

せりがや通信第6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（５）＜治療＞

アルコールや薬物依存症の治療のゴールは、これらの物質にたよらずに毎日を過ごせる生活を取り戻すことにあります。物質依存に陥るとその生活は依存物質中心に回り、人生にとって価値のある活動がすべてうち捨てられた状態になるのです。この状態からどのように抜け出し、本来の生活を取り戻すかが依存症治療のテーマです。この道は容易ではありません。何回も失敗し、すべてを失い、つらい状況を過ごさなくてはならないこともしばしばです。そのような失敗を受容しながら依存症の治療はすすめられます。医療だけでは到底達成できません。予防が最も効果的と思われます。教育や社会環境の整備が重要になります。違法薬物の排除は行政、司法の働きが主になります。社会的な支えのすべてを失った人には福祉部門の活動に期待することが大きいです。では医療は何ができるのでしょうか。依存症の治療は、治療への動機付けから始まります。これは専門家の役割だけでなく、むしろ患者さんの周囲にいる人達の関わり合いから生まれます。本人が生き方の問題として断酒・断薬に取り組み始める気持ちになることが大事です。まず環境を整備するため、入院し断酒・断薬による「解毒」の時期が必要になります。その期間は、2週間～4週間程です。この時期は、心理的な働きかけにより身体的な健康を取り戻す時期です。断酒・断薬の生活を続けることの大切さを学ぶのがつぎのステップで依存症専門医療の役割となります。ここでは様々なタイプの精神療法が行われます。ミーティングを中心とした集団精神療法は重要な手段です。自分が依存症であることを自らの問題と受け止め、物質に依存しない生活をどのように作るかを問うていくこととなります。その実現の道筋はやはり医療だけではできません。様々な社会的資源の利用や自助グループへの導入も大切なプロセスです。治療には本人の決意と努力、様々な人達の根気強い援助が必要です。

特集：リハビリ期の看護（アルコール）

入院後、身体症状の改善・精神症状が安定する2週間を過ぎるとリハビリ病棟での治療プログラムが始まります。治療を続ける気持ちはあっても、「依存症」であることを認められない方が多く、病気の特徴である「否認」を取り除くことが大切になります。そのために、ミーティングや教育・入院精神療法等に参加していただいています。プログラムに参加し、自分自身のアルコール問題を振り返り見つめ直す場としています。断酒への意志確認や飲酒欲求時の対処方法を話し合い、1時間以内の院外散歩・買物プログラムを開始します。散歩・買物を通して、飲酒欲求がわいたときにも飲まないで帰院できることを体験していただいています。人間関係を維持することが苦手な方が多いため、規則的な入院生活や集団生活を過ごしていただき、社会生活への自立に向けた看護介入を行っています。

さらに、アルコールがらみの問題に対して本人と家族の認識にズレが生じることがあるため、医療スタッフが患者さんの家族への関わりを持ちながら、その関係を修復できるように支援して行きます。

* 次回は、社会復帰に向けた自立への支援について掲載します。

たべものコーナー



食生活の改善について（その1）

アルコール依存症患者さんの食事の問題点は、食事そのものがアルコールに支配されてしまっていることにあります。例えばこんなことはないでしょうか。「食事をするとうアルコールがまずくなるから食べない」どうでしょうか、心あたりはありませんか。さらに依存症が深刻化すると酒を飲みたいがために、生命を維持するために必要不可欠な食費を酒代にまわしてしまうという事態になります。このようなアルコールの支配から脱するためには断酒しかありません。しかし、日ごろからアルコールしか口にしていないような方は、断酒してもどのような食事を口にしたら良いのか迷われると思います。このような場合、いきなり完璧な食事を目指すとは持続しない場合もあります。はじめは栄養バランスにこだわらずアルコール以外の食品を朝・昼・夕の3回、口にするようにしてください。断酒の第一段階として人間本来の食欲を取り戻すことが何よりも重要となります。

次号に続きます

<アルコール家族教室のご案内>

担当紹介：A = 医師 B = ソーシャルワーカー臨床心理士 C = 看護師が担当します。予約なし・無料です。

B 4月1日(土)	A 4月6日(木)
A 4月20日(木)	C 5月6日(土)
B 5月18日(木)	B 6月1日(木)
A 6月3日(土)	C 6月15日(木)
B 7月1日(土)	A 7月6日(土)
A 7月20日(木)	B 8月3日(土)
C 8月5日(土)	B 8月17日(木)
A 9月2日(土)	C 9月7日(木)

*どの回からでもご参加いただけます。

木曜日：午後13時30分～15時30分
土曜日：午前10時30分～午後12時
場所：せりがや病院 2階ダイケア室

<薬物家族教室のご案内>

薬物依存とは 否認の心理 自分自身を振り返
家族の変化・本人の変化の4回シリーズです。
今年度は特別講座を開催いたしますので、是非ご
参加ください。予約なし・無料です。

4月6日(木) 4月20日(木)
5月12日(木) 5月25日(木)

特別講座 6月8日(木)『薬物依存症と家族』

6月22日(木) 7月6日(木)
7月20日(木) 8月10日(木)
8月24日(木) 9月8日(木)

9月21日(木) 10月12日(木) 特別講

座 10月26日『ダルクの活動と体験談』

日時：午後1時30分～午後3時
場所：せりがや病院 2階ダイケア室

お知
らせ

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