

Reports

第35回こころの講演会

依存症の理解にむけて

第35回こころの講演会が、2月7日(土)に天理市民会館でありました。今回は『アルコール依存症を正しく知る～誰にでも起こりうる“病気”として～』をテーマに、入来晃久(いりき あきひさ)さん(大阪精神医療センター依存症治療・研究センター副センター長)にお話をいただきました。

質問を交え、参加者とのコミュニケーションを取りながら



*依存症治療の考え方

これまで依存症治療は通院治療、自助グループ、抗酒剤の3本柱で取り組まれてきましたが、依存症からの回復には、相談や支援につながる何がより重要だと入来さんは考えているそうです。

依存症を抱える人は、「依存対象」に頼っている状況です。それらを必要とせずに生きられるよう、依存対象が変わっていくことが回復への道であり、自分が変わりたくなった時に頼ってもらえるような関係を築いていくことが周囲の人にできることです。そのためには、なぜ依存対象が必要なのか、本当に困っていることはなにか、背景にある真のニーズに着目して関わるのが大切です。

*身近な例えからイメージする

依存症の人の生活は、例えるなら、慢性的な頭痛(ふだんのつらい状態)を、鎮痛剤を飲む(依存対象の物質・行為を取り入れる)ことで、日常生活を送れる状態に持っていこうとするイメージです。鎮痛剤が切れるとつらい状態に戻るため、常に欲するようになります。依存することで生き延びているのです。

*依存症を抱える方をとりまく状況

依存症は周囲からの理解を得られにくい病気です。依存行動という表面的な部分をみて、止められなかった理由や責任を本人に求め、「意志が弱い」

と責めたり「やめる気がない」と突き放されます。小さな攻撃が本人を孤立させ、さらに依存行動が強まるという悪循環を生みます。

*「意志」は関係ない

ラットの実験で、冷たくて狭いカゴの中で1匹だけで生活するパターンと、柔らかいマットの敷かれた広いカゴの中で複数匹で生活するパターンとを設定し、両方に麻薬入りの水を与えたところ、1匹で生活するラットのほうが麻薬入りの水を欲するようになり、摂取量が増える結果になりました。ラットには理性がないことから、依存症と「意志の弱さ」は関係がないことが言えます。

*依存しなくていい環境が大切

実験には続きがあり、1匹で生活していたラットを複数のカゴに入れたところ、麻薬入りの水を飲む量が減っていきました。このことから、孤独や過酷な環境下では依存しやすいことがわかります。そして、環境が変わったことで依存対象が必要でなくなったという見方もできます。



質疑応答では、支援者から依存症を抱える人や家族との関わりについて質問がありました。

本人との関わりにおいて入来さんは、間違いを指摘しないことや抵抗しないことを意識しています。「迷惑かけてないじゃないか!」と言われたら「迷惑かけないように気を付けているんだ」と受け止め、いいところを捉えて関わると言います。

またご家族からの相談に対してどう考えたらいいか、という質問には、「本人や周りはどういう生活を送りたいのかを聞いていく。本人にとっても家族にとってもいいかたちで過ごせるところを話し合う」との回答でした。

そのほか、「感覚的な理解にとどまっていた部分を今日の講義を聞いて整理できた」「当事者の方との関わりに悩んでいたが、違う角度から関わるヒントを得られた」といった感想がありました。

依存症理解に加え、当事者の方と関わる際の大切な視点と姿勢を学びました。(山田江梨)

天理市内外から約45人が参加