特集

アルコホリクスの回復にかかわる私たち

医療法人財団松原愛育会 松原病院　アルコール担当医長　藤木 暁

※アルコホリクス（Alcoholics）：アルコール依存症者

松原病院では長年アルコール依存症の回復援助を積極的に行ってきています。アルコール依存症リハビリテーションプログラムがあり、離脱管理に始まり心理教育、精神療法から社会復帰に至る様々な援助体制を整えています。

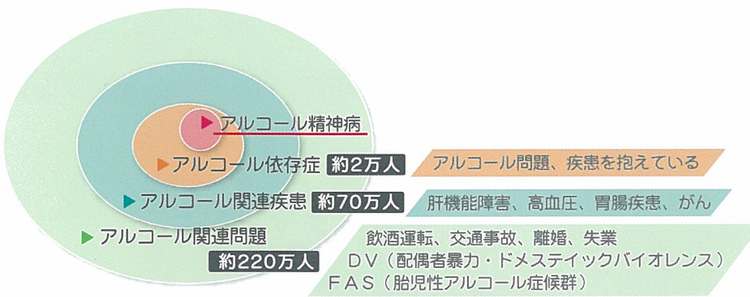
またアルコール医療も他の分野と同様に日々進歩しており、最近では回復に向かう動機に働きかける面接法も発展して、より積極的に患者様の動機の維持・強化に働きかけるようになっています。

アルコール依存症はコントロール障害で、糖尿病や高血圧症、多くの心臓疾患と同じカテゴリーに入ります。糖尿病であれば血糖値、高血圧症は血圧、心臓病はポンプ機能のコントロールが失われているのと同様に、アルコール依存症は飲酒行動のコントロールが失われています。

このため、かつては生きていく上で役に立った飲酒習慣が、逆に様々な支障（身体的、社会的、心理的）を来たす原因になっていて、それが分かりながらもその習慣から離れられない、すなわち飲酒を抑制できない状態がアルコール依存症です。そしてその原因として、アルコールに対する神経生理学的適応的変化や脳内麻薬システムの変化などが研究途上であり、未だよく解明されていないのが現状です。その点で、糖尿病や高血圧症、多くの心臓疾患と同じく慢性で進行性、致死性の状態と考えられています。

糖尿病の人たちは、その病気になりやすい何かを持って生まれ、やがて血糖のコントロールを失うような身体の変化が起こります。そのとき多くの人たちは糖尿病について知り、より健康に生きるために何ができるかを学び、生活の中で実践していくことで健康な人と同じように生きていくことが可能です。血糖のコントロールは取り戻せませんが、食事の工夫や生活に運動を取り入れたり、場合によっては薬を使うことで健康な人と同じように生きていくことができ、事実多くの人たちがそれに取り組んでいます。その他の多くの慢性疾患を抱える人たちも変えられない部分と変えられる部分を理解し、生活習慣を変えていく意味を理解しつつ、回復を期待しながら実践しています。そしてアルコール依存症を抱える人たちもまた同じように回復していくことが可能なのです。

しかしいっぽうでアルコール依存症は意思や性格の問題と解釈されたり、倫理・道徳の問題として処



これら慢性疾患と同様に取り組んでいくことで回復が可能ということが意外と知られていないのが現状です。

ですから、私たちはまず病気とその回復についてもっと理解していただく必要があると考えています。

私たちはあらゆる病気になる可能性をもって生まれ、どの病気になるのか、あるいはならずに済むのか、ほとんどの場合は分かりません。それはおそらく複雑な遺伝情報の問題なのだろうと考えられますが、まだ解明されていません。かつては生きていく上で役立った習慣が、次第に自分の人生を脅かす様々な支障の原因となってしまうような変化のメカニズムはまだ解明されておらず、現在の医学では治すことができません。ですから治らない（飲酒のコントロールは取り戻せない）ということを理解し、受け入れていくプロセスを援助することから治療は始まります。その上で私たちが行っているプログラムは、素面（しらふ）に満足し、あたかも素面に酔えるような感じ方、考え方、反応のあり方を、その人が検証し実践することをゆっくりと進めていけるように、その動機や意欲を安定したものにすることを目的としています。

私たちは目の前の人に対して「こうあってほしい。」と思ったそのときから、そうでない部分がより際立ってしまうという意味において、より苦しみ始めてしまいます。そしてその苦痛がその目の前の人をコントロールする原動力にもなってしまいます。

アルコール依存症の回復援助をする上でもっとも大きな障害は、もしかするとこの点なのかも知れません。アルコール依存症からの回復は周囲が期待するよりもはるかにゆっくりと進みます。このため家族が抱える不安や緊張は強く、家族支援は欠かせませんし、私たちスタッフ自身も自分の価値観や世界観と向き合う必要を常に感じます。

よく言われることですが、私たちは自分では選べない環境に生まれ、育ち、その中を自分なりに一生懸命生きながら様々な成功と失敗を繰り返しています。そのような人生の物語の中で自身に対する肯定的な視点を取り戻すことは、アルコール依存症に限らずあらゆる慢性疾患の治療の原点ではないかと思います。

自助グループフォーラムに参加しました

10月7日、アルコール依存症からの回復をめざす人たちが互いの体験を語り合う、自助グループのフォーラムが金沢市の女性センターにて開催されました。フォーラムには全国から150名の参加があり、当法人からは松原三郎理事長と藤木暁医師が講師やパネリストとして参加しました。松原理事長は「自助グループと医療機関の連携がアルコール依存症の回復をより高めることになる」と連携の必要性を説き、当院での生活支援活動などにも触れながら講演しました。

写真：朝日新聞金沢総局提供

特集

目次

vol.3
2006.12月

アルコホリクスの回復にかかわる私たち
医療法人財団松原愛育会 松原病院
アルコール担当医長　藤木 暁 ……2-3

スイス精神医療視察記
松原病院 理事長　松原三郎 ……4-5

ピアサポートいしびき ……4

feature KANAZAWA ……5

松原記念講演会
認知症ケア
・地域ネットワーク事業 ……6

とびうめ館外来
看護部長叙勲 ……7