

よくわかる

アディクション 問題

依存症を知り、
回復へとつなげる

編者 長坂 和則
静岡福祉大学社会福祉学部 教授

へるす出版

はじめに

歴史的に医学の発展の陰には、病気によって命を落とした患者がいて、そこから原因の究明と治療の研究がなされ、薬が開発されてきました。医学が進歩したことで、多くの方々の命が助けられたという背景があります。

アディクション問題は古くから存在しています。しかしながら、アディクションについての知識や情報が十分でなかったために、適切な治療やかかわりがなされることなくアディクションが進行してしまった結果、家族が崩壊し、本人の死にまで追い込まれた人々が数多くいます。

アディクションは、その人生や生き方に影響を及ぼし、家族や周囲を巻き込みながら根深く進行していきます。さらに子どもたちに影響を与え、次の世代へと伝播し、受け継がれて、繰り返されます。

本書は、このようなアディクション問題にいち早く気づき、対応できるようになるために、アディクションの特徴やアディクション問題に対する支援について、理解しやすい構成を強く意識しました。

第1章では、アディクション問題を抱えた人のエピソードを示し、感覚的にアディクションの実際がわかるように工夫しています。第2章では、アディクションはどのようなメカニズムでどのような種類があるのかなど、アディクションのことをわかりやすく解説しています。第3章ではアディクション問題を抱える人と共に生きる家族に着目し、家族が陥りやすい状況や家族の心情などを細やかに解説しています。第4章では、そのアディクションからの回復のための道筋を、アディクション問題を抱える人とその家族の両方の角度からみていきます。そして、第5章では、アディクションの歴史を振り返り、昔からあるアディクション問題を抱える人の支援の変遷を追いながら、今後のアディクションに対する精神保健福祉の課題について述べていきます。

本書をご活用いただき、アディクション問題からの解決の糸口となれば幸いです。大切な命と生活が守られますことをこころから願っております。

平成30年8月吉日

静岡福祉大学社会福祉学部
教授 長坂 和則

Addiction

第1章 アディクションエピソード

A アルコール	2
B 薬物	8
C ギャンブル	13
D 摂食障害（過食・拒食）	16
E クレプトマニア（窃盗・万引き）	21
F 暴力・DV（加害者）	23
G 複合するアディクション問題	26

第2章 アディクションを知る

A アディクションとは	30
B アディクションの特徴	31
C アディクションの基盤となるもの	36
D アディクション問題の進行	41
E アディクションの種類	44
F アディクション問題への介入の必要性	58

CONTENTS

第3章 アディクションと家族

- A** 共依存とイネイブリング 62
- B** アダルトチルドレン 64
- C** 家族がかかわる問題と課題 67

第4章 アディクションからの回復に向けて

- A** 本人や家族への支援と方法 82
- B** 再発 89
- C** 回復を支える 97

第5章 アディクションの歴史

- A** 戦前のアルコール関連問題 108
- B** 久里浜病院での取り組み；日本初のアルコール依存症病棟の変遷 113
- C** 移り変わった自助グループ 130
- D** アメリカでのアディクションの歴史 133
- E** アディクション問題と精神保健福祉の課題 137

第 1 章

アディクション エピソード

A

アルコール

気がつくとオヤジと同じ飲み方になっていた

精神科病院には、昔、父親がアルコール依存症で入院するときに連れられて行ったことがあった。大人になり、酒と出合った。ごく普通の飲み方だったが、酔うことが心地よくなっていった。会社の飲み会では毎回楽しい酒だったが、妻から飲み方が父親に似てきたと指摘され不愉快だった。オレはオヤジとは違う！ 一緒にするな！ とその気分のイライラからまた酒を飲むようになっていった。



酔うとなぜか不快な気持ちが湧いてくる

疲れたときの1杯…うまい酒を飲むところが落ち着く。しかし、酔うにつれ、だんだん不快なことはばかり浮かんでくる。自分を理解しない、わかってこない上司や会社に対しての不満、そして家族への不満などが湧いてきて楽しい酒ではなくなっていった。

