

科目5

精神疾患の基礎知識

講義2－4

依存症

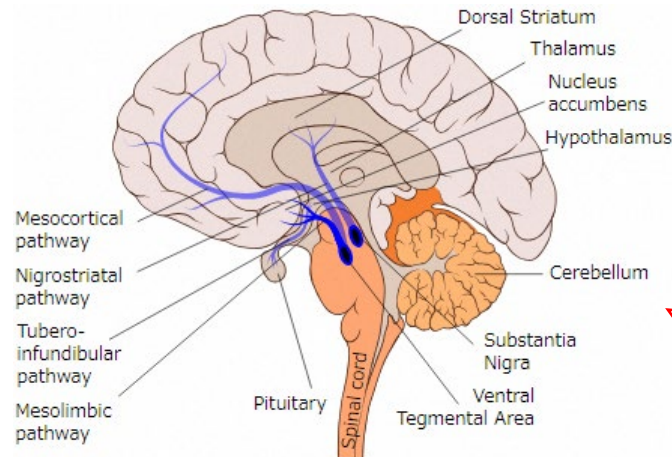
依存症

依存

- 使用を続けた結果として生じた「やめられない**状態**」
- 有害だとわかっているにもかかわらず「やめられない**状態**」

☆2つの特徴

- ▶ **渴望 craving** 物質使用の強烈な欲求
- ▶ **コントロール障害 loss of control** 制御不能



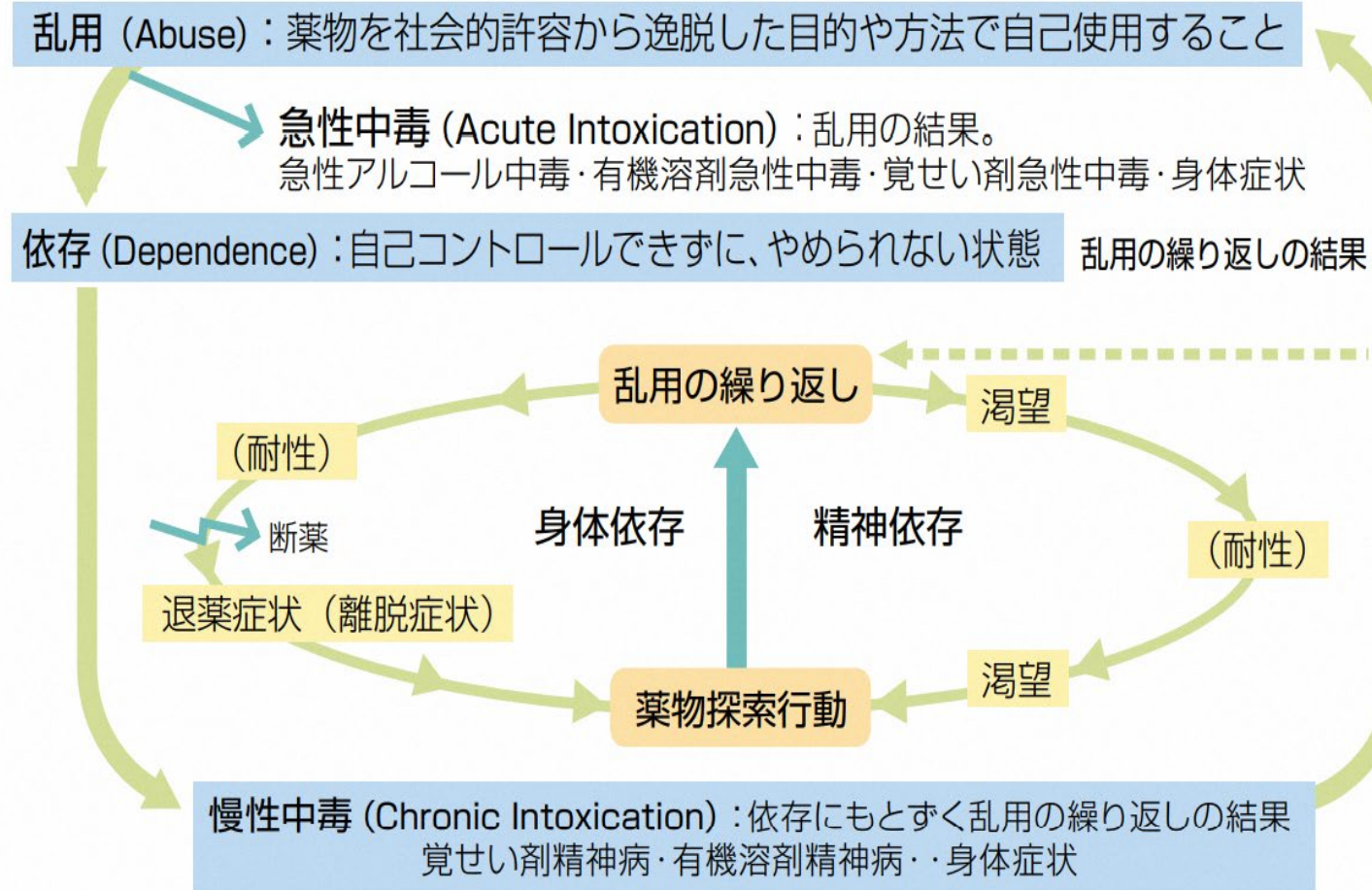
アルコールなど依存性のある物質、ギャンブルなど嗜癖となる行動は脳内報酬系A10神経に影響を与え、長時間・大量にドパミンを放出

