

アルコール依存症

飲酒運転による交通事故や、年間3万人を超える自殺者などの社会問題の背景に、アルコール依存症という病気の存在、影響が指摘されています。アルコール依存症という病気を知り、正しい対処をしましょう。

◆アルコール依存症とは

自分で飲酒のコントロールができなくなり、飲んではいけない時でも飲酒してしまい問題を起こす病気です。

一度発症すると完全に治癒することはなく、再度お酒を飲むと、元の状態に戻ってしまいます。再発を防止するには、断酒（アルコールを断つ）以外に方法はありません。



◆アルコール依存症の症状

①身体的症状

長期間の飲酒生活でアルコールに対して身体が慣れてしまい、酔いを求めて飲酒量が増えていきます。やがて、アルコールが切れるとイライラと落ち着かなくなった冷汗をかいたりする初期の禁断症状が現れ、手足の震え、幻視、幻聴といった症状へと進んでいきます。

②精神症状

アルコール依存症は「否認の病」と言われます。「自らの飲酒による問題を認めない」という心の動き、パターンのことです。この否認を繰り返すことにより、自己中心、現実逃避、利那主義というような傾向を強め、周囲の忠告を受け付けなくなります。結果として、「意思が弱い」「無責任」「だらしない」とか、本来の人格とは誤った認識をされることとなります。ただし、否認の原因は単に本人の問題ではなく、アルコール依存症への社会的偏見が根底にあることを見逃してはいけません。

③社会的症状

生活の中心が飲酒で占められるため、仕事への影響や約束を守れないといった問題が現れ、社会的な信用を失います。このことがさらなる飲酒を呼び、状況は悪化の一途をたどります。家族との関係も悪化し、相談相手もなく孤立感を深めます。経済的にも借金問題を抱え込むような事態に進んでいきます。

◆アルコール依存症からの回復

家族や周囲の人が、本人への関わりを避けたり、自分たちで何とかしようと世話をしすぎることでは治療が遅くなりがちです。その結果、周囲のみんなが精神的に不安定になってしまうケースも数多くあります。

治療は、本人と家族が、今の状態を病気と認めることが大切です。アルコール依存症ではないか？と感じたら、なるべく早く専門の医療機関に相談してください。

回復するには、さまざまな人の適切な協力が必要です。まず、専門の病院で心や体の適切な治療を受けましょう。断酒会などの自助

グループもあります。同じ立場の人たちと、自分の体験について話し合うことで自分の病気に気付いたり、お互いに励ましあうことができます。

◆社会全体の理解も必要です

アルコール依存症と言う病気は何年お酒を止めていても、一度飲んでしまうと元の状態に戻ってしまいます。一度病気になってしまうと二度とお酒をコントロールしながら飲むことはできないという意味では、治らない病気かもしれません。

しかし、回復することはできます。周囲の人や関係機関の協力のもと、一日断酒を続けていけば、その人らしい生活をおくることができます。

そのためには、社会全体が「アルコール依存症は回復する病気だ」と理解することが大切です。

問 本庁健康福祉課保健衛生係

☎ 43-2836 (直通)

佐賀支所地域住民課保健センター

☎ 55-7373 (直通)