



依存症と家族のジレンマ

@千葉大学看護学部

2010.5.27

葛西 賢太



アルコール依存症と文化

- 誤解...身体の病気？意志の弱さ？
- 精神、文化、家族の病理でもある
- 生き方の病で、自殺のリスクも高める

- 断酒することも、その継続も難しい
- どうやって生き方を改めるか？



日本のアルコール文化



- 特別な飲酒→無制限の飲酒
 - 年数回、特別なときの、共同体での飲酒
 - カフェーの女給、一人呑み、安い酒のがぶ飲み
- 無礼講
 - 酩酊しての愚行←→腹を割る
 - 酒の強さと男性としての価値 イッキ飲み
- 不干涉
- 隠蔽



年間三万人超の自殺

- 不況？ アルコールとの関係を追うべき
 - 自殺時に飲んでいた人の多さ(死ぬため？)
 - 自殺者の多くは鬱かアルコール依存(or両方、カプランの調査では約8割)
 - 一日3合以上飲む人の自殺リスクは、15年後に3倍
 - アルコールによる抑鬱、攻撃性増加、大胆な気持ち、視野狭窄など→自殺
 - 飲酒しての自殺例
 - 飲酒運転という自殺……警察が事故死と認定
 - 大量飲酒しての飛び降り
- アルコールは、自殺の原因・遠因であり、手段・道具にもなる

アルコール依存の診断基準 (DSM-IV-TR)

以下の3つ以上が、過去12カ月中のどこかで起こったばあい。

- (1) 耐性... (強さ?)
 - (a) 酩酊または希望の効果を得るために、著しく増大した量の飲酒が必要。
 - (b) 同じ量の飲酒により著しく効果が減弱。
- (2) 離脱...
 - (a) 飲酒に特徴的な離脱症候群。
 - (b) 離脱症状を軽減したり回避したりするための飲酒。
- (3) はじめに考えていたより大量にまたはより長い期間の飲酒が頻回。
- (4) 飲酒中止または減量の持続的な欲求または努力の、不成功。
- (5) 飲酒に必要な活動, 飲酒, 酔いからの回復等に長時間を費やす。
- (6) 飲酒のため重要な社会的, 職業的, 娯乐的活動を放棄or減少。
- (7) 精神的または身体的問題が, 飲酒によって持続的, または反復的に起こり, 悪化しているらしいと知っているにもかかわらず, 飲酒継続。

断酒で終わりではない

- 「酒さえ飲まなければよい人」は本当か？
- 断酒してしらふになるとむしろ問題が表面化
 - 長期断酒している人の妻が離婚を考える
 - 米国での調査では、夫は満足
 - →夫婦間の認識ギャップ
 - 家族との齟齬
 - 家族にとっては、忘れられない不安、恐怖、怒り
 - 断酒しているのだ、という本人の居直り
 - 表面化できる段階？／緊張や不和が持続？

断酒後も本人の病理

- 健康
- 経済
- 労働
- 事故・自殺(自殺未遂)
- 犯罪
- 暴力
- 嘘やごまかし

→家族の病理へ

→家族の自殺や家族との別離というトラウマ



本人の否認と嘘

- 飲酒量をごまかす
 - 過少申告、「少し」「まったく」と嘘
- アルコール依存症ではないと否認
- 酒以外の問題は自分にはない、と否認



さまざまなもめごとが起こる





断酒後も家族の病理

- 経済
- 犯罪、非行
- 暴力の被害
- 不登校、ひきこもり...教育機会の欠如
- 情緒障害、抑鬱、対人関係の問題
- 摂食障害、自律神経失調、高血圧...
- 家庭生活の隠蔽
- AC:Adult Children of Alcoholics



家族の不安



- 依存症に対する誤解
 - 断酒誓約が裏切られるつらさ。飲酒渴望を理解
- 日常的なストレス.....いつ飲むか暴れるか
 - 抗酒剤治療の意義。本人よりも家族のため
- 家族の罪責感
 - 飲酒(その他の問題)のことを他人から責められる.
- 周囲からの孤立
 - 先方だけでなく家族からも避ける
 - 親戚は味方ではない



