

せりがや通信第5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（4）＜薬物依存症とは＞

薬物依存症に関連する事柄は、依存性薬物の存在、それを乱用すること、その薬剤の摂取をやめられなくなること、急性・慢性中毒による身体・精神症状を呈すること、その薬剤を手に入れようと様々な問題行動を引き起こすことなど多彩な側面をもっています。

依存性薬物の代表はヘロイン、モルヒネなど麻薬系の薬物ですが、現在の日本では覚せい剤による依存症がもっとも大きな課題です。これらは、コカイン、マリファナ、合成麻薬などとともに違法薬物であり、厳しく取り締まられています。ほかに脱法ドラッグといわれる薬物の化学構造を少し変化させたものも数多く出回り、大きな問題となりつつあります。若年者では安価で入手しやすい有機溶媒（シンナーや接着剤など）が世界的に蔓延しており、これらは、しばしば脳や末梢神経の障害を引き起こします。さらに慢性的な精神症状から社会適応できなくなることも少なくありません。また、シンナー遊びから覚せい剤依存に移行することも多く、他の脱法ドラッグやマリファナなどとともに非常に危険です。

薬物依存症の問題は、薬物を作る者（現在は外国がほとんどです）、密輸し売りさばく者、所持し使用する者を厳重に取り締まり、社会から違法薬物を排除すること、小学校のうちから薬物の害を教え、薬物の使用を予防すること、薬物依存症の患者を治療し社会復帰を図ること、つまり、司法・警察・行政、教育、医療の密接な協力なくしては解決が難しいのです。薬物依存症の治療には、大変な労力と時間を要します。それでも十分な健康を取り戻せる保証はありません。まず、身の回りの地域社会から厳しく違法薬物を排除し、一人ひとりが断固としてそれらを使用しない、させないことが問題解決の第一歩です。

特集：渴望症状の看護

渴望とは「薬物・アルコールを使いたくなり、イライラと落ち着かず、集中力の欠けた状態」をいいます。その症状は断酒・断薬後 3～4 週間頃が一番強く現われる時期です。理由もわからずイライラし、不眠がちとなり、心の動揺が強く、人によってはその後も何度か出現します。

入院して 1 ヶ月が経過すると、身体症状も回復し精神的にも落ち着き、過去の自分を振り返り、断酒・断薬の意志を強く持つ事ができるようになります。

当院では、この時期に「外出・外泊」を開始し、断酒・断薬に立ち向かう患者さんの意思を確認します。私たち看護師は、個々の患者さんが抱えている心の葛藤や動揺を受け止め、患者さんとの信頼関係を築くことを大切にしています。そして、断酒・断薬生活が続けられるように、医師・ケースワーカーとも連携をとり、患者さんが自分自身の持つ問題を整理し、具体的な方法が見つかるように支援しています。



入院集団精神療法:入院集団精神療法(グループミーティング)について

せりがや病院の治療プログラムでは、毎週水・金曜日の午後は入院集団精神療法を心理・相談科が担当し、11のグループに分けて行っています。まず、13時(14時30分迄)からアルコール依存症患者さんの集団精神療法が始まります。初診時に面接でお会いした心理・相談科職員(ケースワーカー)のグループに所属していただきます。水曜日は男女混合4グループ、金曜日は男性のみ4グループで、1グループの人数は20人前後になります。15時からの1時間は、薬物依存症患者さんの男女混合グループ、男性グループ、アルコールと薬物合同の女性グループの3グループです。

ミーティングの内容はテーマに沿った話し合い、本やビデオの活用、描画、ソフトボール、ハンドベル、ゲームなど、患者さんの年代・状況を考慮したプログラムを工夫しています。

たべものコーナー

次回は、食生活改善の具体的な方法を紹介します

平成17年9月にアルコール依存症患者さんの入院前の食事内容を調査したところ、エネルギー摂取量はアルコールの多量飲酒のため、標準より30%ほど多く、たんぱく質、脂質は個人差があるものの標準より20%ほど少なく、ビタミン、ミネラルは標準の半分程度しか摂取していませんでした。ここから見えてくる「依存症」の方の食生活は、アルコールがその中心となり、生きていくために必要なたんぱく質はかろうじて確保しているものの、ビタミン類(特にB群)やカルシウムが極端に不足している傾向があることがわかります。このようなアルコール中心の偏った食生活を長期に続けていると、体力や気力の低下はもちろん、肝臓やすい臓などへの影響が心配されます。

<アルコール家族教室のご案内>
2月2日(木) ③「家族の対応」
2月4日(土) ④「家族の対応」
2月16日(木) ⑤「入院生活について」
3月2日(木) ①「アルコール依存症について」
3月4日(土) ②「アルコール依存症について」
*どの回からでもご参加いただけます。
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>
2月9日(木) ①「薬物依存症とは」
2月23日(木) ②「否認の心理(本人の心理)」
3月9日(木) ③「自分自身を振り返る」
3月23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。
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



平成18年4月から土曜日のアルコール家族教室は10時30分~12時に変更いたします。

外来診療(新患・再来)は予約制(曜日・時間)です。

◎予約変更受付は平日の午後2時~4時にご連絡ください TEL: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