飲んでいると込み上げてくる怒り

酒を飲むことを妻から責められるようになっていた。飲んでいると「飲み過ぎよ」とたびたび注意された。飲み続けるために「お前が悪いからだ」と言い訳をするようになり、妻の20年も前の過去の出来事など、妻の困った顔を見ながら、

泣き出すまで責め続けた。「もう勝手にして！」と言われた後も飲み続けた。

あれ… 覚えていない…

• いつしか飲むと記憶がなくなっていた。2軒目までは覚えているが、その後がどうやって家に帰ってきたのか覚えていない。ところどころ思い出せるものの、支払いなどの記憶がなく財布はいつも空になっていた。家族にばれないように友人から金を借りて昼食代にあてていた。

記憶が飛んだ日

• まったく記憶がない。飲み始めてからの記憶がまったくなくなっている。確かに飲むピッチが早かったのも事実だ。駆けつけ3杯というか5杯という感じだった。どうも、ベロベロに酔っ払って帰宅したようだ。冷蔵庫のものを全部食べてしまっていて、妻に怒られたが、そのことすらまったく覚えていない。車で帰ってきたのだろう。ぶつけた跡があり車庫に車が入っていた。不安になって何か起きていないか朝刊をなめるようにして読んだ。「ブラックアウト」だった。

飛ぶまで飲まなきゃ酒じゃない

• 酒を飲むなら飛ばなきゃならない。記憶を飛ばして忘れてしまいたい。服は脱ぎ捨てたまま朝まで放置になっている。風呂にでも入ったのだろう…。酔いが回ってベッドへ。この飲み方が私の当たり前になってしまっていた。

朝起きてすぐのビールがうまい

• ひどい二日酔いの朝だった。初めて朝酒をした…。冷たいビールを喉に流し込み一息ついた。するとあの頭痛や不快感が消えて楽になった。それから朝一番の酒が休日の飲み方になるまでに、それほど時間は必要なかった。

酔いを感じるまで飲んでた

● 飲むなら酔う。とことん酔う。それが酒…。飲み方も酔い方も変わってしまった。空腹に焼酎を流し込むと胃の中に納まる酒が心地よい。酔いも一気にまわってきてテンションも上がってくる。胃潰瘍になっても飲み、家のことなど関係なく酔いつぶれる寸前まで飲んだ。飲んで帰ったはずなのに、寝る前の1杯まで飲むようになった。

急に酒が止まらなくなった（やめられない）

● コントロールできていた。できていたつもりだった。途中でやめることもできていた。できていると思っていた。飲んでも酔えない日があったり、量が増えたり、強い酒を飲んだり、だらだら飲んだりと止まらなくなってしまった。

隠れて、隠して飲んでた

● 妻にバレないように倉庫、車、押入れ、机の中、使っていないふとんの間、果ては長靴の中にまで酒を隠しては飲んでた。

家に着く前にコンビニで焼酎を買って飲み干す。家に帰って普通に飲んで、用事があるといって外に出ては隠れて飲んでた。飲むことに後ろめたさがあるからだろう…。妻からの小言もしゃくに障る。でも、酒がないとすごい不安に駆られ、酔っていないと自分が保てなくなり始めていた。

警察の世話にはなっていない

● オレは世の中の酔っ払いとは違う。誰にも迷惑なんかかけていないし、仕事だってちゃんとしているし、家族だっている。周囲が少しだけオレの飲み方にとやかく言っているだけ。オレの酒の飲み方は正常のはずだ。そんなに酔っ払っていないし、ただの酒好きなのだ。…いつしか言い訳ばかりの自分になっていた。

夕方になるとひどい汗が… あっ！ キーボードが打てない

● 酒の量を減らしたいと思うようになった。朝は酒の臭いがしないかとマスクを付けガムを噛んだ。夕方になると妙な不安感が出始め、微熱も出るようになった。そして、うっすらと汗をかくようになり、小刻みに手がふるえパソコンを打つキーボードがカタカタと鳴る。しだいに仕事が終わるのだけを待つようになる。上司にはかぜをひいていると言い訳をして、時には早退届を出して帰った。少しでも早く酒を入れなければならなかった。

自分の酒の飲み方に問題があるって!?