↓

ドパミンが大量に出続けて
脳内報酬系が変化

(脳内報酬系の障害＝依存症)

乱用・急性中毒・依存・慢性中毒とは



(厚生労働省ホームページより)

依存症による様々な問題

- 生物学的な問題

身体疾患(臓器障害、感染症など)

精神疾患(統合失調症、気分障害、不安障害など)

- 心理的な問題

性格変化(被害的、猜疑的、攻撃的、自己中心的)

嘘をつく、逃げる、だます、問題を認めない(否認)

- 社会的役割の問題

家庭内役割の放棄、家庭内暴力、怠学、遅刻、早退、欠勤、退職

- 社会生活上の問題

借金、信用を失う、逮捕、拘留、服役、クリーンな人間関係を失い孤立

⇒ 依存症は孤独の病

- 自殺企図の生涯経験率(平成20年度厚生労働科学研究報告書)

▷薬物使用障害(入院患者) 55.7% ▷アルコール使用障害 30.6%

▷病的ギャンブリング群 40.5% ▷対照群 1.8%



予防や早期発見のきっかけに。

物質依存症候群(ICD-10)

- 摂取の強い欲望
 - コントロール障害(量・時間・状況)
 - 物質中心の生活。本来の生活を犠牲にする。
 - 心身に問題が生じているにも関わらずにその使用を続ける。
 - 耐性
 - 離脱症状
- (上記3項目以上)

＊現在アルコール依存症の疑いのあるものは全国の20歳以上の者の約0.5%

(AMED (国立研究開発法人日本医療研究開発機構)「アルコール依存症の実態把握、地域連携による早期介入・回復プログラム開発に関する研究2016-2018」)

アルコール依存症の治療

①心理社会的治療

- 断酒が原則。節酒も可能なら当面の目標となる。
- 動機付け面接、心理教育、認知行動療法
- 当事者同士のミーティング
- 家族教室・家族会、CRAFT

②薬物療法

- 断酒補助薬 : アカンプロサート
- 抗酒薬 : シアナマイド、ジスルフィラム
- 飲酒量低減薬: ナルメフェン

SBIRTS(エスバーツ)

早期発見・早期治療につなげるための手法

Screening(スクリーニング)

飲酒問題の程度をチェックする。

Brief **I**ntervention(簡易介入)

リスクの高い飲酒者には、節酒(断酒)を促す。

Referral to **T**reatment(専門医療機関の紹介)

依存症の疑いのある場合は、専門医療の受診を勧める。

Self-help group(自助グループへの紹介)

患者や家族を自助グループにつなげる。

○ 代表的なスクリーニングテスト

AUDIT →15点以上でアルコール依存症疑い

1. アルコール飲料を飲む頻度は？
2. 飲酒時の純アルコール量(ドリンク数)の1日平均は？
3. 一度に6ドリンク以上飲酒する頻度は？
4. 飲み始めると止められなかった頻度は？(過去1年間)
5. 普通だと思えることを飲酒していたために出来なかった頻度は？(過去1年間)
6. 飲酒後、体調を整えるために迎え酒が必要だった頻度は？(過去1年間)
7. 飲酒後、罪悪感を感じたり後悔した頻度は？(過去1年間)
8. 飲酒のため前夜のことを思い出せなかった頻度は？(過去1年間)
9. 飲酒により自身や他人が怪我をしたことがあるか？
10. 家族・友人・医師等が飲酒について心配したり飲酒量を減らすよう勧めたことがあるか？

《ドリンク数の目安》 ※純アルコール約10g=1ドリンク

- ・1ドリンク…ワイン小グラス1杯(180ml)、ウイスキーシングル1杯(30ml)
- ・2ドリンク…ビール中瓶1本(500ml)、ウイスキーダブル1杯(60ml)、
日本酒 1合
- ・3ドリンク…焼酎(20度)1合(180ml)

ブリーフインターベンション(簡易介入)

- ▶「アルコールの有害な使用を低減するための世界戦略」
(WHO)

