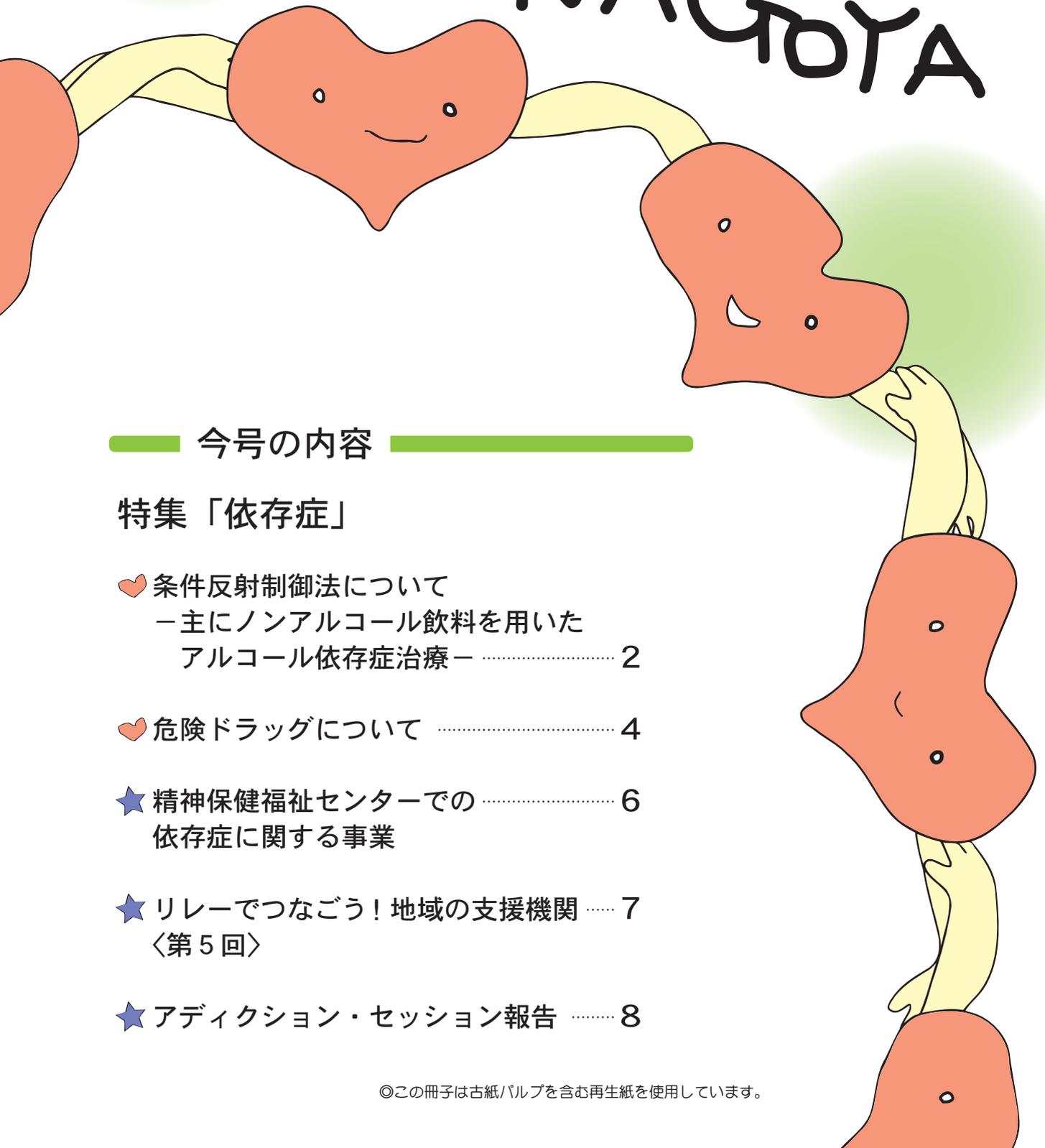


らぼ

15号

NAGOYA



今号の内容

特集「依存症」

- ♥ 条件反射制御法について
—主にノンアルコール飲料を用いた
アルコール依存症治療— …… 2
- ♥ 危険ドラッグについて …… 4
- ★ 精神保健福祉センターでの …… 6
依存症に関する事業
- ★ リレーでつなごう! 地域の支援機関 …… 7
〈第5回〉
- ★ アディクション・セッション報告 …… 8

