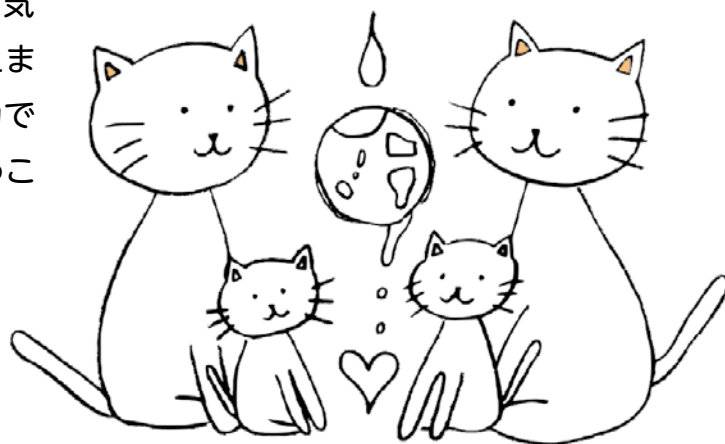


特集『薬物依存症について』

みなさんは「依存症」ということばを耳にしたことはありますか？最近ではニュースや雑誌などでも取り上げられることが少なくありません。「依存症なんて心の弱い人になるもので、自分には関係ない」—もしかしたら、そのような考えを持っていらっしゃる方もいるでしょう。

しかし、依存症は特別な人がかかる病気ではありません。誰でも依存症になりえます。そして、依存症になると自分だけの力でよくなっていくことはとても難しいということもわかってきています。



今回の特集では、依存症の中でも近年大きな社会問題となっている「薬物依存症」について、いったいどういう病気なのか、どのように治療するのかご紹介したいと思います。



(写真・イラスト：デイクア参加者作品)

INDEX

特集「薬物依存症について」	1
精神保健福祉センターの事業紹介	5
【トピックス】「最近の精神保健医療福祉に関する話題について」	7

(1) 薬物依存症とは

薬物依存症は、その名のとおり様々な薬物に対する依存症です。依存症は自分自身をコントロールできなくなる病気です。まずは、その特徴をいくつか挙げてみます。

◆ 使っているうちに、自分自身をコントロールできなくなる

薬物にはさまざまな種類がありますが、依存症を起こす薬の多くは脳に作用して、使った人に良い影響をもたらします。しかし、こういった作用は一時的なものなので、やがてなくなります。そうすると、また「良い思いをしたいな」と思うようになります。そして、また薬物を使います。

最初は時々使うくらいですが、徐々にその間隔が短くなり、使う量も増えていき、使い方がエスカレートしていきます。このように繰り返し使うことで脳が薬物にさらされ続けると、脳という臓器がむしばまれ、働きが弱まってしまうことがわかっています。脳の働きが落ちてしまうと、日常生活でも困ることが出てやすくなります。これは、アルコール依存症でもみられる特徴です。そうして、薬物をやめたくてもやめられない、コントロールできない脳になってしまうのです。

◆ 家族や友人など、周りを巻き込む

また、依存症の大きな側面として、家族や友人を巻き込んでしまうことがあります。身の回りの世話や経済的な援助など、生活にかかわる色々なことを家族に求めたり、逆に家族が援助したりすることもあります。使用薬物が法に触れる場合は逮捕・起訴されるということもあります。

このようなことが次々と起こり、家族や友人はどうやって当事者と接したらいいのかわからず、疲れ果て、やがて離れていくか、周りも一緒に問題に巻き込まれていき、より深刻な状況になっていってしまいます。これは、当事者にとっても周囲の人々にとってもとても不幸なことです。



◆ 「否認」の病である

依存症になると「自分は依存症なんかじゃない」「こんなのすぐにやめられる」と言って、問題があることを認めようとしません。その結果、治療につながりにくくなってしまいます。また、家族や友人も「薬物さえしなかったらすごくいい人なの」といって、問題を認めようとしなないことがあります。こういった否認が続いてしまうと、適切な支援を受けられない状態が続いてしまうのです。

(2) 薬物依存症で起こることについて

さて、薬物依存症はからだの中に取り込んだ薬物が脳をはじめあちこちに影響します。依存を起こす薬物の種類としては大麻や覚せい剤、シンナーなどがあり、このほかに医師の処方箋によって得られる治療薬(特に睡眠薬や抗不安薬)や市販されている薬(かぜ薬や痛み止めなど)によっても、用法・用量を守らないことで薬物依存に至る人が増えてきています。また、近年は法律上使っても逮捕されないという触れ込みで広がった「危険ドラッグ(昔は合法ドラッグや脱法ドラッグと呼ばれていました)」が問題となっています。