断酒自助会AA



- アルコホーリクス・アノニマス (Alcoholics Anonymous)
- 1935年、米国オハイオ州で、二人のアルコール依存症者によって創立
- 集団で断酒を誓うのではなく、皆の話を聞き、自分のことを話す 成功談ではない
 - 話題は、飲酒中のこと、強い渴望感、断酒後のできごと、家族の悩み、職場での悩み、子供時代のことなど
- AAの背景...魂を扱う知恵と経験の継承。宗教者のアドバイザー →その一部を紹介

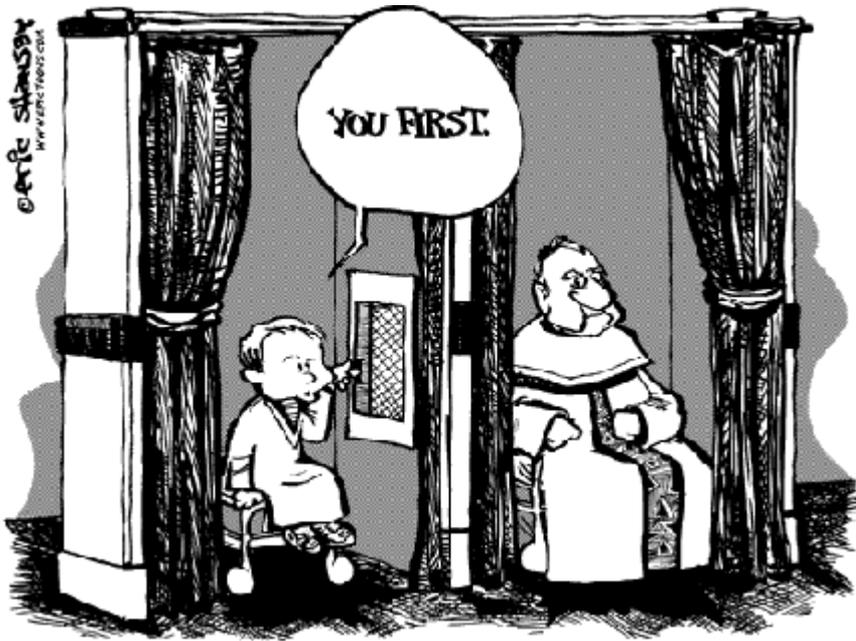
断酒自助会：社会的回復を支援

- 断酒自助会という小社会
 - － 役の練習 社会へのかかわり
 - － 人間関係の練習 嫌な人、尊敬できる人
- 学習の場
 - － アルコール依存症について
 - － 治療法や断酒継続の工夫について
 - － 家族生活、医療保険や生活保護などの智恵



他人に悩みを語る意味

教会の懺悔室



- 問題を洗い出す...不安を取り除く
 - 洗い流すのではない 吐けば楽になるという誤解
- 数多くの問題を、自分より大きなものに委ねる(平安の祈り)
- カトリック教会での懺悔(告解)の伝統。誰かに聞いてもらう
- カトリック国は精神疾患の率が低い？ ユング

平安の祈り (The Serenity Prayer)

神様私にお与えください

自分に変えられないものを受け入れる落ち着きを
変えられるものは変えていく勇気を
そして二つのものを見分ける賢さを



依存症と家族のジレンマ

Reinhold Niebuhr, 1943



おわりに



- 軽視されることの多いアルコール問題
 - めんどくだから医師も少ない
 - 嘘をつかれ隠されるから
 - 知っている、患者さんや家族を見る目が変わる
- アルコール依存症のチェックテスト
 - AUDIT、KAST、CAGEなどの簡易なテスト
 - 自分でもやってみて、どんな特徴があるのか知る
- 断酒で終わらず、問題の解きほぐしへ
 - 一人ではなく、自助会、チームなど、集団で

文献

- 葛西賢太『断酒が作り出す共同性——アルコール依存からの回復を信じる人々』世界思想社、2007年。
- 葛西賢太『現代瞑想論——変性意識がひらく世界』春秋社、2010年。
- 帚木蓬生『ギャンブル依存とたたかう』新潮選書、2004年。
- BJサドック、VAサドック『カプラン臨床精神医学テキスト DSM—IV—TR診断基準の臨床への展開』井上・四宮訳、メディカル・サイエンス・インターナショナル、2004年。
- WRミラー、Sロルニック『動機づけ面接法——基礎・実践編』松島・後藤訳、星和書店、2007年。