条件反射制御法について

—主にノンアルコール飲料を用いたアルコール依存症治療—

医療法人香流会純仁病院
元 武俊（ウオン ムジュン）

はじめに

アルコール依存症の治療に関しては、教育的アプローチや自助グループへの通所などが一般的です。一方、当院には伝統的に生活保護受給者の入院が多く、中には病識・治療意欲の面で不十分な患者も少なくありません。結果、従来の教育的アプローチを主とした治療法では効果に限界を感じておりました。そのような時期に、筆者は条件反射制御法に出会いました。現在当院では条件反射制御法の一手法を取り入れて、アルコール依存症の治療を行っており、結果、治療成績が格段に向上しました。今回、誌面をお借りして条件反射制御法を、実例を交えながら簡単に紹介したいと思います。

条件反射制御法について

この療法は国立病院機構下総精神医療センターの平井慎二先生が考案されたもので、依存の本質を条件反射の連鎖と考えるものです。難しい話だと思われるかもしれませんが、学校で「パブロフの犬」というのを習った記憶のある方は案外多いかと思えます。パブロフという人が行った有名な実験で、具体的には、犬にベルを鳴らしてからエサを与える事を繰り返した結果、ベルを鳴らただけで唾液を出すようになったというものです。犬がエサを見て唾液を出すのは当たり前ですね。この反射は、犬に元々備わっている反射です。一方、ベルが鳴った後にエサをもらえることを学んだあとに、ベルを鳴らただけで唾液が出るのは、学習によって成立した反射です。これをアルコール依存症に応用して簡単に言うと、飲酒を続けたことで、お酒を飲む前にしている行動や、飲みなれた場所、飲みがちな気分といったことから条件反射が起こって、深く考えることなしに飲んでしまう。これらの条件反射の連鎖をアルコール依存症と考えるということなのです。実際、筆者の経験では、アルコール依存症者が毎回飲酒欲求を感じているわけではありません。依存症の

定義では強い飲酒欲求の存在は大事なポイントなのですが、それを持たずに飲酒する場合は驚くほど多いのです。このような、アルコール依存症の定義から外れるケースでも、条件反射制御法で考えると理解できます。条件反射の連鎖が依存症の本質なら、本人が欲求を自覚しなくても不思議ではないのです。

ここからは条件反射制御法の治療について説明します。この療法では、条件反射を出にくくすること（①）、出てしまった条件反射を抑えること（②）の二つの方法を用います。①の具体例としては、アルコール依存症者に、酒類を目の前に置いた状態から、酒類を口に入れる直前までの動作を繰り返してもらいます。普段飲酒している通りの順番で、しかし、実際にはお酒が飲めないということを何度も繰り返してもらうことで、飲酒に至る条件反射の連鎖を弱くしようというものです。②の具体例としては、簡単だけど意識しないとできないような特殊な動きを決めてもらって（例えば、拳の握り開きをした後に額を触るといった動作）、その動きをしながら、「今は酒を飲めない」と自分に言い聞かせる作業を、絶対にお酒を飲めない環境（入院病棟、職場など）で行うというものです。この作業が身につくと、将来、飲酒欲求が強まった場合、決めている動作をすることで、条件反射によって、飲めない環境にいるような心理状態を作り出して飲酒欲求が弱くなるようです。

当院での試み

当院では、条件反射制御法のなかで、①の方法だけ取り入れています。その理由は、①の方法は見ただけでわかりやすいため、治療意欲が低かったり、年齢などの問題で理解力が低かったりしても実践できるからです。ちなみに、当院では自助グループへ通所にいかななくても、抗酒剤を飲まなくても構いません。当院では、治療意欲が別段高くない患者さんでも受け入れ、治療効果を出すことを目指しています。

す。

当初は条件反射制御を入院患者に対してのみ行っていました。しかし、最近では外来でも積極的に行っています。使う道具は、最近ではノンアルコール飲料が多いです。以前は、患者本人が過去に常飲していたのと同じ酒類を用いて、何度も飲むふりをしてもらっていました。それでも効果はあったのですが、ノンアルコール飲料を用いた方がよりリアリティがあるため、入院患者に対しては主に試供品（業者から手に入らなくなれば、元のやり方に戻すつもりです）を用いて、外来患者の場合は、ノンアルコール飲料を持参して頂き用いています。アルコール依存症者がノンアルコール飲料を飲んだ場合の変化ですが、一番強く出た場合は、酔っぱらった様になります。顔が赤くなり、呂律も回らなくなる場合もあります。そういった変化が出なくても、陽気になる方が多いです。時に飲みながら暗くなっていく患者さんがいますが、そういう方は普段から暗いお酒な様です。中には、何度ノンアルコール飲料と説明しても本物だと言い張る人もいました。もちろん、本当に飲酒しているわけではないので、少し時間をおけば元に戻ります。これを毎回の診察毎に行います。