覚せい剤や大麻、シンナーは脳をつくっている神経細胞を壊したり、脳内で情報を伝えるホルモン(神経伝達物質といいます)のバランスを崩したりといった影響があります。例えば覚せい剤では、使用すること

で一時的にドーパミンという神経伝達物質が増えて、快感が生じます。しかし、効果がなくなるとドーパミンが足りなくなり、禁断症状や刺激を求める気持ちにつながります。また、シンナーなどでは脳神経を溶かして、脳が委縮することがわかっています。危険ドラッグは複数の薬物を混ぜ合わせることで覚せい剤と同等かそれ以上の強い影響をもたらします。このような薬物の影響が長い期間続くと、次のような精神的な症状が出てくるようになります。

◆ 幻覚や妄想

「誰かに見張られている」「追いかけている」といった、事実とは違う訴えが出ます。薬物を長期間使っていると、薬物を使っていない時にも出ます。

◆ フラッシュバック

薬物を使っていなくても、過去に薬物を使っていた時の体験(幻覚や意識障害など)が、疲れた時などに突然出てくる現象です。

◆ 人格の変化

長期間にわたる脳へのダメージの結果、性格がしつこくなったり、怒りっぽくなったり、疑り深くなったりします。また、身体への影響として、胸の痛み、動悸、慢性的な体力低下、手が震えたりなめらかな運動ができなくなったりすることなどが挙げられます。



さまざまな「嗜癖」について

依存症と一口に言っても、様々な種類があります。最近では「嗜癖」とも呼ばれます。依存症といえば、お酒(アルコール)やたばこ(ニコチン)、また今回のテーマでもある薬物などがよく問題となりますが、これらは「脳に影響を与える物質」というくくりで「物質依存(嗜癖)」と呼ばれます。

また、ギャンブルやインターネット、買い物など、特定の行動に没頭する「行動依存(嗜癖)」や、恋愛、性行為などの「対人関係依存(嗜癖)」というものもあります。これらに共通するのは「それらが原因で生活に支障が出ている」こと、そして「やめ続けることが難しい」ということです。

物質への依存

酒 たばこ
薬物(大麻や覚せい剤、
睡眠薬など)
など

行動への依存

ギャンブル
インターネット
買い物 仕事
窃盗・放火 など

対人関係への依存

共依存
恋愛
性行為 など

(3) 薬物依存症の治療について

依存症に対する治療は、「薬をやめること」だけではありません。心身の回復、そして社会的な回復を通じて、その人の生きがいを取り戻すことが重要です。また、家族や周囲の支援者に対するケアも必要となることが少なくありません。



- ・からだの回復を目指す治療:薬物が身体に与えたダメージを回復させるための治療
- ・こころの回復を目指す治療:薬物を長く使っているうちに起こってくるこころの問題や、薬物をやめたときに起こる症状、薬物をなかなかやめられないという状態に対しての治療
- ・社会的な回復を目指す治療:薬物を使わない状態が長く続けられるように、そして人生がより豊かになるために、自助グループ(ダルフDARCやNAなど)が利用されています。

(4) 薬物依存症への取り組みの変化

これまでは「使わない」ことへの啓発が中心で、使った人への関わりは一部の人が医療機関に受診したり、自助グループに入ったりするほかは、違法薬物の所持や使用の罪で捕まり、罪を償ってもらおうことがほとんどでした。しかし、このような罪で捕まる人は横ばいで、しかも同じ人が繰り返し捕まっていることが統計からわかってきました。

そこで、スマー刑罰よりも治療を優先すべきであるという考え方から、薬物依存症の当事者への新しい取り組みとして「SMARPP」という治療プログラムが2006年より始められ、医療・行政・司法へ広がってきています。

福岡県精神保健福祉センターでも平成27年10月より「薬物依存回復支援プログラム」を開始しました。ここでは、テキスト教材を用いて薬物依存症について学びながら、依存症で悩む当事者が率直に話すことができる場となっています。

(5) 家族・友人・周囲の人へ

薬物依存は周りの人々にも大きな影響を与えます。しかし、本人のためと思って「薬物をやめなさい」と言っても状況は変わることは少なく、どう本人と関わればいいのかわからなくなってしまいます。そのため、まずはご家族だけでも専門機関に相談してください。**依存症という病気について学んでいくことが大切です。**相談先は医療機関のほか、精神保健福祉センターや保健所、薬物依存の家族会(ナラノンなど)などがあります。

