケア室

### 次号のお知らせ

「薬物が身体に及ぼす害」を掲載します。

## 外来診療のご案内

新患は時間予約制です。受診の際は、必ず電話予約の上ご来院ください。

電話番号：045（822）0365

〒233-0006 神奈川県横浜市港南区芹が谷 2-3-1

<http://local.kanagawa.jp/osirase/byouin/seisin/index.htm>