条件反射制御法を取り入れる前の診察では、ともかく断酒意欲を本人から引き出すことに重きを置いていました。しかし、どんなに断酒意欲を引き出せても、外に出るとあっさりと飲酒をされたものでした。それが、条件反射制御法を取り入れてからは院内での飲酒率が激減したのです。具体的に言うと、外出可能な病棟での飲酒発見率が、約6割から2割未満へと減りました。外来のみで行った場合でも良好な結果を得ていますので、具体例を紹介します。

症 例

50代の男性で、無断欠勤などの度重なる飲酒問題で休職中でした。他院でアルコール依存症の専門治療を受けていて、入院歴もありました。しかし、入院中に飲酒してしまい、退院させられた後は自宅飲酒を続けていました。同じ病院に通院をしていましたが、自助グループの参加に消極的なことを注意されることにストレスを感じていました。同居家族

は妻のみで、それまで自助グループの家族会へ足を運んでいましたが、夫の協力が得られないまま、休職期間の期限が迫っていることに焦っていました。上司の勧めで当院を試しに受診しました。診察当初、本人は拒否的ではないものの、飲酒コントロールは出来ていると話し、治療意欲は不十分でした。そこで、本人から承諾を頂いて、ノンアルコールビールを飲んで頂きました。すると、言葉尻はしっかりしていましたが、うっすらと顔が赤くなり、先程とは違って変って陽気になっていきました。本人の様子を尋ねると、頭がぼーっとすると答え、変化を自覚できました。医師の説明に半信半疑だった妻も、夫の変化をみて新しい治療法をやってみたいと希望されました。本人には日常生活でノンアルコール飲料だけを飲むことに同意してもらい、その管理は妻に一任してもらうこととしました。その後は定期的に通院してもらい、毎回診察室で持参のノンアルコール飲料を飲んでもらっています。通院のはじめの頃は、ノンアルコール飲料を飲むと顔を赤らめたり、陽気になったりしていましたが、回を重ねるにつれて、変化が出なくなりました。日常の様子としては、飲酒をしていないのはもちろん、毎晩夫婦でノンアルコール飲料を飲みながら楽しく雑談しているとの報告を受けています。

おわりに

今回、筆者が取り入れて成果を実感している、条件反射制御法を紹介させて頂きました。毎回の診察で患者さんがノンアルコール飲料を飲んでいる光景は奇妙に感じるかもしれません。しかし、効果を実感して、条件反射制御法が唱える、条件反射の連鎖が依存であるという説が的を射ていると筆者は考えています。ただし、これまでの治療法が無意味だと言っているわけではなく、条件反射制御法は従来の治療法とは違うアプローチをしているので、お互いを組み合わせることで患者各々にあった方法を提案できると考えています。

※条件反射制御法の各説明については、条件反射制御法の研修会で配布された文書等を参考に著者の責任で記した。

危険ドラッグについて



危険性について

危険ドラッグは、「お香」「ハーブ」「アロマ」「ポプリ」「リキッド」などと称して「雑貨ショップ」や「セレクトショップ」を装った店舗やインターネット上で販売されていますが、単なる料理で使うハーブや入浴剤、芳香剤ではありません。

また、「合法ドラッグ」「脱法ハーブ」などとも称して販売されていますので、あたかも身体的な悪影響がなく、安全であるかのように誤解されていますが、大麻や麻薬、覚せい剤などの既に規制されている薬物に似た物質が含まれている上に、複数の薬物が混ざっていることもあります。

危険ドラッグの成分や含有量は商品によってまちまちであり、呼吸困難、嘔吐、けいれん、意識障害、錯乱行動など、様々な健康問題が発生しています。身体への影響は麻薬や覚せい剤と変わりありません。

それどころか、麻薬や覚せい剤より危険な成分が含まれていることもあります。病院に救急搬送される事例が多く発生していますが、成分がわからないために適切な治療ができない場合があります。