薬物依存症は長期にわたって根気強く付き合っていく必要があります。病院や自助グループに行くようになって、ささいなきっかけ(普通の人がそんなことで?と驚いてしまうくらい、本当にささいなこと)で再び薬物に手を出してしまうこともあります。家族や周りの人々は一喜一憂することはせずに、当事者ができるだけ長く薬物を使わずに生活できるよう、支援していくことが重要です。



精神保健福祉センターの事業紹介

(写真：デイクエア陶芸作品)



心の健康 相談

こころの健康、こころの病気に関するご本人やご家族、身近な方からのご相談を、精神科医、保健師、心理判定員等の相談員が電話や面談で伺います。

電話相談 月～金 8:30～17:15

来所相談(予約制) 月・火・木・金 9:00～12:00

【相談・予約・問い合わせ先】 TEL 092-582-7500

心の健康相談電話(専用回線) TEL 092-582-7400

お電話だけで悩みなどの話を聴いてほしい方のための相談電話です。

【受付時間】 月～金 9:00～12:00 / 13:00～16:00

自死遺族 のための 法律相談

福岡県内にお住まいで、自死により近しい人を亡くされた方を対象に、相続、借金補償問題など、自死に伴い生じる法律問題について、弁護士が面接による法律相談をお受けします。

(福岡県内に在勤・在学している方もご利用できます)

個人情報を守られますので、安心してご相談ください。

日 時 毎月第4火曜日 13:30～16:30(予約制)

会 場 福岡県精神保健福祉センター (春日市原町3-1-7)

費 用 無料

* 相談は無料ですが、弁護士に事務処理を依頼する場合には弁護士費用がかかります。詳細は担当した弁護士にお尋ねください。

【予約・問い合わせ先】相談指導課 TEL 092-582-7500

地域自殺 予防情報 センター

地域自殺予防情報センターでは、以下のような活動をしています。

- ・自殺を考えている人や自死遺族の方からの相談対応
- ・福岡県内の自殺に関わる情報の収集と関係機関への情報の提供
- ・自殺対策に関わる関係職員の資質向上のための研修の実施
- ・自殺対策に関わる関係機関との連携

ホームページアドレス

<http://www.pre.fukuoka.lg.jp/b01/yobou25.html>

福岡県
ひきこもり
地域支援
センター

社会的ひきこもり状態のご本人(概ね18歳以上)や、ご家族からの相談をお受けしています。

◇相談専用ダイヤル **TEL 092-582-7530**

電話相談 月～金 9:00～17:15

来所相談 月～金 事前に予約をしてください。

◇フリースペースねすと♪たまゆら 第2・4水曜日 14:00～16:00

◇家族サロン 第3金曜日 14:00～16:00

◇ひきこもり家族教室

詳細はお電話にてお問い合わせください。

【教室についての問い合わせ先】 **TEL 092-582-7510**

薬物依存
家族教室の
ご案内

◇第4木曜日 14:00～16:00

- ・薬物依存の方がいらっしゃるご家族を対象にした教室です。
- ・年2クール(1クール5回)、クール途中からの参加も可能です。
- ・初めて参加される方は事前にお申込みください。

【申し込み・問い合わせ先】 **TEL 092-582-7500**

薬物依存
回復支援
プログラム室の
ご案内

◇第1・3水曜日 午後

- ・薬物依存から回復したい本人の方を対象としたプログラムです。
- ・このプログラムは薬物の再使用を防止するための具体的方法を学ぶものです。
- ・安心できる場で仲間との交流をとおして回復を支援します。
- ・事前に面談を行います。まずはお電話ください。

【申し込み・問い合わせ先】 **TEL 092-582-7500**

精神科
デイケア

在宅で生活している精神障害をお持ちの方の通所リハビリテーションを行っています。グループでの活動を通して病気の回復を図りながら、基本的な生活習慣を整え、地域で安定した生活が送れるようにサポートしています。

《デイケア開所日時》 月・火・木・金 9:30～15:30

*火曜日は、SST(社会生活技能訓練)や小集団での活動を行い、集団活動への適応力を高めることを目的として、コミュニケーションスキルプログラムを実施しています。

*精神障害をお持ちの方のご家族を対象に、家族研修会も開催しています。

*デイケアや研修会に関する詳細は、お電話にてお問い合わせください。

【問い合わせ先】 **TEL 092-582-7500**

(関係機関の方は、TEL 092-582-7510にお電話ください)