● 確かに飲むときは多くの酒を口にするけど、人が言うほどひどくもないし、いつも自分でやめられている。世間でいわれるようなひどい飲み方なんかはしていない。何を「認める」っていうんだ。勝手に人を依存症呼ばわりしないでほしい。上司も家族も酒を飲んでいると何で不愉快な顔をしているんだ。酒癖が悪いだとか、飲み過ぎているだとか、いつも酔っ払っているって…。

酒でのトラブルが多くなってきた

● 居酒屋で飲んでいるときに気に入らないことを言われ腹が立った。見知らぬ客と大げんかをしてしまった。そんなことが幾度か続いた。悪いのは相手なのに、その居酒屋から出入り禁止とまで言われるようになった。

なぜか音楽が聞こえるようになった

● 酒が切れていたのかどうか分からない。雨の音がピアノのように感じられたり、歌が流れていたり、司会者が歌手を紹介したりするような話し声までも聞こえるようになった。そして、周囲から狙われているような気になって、家の周りを気にするようになり、過剰な警戒をするようになってしまった。それが幻聴だとわかったのは後のことだ。

著者紹介

[編著者]

長坂 和則 ながさか かずのり (第1章A～F、第2～4章)

明星大学大学院人文学研究科社会学専攻博士後期課程単位取得満期退学、教育学修士。

豊後荘病院、空知病院、タカハシクリニックにおいて精神科ソーシャルワーカー（現、精神保健福祉士）として勤務。アルコール依存症を中心にアディクション問題の相談援助を約20年にわたり実践する。保健所においてアディクション家族教室やアルコール（酒害）教室のファシリテーターとして家族支援に携わる。日本福祉教育専門学校、健康科学大学を経て現在、静岡福祉大学社会福祉学部教授。精神保健福祉士・社会福祉士。著書：『対人援助職のためのアディクションアプローチ』（共著）中央法規出版 2015、『精神保健福祉士シリーズ2 精神保健の課題と支援第2版』（共著）弘文堂 2016、『精神保健福祉士国家試験専門科目キーワード』へるす出版 2017、他。

[著者]

板倉 康広 いたくら やすひろ (第1章G)

明治学院大学社会学部社会福祉学科卒業。赤城高原ホスピタル、平川病院にて精神科ソーシャルワーカーとして勤務。現在、特定非営利活動法人ジャパンマック事務局長。精神保健福祉士・社会福祉士。

著書：『性虐待をふせぐ 子どもを守る術』（共著）誠信書房 2008

岡崎 直人 おかざき なおと (第5章)

上智大学文学部社会福祉学科卒業。国立武蔵療養所に勤務ののち、1988年米国ミシガン州アンドリュース大学大学院物質乱用コースに入学、修了。1990年国立療養所久里浜病院にて精神科ソーシャルワーカーとして勤務後、2003年さいたま市こころの健康センター（精神保健福祉センター）に就職し、同所長として定年退職。現在、特定非営利活動法人ジャパンマック 指定特定相談支援事業所マック・ファミリーエイド管理者。精神保健福祉士。

[執筆協力]

NPO法人回復はどこにでもある (第4章C)

JCOPY

〈(社)出版者著作権管理機構 委託出版物〉

本書の無断複写は著作権法上での例外を除き禁じられています。
複写される場合は、そのつど事前に、下記の許諾を得てください。

(社)出版者著作権管理機構

TEL. 03-3513-6969 FAX. 03-3513-6979 e-mail : info@jcopy.or.jp

よくわかるアディクション問題 依存症を知り、回復へとつなげる

定価 (本体価格 1,800 円+税)

2018 年 9 月 7 日 第 1 版第 1 刷発行

編著者／長坂 和則

発行者／佐藤 枢

発行所／株式会社 **へるす出版**

〒164-0001 東京都中野区中野 2-2-3

TEL 03(3384)8035 (販売) 03(3384)8155 (編集)

振替 00180-7-175971

<https://www.herusu-shuppan.co.jp>

印刷所／三松堂印刷株式会社

落丁本、乱丁本はお取り替えいたします。

〈検印省略〉

© Kazunori NAGASAKA 2018. Printed in Japan

ISBN 978-4-89269-957-3