また、危険ドラッグを使用した人が自動車を運転して大事故を起こしたり、他人に危害を加える事件が相次いで発生しています。

使用について

いわゆる「脱法ハーブ」「合法ハーブ」として売られているものには、麻薬に似た中枢神経系の興奮若しくは抑制又は幻覚の作用がある成分が含まれています。

「ハーブ」といわれるのは、乾燥植物に大麻に似た作用を持つ薬物（合成カンナビノイド）を混ぜ込んだものですが、昨今では大麻に限らず麻薬、覚せい剤など既に規制されている薬物の化学構造を少しだけ変えた物質も含まれています。



出典：内閣府ホームページ
(http://www8.cao.go.jp/souki/drug/drug_details.html)

危険ドラッグを使用すると、多幸感、快感、興奮、酩酊感などを高めると言われています。辛い状況に置かれた方の中には、苦痛を和らげ、一時的に楽にしてくれることを期待して使う方もいます。

しかし、作用が切れると、逆に不安感が増したり絶望感に襲われたりして、そこから逃れるためにまた使うという悪循環に陥ってしまうことがあります。

そうやって使用を繰り返していると、一回に使用する量がどんどん増えていきます（耐性）。そして、使用量が増えるにつれ、実際には無いものが見えたり聞こえたり（幻覚・幻聴）、疲労感や倦怠感が持続したり、集中力や学習能力が低下するなどの様々な悪影響が出ます。

乱用について

「薬物乱用」とは、①本来、病気などの治療に使用する医薬品を医療目的以外に使用したり、②医薬品でない薬物を不正に使用することを指します。例えば、酩酊感や快楽を得るために睡眠薬を飲んだり、シンナーを使用したりすることです。もちろん、覚せい剤、大麻、MDMA、コカイン、ヘロイン、危険ドラッグ等の使用もこれにあたります。

たとえ一回の使用でも薬物乱用にあたりとされています。

薬物乱用の恐ろしさは、たとえ一回の使用でも神経細胞が侵され、脳の機能に異常をきたし、幻覚、妄想、錯乱などが生じること、場合によっては脳出血、心不全などで死に至ることにありますが、「耐性」といって、繰り返し使用しているうちに身体が薬物に対する抵抗力を持ち、効力が薄れてしまい、薬物の使用量が増えてしまうこと、また、繰り返し使用したいという欲求が制御できなくなる「依存性」を持ってしまうことにあります。

依存について

薬物依存というのは、覚せい剤・大麻・危険ドラッグなどを使い続けているうちに心身に異変が生じ、薬物を使いたいという欲求（渴望）が自分では制御できないほど強くなったせいで、現実生活の上で様々な問題が起こっているにも関わらず薬物の使用が止められなくなる精神疾患です。

薬物依存という状態に陥ると、当初はストレスから逃れるためや、仕事や勉強への集中力を増すための手段として薬物を使用していたものが、薬物の使

用そのものが目的になり、ついには他の全てを犠牲にしてでも薬物の使用を優先することになります。そうすると、家族や友人、仕事を失っても薬物の使用が止められず、一生を台無しにしてしまうことにもなりかねません。

いったん薬物依存という状態に陥ると、そこから抜け出すのは大変困難です。

薬物依存症の治療には、非常に長い期間の治療に耐えることが要求されます。なかには途中で治療をあきらめて元の薬物依存に戻ってしまう方もいます。

また、薬物の使用を止めた後でも、ストレスやつきあいでの飲酒などがきっかけで、再び薬物の使用を再開してしまい（スリップ）、元の薬物依存に戻ってしまう方もいます。たとえ薬物の使用を止めていた期間が長かったとしても、一定のリスクはなくなるとは言われています。

規 制

「合法」「脱法」などと称して販売されているからといって「違法ではない」「危険ではない」ということでは決してありません。以下のとおり、様々な規制が行われています。

①薬事法

危険ドラッグに含まれる成分のうち、幻覚などの作用があって、使用すると健康被害が起こるおそれのある物質を、薬事法に基づき厚生労働大臣が「指定薬物」として1,400物質（平成26年8月15日現在）を指定し、医療等の用途に供する場合を除いてその「輸入」「製造」「販売」「所持」「使用」「購入」「譲り受け」などが禁止されています。

これに違反した場合、「3年以下の懲役」又は「300万円以下の罰金」又は「これらが併科」されます。

○指定薬物について

薬事法では中枢神経系の興奮若しくは抑制又は幻覚の作用（当該作用の維持又は強化の作用を含む。）を有する蓋然性が高く、かつ、人の身体に使用された場合に保健衛生上の危害が発生するおそれがある物を指定薬物として定義し、薬事法第2条第14項に規定する指定薬物及び同法第76条の4に規定する医療等の用途を定める省令（厚生労働省令第14号）で物質名を定めています。

