



薬物、アルコール、ギャンブル… 「依存症」は病気です

今月の担当

保健師
丹野 詠子

地域福祉センター健康推進係
(☎52-3333)

「依存症」と聞いてどのようなことを思い浮かべますか。最近では有名歌手が、数年前には人気女優が薬物使用で逮捕されました。また、飲酒運転による死亡交通事故も後を絶ちません。前者は「薬物依存症」、後者は「アルコール依存症」であることが疑われます。他には、パチンコや競馬など賭け事をするためにお金も家族も仕事も失ってしまうほどのめり込んでしまう「ギャンブル依存症」などもあります。

■依存と依存症

依存とは、気分を変える、快楽を得るなどのため反復しているうちに、自分の意思で自分の行動をコントロールできなくなる精神状態のこと、病的な状態を依存症と言います。

依存は、①物質（薬物、アルコールなど）②行動（ギャンブル、買い物など）に大別できますが、③人間関係（恋愛、虐待、共依存など）にも使うことがあります。

依存症は「ブレーキの無い車」などと例えられることもあるように、頭ではわかっているにもかかわらずやめられない病気です。

■依存症は治せるか

依存症には「治癒」がないと言われています。一度やめても再び使用すると同じ状態に陥って

しまうからです。しかし「回復」は可能です。仮に何度か失敗を繰り返したとしても、自分の問題と考えて自助グループなどに参加し、2年以上依存に頼らず過ごしている場合、一定の回復状態に達したと見なすことができます。

依存症は、心身に様々な問題をもたらしますが、さらに人間関係をも崩壊させながら進行し、社会的にも孤立していくため、そこからの回復のためには最低2年が必要との考えがあります。そして「更なる回復」には就労や家族関係の再生なども期待できます。

■家族の困りごと

依存症者を抱える家族の多くは、何とかやめさせたい、問題の被害をできるだけ小さくしたいと一生懸命関わろうとします。しかし、家族が助ければ助けるほど、本人はその助けによって、問題を病気と考えず、依存症の問題は解決しないままになってしまいます。

依存症は、本人や家族の力だけでは回復が難しい病気なのです。

依存症に関するご相談は、次の機関で受け付けています。お気軽にお問い合わせください。

- ・北見保健所 (☎24-4171)
- ・地域福祉センター (☎52-3333)

■ご出生おめでとうございます

- 中井高志 女児 稚子(わかこ) 拓殖 8/12
- 鈴木剛三 男児 大拙(だいせつ)秋田 8/31

■お悔やみ申し上げます

- 山崎 昇 92歳 常楽園 8/15

●世帯数	1,529 世帯 (－5 世帯)
●人 □	3,152 人 (+2 人)
●男 1,467人(+3 人) 女 1,685人(－1 人)	

平成26年8月31日現在()内は7月末比

編集後記

○夏の終わりとともに訪れる台風シーズン。停電に関しては昨年の教訓を生かし、非常時でも慌てずにしのぐことができる工夫を一。 (お)