(写真：デイケア
クッキング)

トピックス

最近の精神保健医療福祉に関する話題について

1

福岡県薬物の濫用防止に関する条例が制定されました。

(平成26年12月25日)

福岡県では、薬物の乱用による被害が深刻化している状況を踏まえ、薬物の乱用を防止するための具体的な方策を推進することにより、県民の健康と安全を守るとともに、県民が平穏に、かつ安心して暮らせる健全な社会の実現を図ることを目的として「福岡県薬物の濫用防止に関する条例」を公布しました。

今後、条例で定める特定危険薬物の製造・販売等の中止命令に違反した場合などに、最大で2年以下の懲役又は100万円以下の罰金が科されることとなります。

福岡県では、この条例に基づき県民、事業者、医療・教育機関などの皆さんと連携、協力して福岡県から危険ドラッグを撲滅します。

*特定危険薬物とは：その乱用による県民の生命、健康又は安全に対する危害の発生を防止するために緊急を要する場合に指定される、麻薬等と同等以上に幻覚等の人の精神に作用を及ぼす疑いがある物品又はこれを含む物品を指します。



2

飲酒運転撲滅条例が一部改正されました。

(平成27年4月1日施行〈一部の規定(※)は同年9月21日施行〉)

深刻な状況にある飲酒運転の撲滅を図るため、平成24年に、全国初・罰則付きの「福岡県飲酒運転撲滅運動の推進に関する条例」が議員提案により制定されました。

本県の飲酒運転事故件数は減少傾向にあるものの、撲滅に向けて更に取り組むため、今回、県議会において条例が見直され、対策の強化が図られました。

主な改正点は次のとおりです。

1 飲酒運転を繰り返さないための取組を強化しました。(※)

①飲酒運転検挙者に、初回からアルコール依存症の診察又は飲酒行動に関する指導を受けることを義務化しました。

②飲酒運転検挙者以外の違反者にも、飲酒運転防止の取組を促進します。

2 飲酒運転違反者等の自主的な飲酒運転防止の取組に対して、保健所や精神保健福祉センター、警察に相談窓口を設置して支援します。

3 県民及び事業者における取組を促進するため、条例に次の規定を追加しました。

- ① 全県民の通報努力等を追加し、飲酒運転の通報義務を拡充しました。
- ② 事業者が連携して飲酒運転撲滅の取組を行うことを促進します。
- ③ 飲酒運転撲滅に取り組む事業者や飲食店の優れた取組を普及します。

3 生活困窮者自立支援制度が始まりました。 (平成27年4月1日)

今年度、生活困窮者自立支援制度が施行され、生活全般にわたる困りごとの相談窓口が全国に設置されました。働きたくても働けない、住む所がない、ひきこもりの問題を抱えている、など、まずは地域の相談窓口にご相談ください。

生活にお困りの方一人ひとりの状況に合わせた支援プランを作成し、専門の支援員が相談者に寄り添いながら、他の専門機関と連携して、解決に向けた支援を行います。

生活困窮者自立支援制度では次のような支援を行います。

- ① 自立相談支援事業：働きたくても働けない、住む所がない、ひきこもりの問題を抱えている、など、お困りの方に支援員が具体的な支援プランを作成します。
- ② 就労準備支援事業：直ちに就労が困難な方に、6カ月から1年の間、一般就労に向けた基礎能力を養いながら、就労に向けた支援や就労機会の提供を行います。
- ③ 就労訓練事業：直ちに一般就労が困難な方に、一般就労に向けた支援を中・長期的に実施する、就労訓練事業（いわゆる「中間的就労」）を行います。
- ④ 一時生活支援事業：住居のない方、不安定な住居形態にある方に、一定期間、宿泊場所や衣食を提供します。
- ⑤ 住居確保給付金の支給：離職などにより住居を失った方、または失うおそれの高い方に、就職に向けた活動をするなどを条件に、一定期間、家賃相当額を支給します。
- ⑥ 家計相談支援事業：家計相談を望まれる方に、課題を把握し、早期の生活再生を支援します。



4 マイナンバー制度の運用が始まりました。 (平成28年1月)

平成27年10月から、住民票を有する人に、1人1つのマイナンバー（個人番号）が通知されました。

平成28年1月からは個人番号の利用が始まり、自立支援医療や精神障害者保健福祉手帳の申請書に個人番号を記載していただくことになりました。申請時には本人確認のための個人番号カード（または通知カードと身分確認書類）をご持参ください。