※平成26年11月25日より薬事法は「医薬品、医療機器等の品質、有効性及び安全性の確保等に関する法律」に名称が変わりました。

②薬物の濫用の防止に関する条例

愛知県内でも、「危険ドラッグ」の使用によるものと疑われる死亡事例や、「危険ドラッグ」を使用したものと疑われる自動車の運転により、高校生が死亡するという痛ましい事故が発生しています。

いったん指定薬物として規制しても、化学構造の一部を変えて規制を逃れた物質が新たにつくられ、規制が十分追いついていないために『合法ハーブ』などと称して販売されている状況が続いています。

愛知県では、独自に危険ドラッグの販売、所持等を積極的に規制するための条例が制定されています。

この条例では、薬事法で規制する薬物以外のもので、興奮、幻覚等の作用を有し、濫用されることにより人の健康に被害が生ずると認められるものうち、濫用されるおそれがあると認められるものなどが「知事指定薬物」として指定されています。

③道交法

危険ドラッグの影響により正常な運転ができないおそれがある状態で車両を運転した場合、道路交通法第66条（過労運転等の禁止）が適用され、その場で現行犯逮捕されることもあります。

これに違反した場合、「3年以下の懲役」又は「50万円以下の罰金」が科されます。

【問い合わせ先】

危険ドラッグに関する通報・相談は下記の窓口にご相談ください。

あやしいヤクブツ連絡ネット（厚生労働省）

TEL：03-5542-1865

受付時間：月曜日～金曜日（祝日を除く）
9：30～16：00

FAX：03-5542-1875

受付時間：24時間・年中無休

愛知県警察本部 薬物相談電話

TEL：052-953-9110

受付時間：月～金曜日（祝日除く）
9：00～17：00

また、危険ドラッグその他の依存症に関する相談は、名古屋市精神保健福祉センター（予約制）その他全国の都道府県精神保健福祉センターでお受けしています。

精神保健福祉センターでの依存症に関する事業

◆薬物リハビリテーション相談◆

薬物問題からの回復のために、ご本人、ご家族を対象に面接での相談を行っています。(月3回開催)

面接は、精神科医あるいは精神保健福祉士が担当します。

まずは電話で予約をして下さい。

相談予約電話番号：052-483-2095

◆アルコール家族教室◆

精神科医、精神保健福祉士、本人・家族による講義を行っています。

日程：第1回 平成27年1月26日(月) 午後2時～午後3時30分

第2回 平成27年2月4日(水) 午後2時～午後4時

第3回 平成27年2月18日(水) 午後2時～午後3時30分

場所：精神保健福祉センター

◆薬物問題関係者研修◆

名古屋市内の保健所、区役所民生子ども課、児童福祉センター、高校、医療機関、家庭裁判所、保護観察所、少年鑑別所、その他関係機関にて薬物関連の相談・援助に関わる方を対象に、薬物問題の相談技術の向上とともに、ネットワークづくりを目指す目的で、薬物問題関係者研修を年1回開催しています。



特定非営利活動法人グリーンハート 就労継続支援B型事業所ワークセンターメイプル

当事業所は、心の病や精神の障がいもち、支援を必要とする方の「憩いの場」「就労練習の場」です。自主性や個性を尊重しながら、より生活が豊かになるよう社会的自立をサポートしていく事を目的としています。1995年、緑区の小さな授産所「かえで作業所」から活動を開始し、病院デイケアを卒業した当事者を地域の現場から長年支えてきました。2013年からは、「就労継続支援B型事業所ワークセンターメイプル」としてスタートし、開所当初からの利用者や、新たに入った利用者、様々な年代の方がゆったりと過ごしています。

ワークセンターメイプルでは、様々な事業を行っており、内職、喫茶店営業、焼き菓子製造・販売、外部清掃事業、布製品作り等と多岐にわたっています。利用者はそれぞれ自分の希望する事業を毎日選び、それぞれのペースに合わせて各事業で活躍しています。また、年間を通して地域のお祭りやバザーに出店し、販売を通して地域住民の方との交流を行っています。

2014年4月より、当法人と区内にある社会福祉法人ゆたか福祉会との共同運営（コンソーシアム）により、「緑区障害者基幹相談支援センター」が設立され、相談支援事業も拡大しています。