飲酒は様々な問題を引き起こす。

→依存症になる前に早期介入を。

- ▶「何らかの形で始める」「共感する」、
ハームリダクションを推奨。

- ▶初回支援→フォローアップ支援で柔軟な対応を。

節酒目標は達成可能なものを自ら設定。

飲酒量が減らなくても再チャレンジ、目標設定の見直し
コントロール障害を自覚するきっかけにもなる。

「節酒(コントロール)困難」な場合は、「断酒」を勧める。

薬物依存症の治療

- 断薬が基本。処方薬・市販薬では漸減もあり。
- 動機づけ面接
- 心理教育
- 認知行動療法: SMARPPなど
- 当事者同士のミーティング
- 家族介入: 家族教室、家族会、CRAFT

ギャンブル障害の診断

- 心理的苦痛や機能障害を引き起こす持続的で反復性のギャンブル
 - ギャンブル行動は躁病エピソードによるものではない。
 - 以下のうち少なくとも4つが1年間以内に存在
 - ▷興奮を得るために、掛け金の額を増やしてギャンブルをする。【**耐性**】
 - ▷中断・中止を試みると落ち着かなくなるor苛立つ。【**離脱**】
 - ▷制限・中止の努力をするが失敗する。【**コントロール障害**】
 - ▷しばしば(過去の/これから)のギャンブルのこと(やその金策)を考えている。
 - ▷ストレスを感じた時にギャンブルをする。【**逃避**】
 - ▷金をすった後、別日にそれを取り戻そうとする。【**深追い**】
 - ▷ギャンブルを隠すために嘘をつく。
 - ▷重要な人間関係、教育、職業上の機会を危険にさらすor失ったことがある。
 - ▷失った金を埋め合わせるため他人に借金する。
- ※該当数 4～5項目:軽度、6～7項目:中等度、8～9項目:重度

ギャンブル障害の疫学と治療



- 現在ギャンブル等依存症が疑われる者は全国の20歳以上の者の0.8%とされる。
(国立研究開発法人日本医療研究開発機構 障害者対策総合研究開発事業「ギャンブル障害の疫学調査、生物学的評価、医療・福祉・社会的支援のあり方についての研究 2016～2018 年度」)
- 保険適応されている薬物はない。
- 心理社会的療法としては、認知行動療法と自助グループへの参加が主。
- 認知行動療法は、回数、内容が予め定められたプログラムの形で提供されることが多い。
- 認知行動療法プログラムとしては、島根県の精神保健福祉センターにおいて開発されたSAT-Gと、久里浜医療センターを中心としたAMED研究班で開発されたSTEP-Gが代表的。
- SAT-Gは、SMARPP(薬物依存症者を対象としたプログラム)を参考に開発された、ギャンブル障害に特化した全6回のプログラム。ワークブック形式で、当事者が決めた目標を支援者が伴走型で支援することが特徴。

依存からの回復のために

- A10神経の障害は不可逆性(＝慢性疾患)

⇒“依存脳”からの回復のためには

新たなブレーキシステムを持たないといけない。

- 物質・ギャンブル中心となった生き方や考え方から離れる。

• 自分らしさを $\left\{ \begin{array}{l} \text{取り戻す} \\ \text{見つける} \\ \text{身につける} \end{array} \right. \Rightarrow \text{人生を自分らしく生きていく。}$

- 人間的に成長し、依存対象に頼らず持ちこたえられる力をつける。

- 新たなシステム獲得～**生き方を変える**ためには、5～10年
もの 努力 が必要。

依存症治療・回復に向けた支援

- 家族の相談 【保健所、精神保健福祉センター、医療機関(一部)】
- 本人の相談 【保健所、精神保健福祉センター】
- 依存症の診療 【医療機関】
- 認知行動療法 【医療機関、精神保健福祉センター】
- 自助グループへの参加【AA、断酒会、NA、GAなど】
- 回復施設の利用 【DARCなど】
- 治療や参加を継続することが何よりも重要。
- 再使用は多いが、粘り強く治療を継続することで、考え方や対人関係が改善してくることが期待される。
- 支援者は相談に現れた本人、家族をねぎらいましょう。
- 本人・家族の孤立・孤独からの脱却が回復の鍵です。

依存症のまとめ①

- 依存症は脳に異常を生じた精神疾患です。
- コントロール障害が病態の中心です。
- 身体的、心理的、社会的に様々な問題が生じます。
- 適切な支援や治療で回復が可能です。
- 本人や家族の相談窓口として保健所や精神保健福祉センターがあります。

依存症のまとめ②

- 認知行動療法や自助グループなどが有効です。
- 家族のための家族会やプログラムもあります。
- アルコール依存症では薬物療法も有効です。
- 支援や治療につながり続けることが回復のために何よりも有効です。
- 支援者は本人や家族と良い関係を作り、維持するようにしてください。

ご視聴ありがとうございました。

続いて、

【講義2－5】不安を特徴とする精神疾患群
の動画をご覧ください。