事業所前景



内職の様子



バザーの様子



焼き菓子製造

特定非営利活動法人グリーンハート

❖法人事務所

住所 名古屋市緑区六田1丁目78番地
就労継続支援B型事業所
ワークセンターメイプル内

TEL 052-624-9515

FAX 052-693-9516

Mail wc-maple@atbb.ne.jp

HP <http://wcmapple.chagasi.com/>

❖就労継続支援B型事業所 ワークセンターメイプル

住所 名古屋市緑区六田1丁目78番地

TEL 052-624-9515 [FAX] 052-693-9516

❖緑区障害者基幹相談支援センター (社会福祉法人ゆたか福祉会との共同運営)

住所 名古屋市緑区鳴海町宿地37番地シャルル鳴海1F西

TEL 052-629-6303 [FAX] 052-629-6304



★次回は「はたらく工房」さんです。

アクション・セッション

平成26年8月1日（金）午前10時から午後4時まで、100名ほどの参加者を得て、千種文化小劇場にて実施しました。アルコール、薬物、ギャンブルや、食行動、対人関係など様々な依存症の方々の自助グループや支援機関からのメッセージが届けられました。

依存症から回復するには、ひとりで立ち向かったり、家族の間だけで解決しようとするのは大変難しく、同じ問題を共有する仲間が集まった自助グループに参加したり、依存症から回復した仲間やその支援者が運営している支援機関に通うことが有効であると言われてはいますが、一方で、その実際の活動内容については、十分知られていないというのが実情です。

この事業は、様々な依存症のそれぞれの自助グループや支援機関などが集い、活動内容を紹介したり、活動のなかでの思いを語ったりする場を設け、自助グループや支援機関の生の声を聞ける機会を提供することを目的としています。

当日会場で行ったアンケート結果から、参加された方々の声をご紹介します。「依存症にはいろいろな種類があって、たくさんの自助グループがあることを知った。」「アダルトチルドレンや摂食障害の方々の体験談も聴けてよかった。」「当事者の方々のメッセージは、苦しいことをくぐり抜けて、力強い内容でした。」「仲間の中で支えられることがよくわかりました。」「時間をゆったりととってあり落ちついて話がきけました。」というご感想をいただきました。この事業を通じて伝えたかったことが十分に伝わったのではないかと思います。「もっと参加者が増えるといい。」というご意見もありました。今後も、さらに一人でも多くの人にメッセージが届くようにこの事業を継続していく予定です。どうぞご参加ください。

名古屋市精神保健福祉センター ころらぼ

Nagoya City Mental health & Welfare Center KOKORABO

名古屋市精神保健福祉センターは、精神保健福祉活動の中心的な施設としてさまざまな事業を行っています。

精神保健福祉相談（予約制）

思春期の精神保健相談、薬物リハビリテーション相談、自死遺族相談、その他の精神保健福祉相談を行っています。

普及啓発

心の健康や精神障害に関する正しい知識の普及を図るために、講演会の開催やパンフレットの発行を行っています。

組織育成

精神障害者家族会や精神保健福祉に関するボランティア団体等の活動を支援しています。

リワーク支援プログラム

うつ状態で離職（休職）中の方が復職・再就職を目指すプログラムを行っています。

調査研究・企画立案

精神保健福祉行政の推進を図るため、調査研究や情報収集を行い、施策の企画立案を行っています。

人材育成・技術援助

保健所、社会復帰施設等の関係機関の職員を対象に、精神保健福祉活動についての専門的な教育研修、技術援助を行っています。

精神医療審査会の事務

精神障害者の人権に配慮し、その適正な医療及び保護のための専門的・独立的な機関である精神医療審査会の事務を行っています。

自立支援医療（精神通院）等判定

自立支援医療（精神通院）・精神障害者保健福祉手帳の申請に対する判定業務を行っています。

名古屋市ひきこもり地域支援センター tel.052-483-2077

名古屋市精神保健福祉センター通信 ころらぼNAGOYA 15号

発行日 2015年1月
発行 名古屋市
発行部数 3,100部
編集担当 名古屋市精神保健福祉センター ころらぼ
〒453-0024 名古屋市中村区名染町4丁目7番地の18
tel.052-483-2095 fax.052-483-2029
<http://www.city.nagoya.jp/kurashi/category/22-5-3-0-0-0-0-0-0-0.html>