

ルチアめる

“依存症治療”

～専門治療が**必要な理由**・**徹底解明**～



依存症治療チームのみなさん

● SPECIAL TEAM 5／依存症治療チーム

● FOCUS／自殺予防

● 聖ルチア病院のプロフェッショナル／「臨床心理課」



依存症治療

専門治療が必要な理由
徹底説明

依存症治療チーム

医師 町田 三彩（まちだ みさ）

精神保健指定医、日本精神神経学会専門医・指導医

見えている症状は“氷山の一角” 水面下の問題解決までが治療

依存症の依存対象は「アルコール」「ギャンブル」「薬物」「ゲーム」「スマホ」など様々あります。薬物依存は、覚せい剤などの違法薬物だけでなく、市販薬の依存症もあります。また、食べ物を過剰に食べてもどすことを繰り返す「摂食障害」や、恋人から傷つけられていても離れられないような「恋愛依存」なども依存症のひとつです。

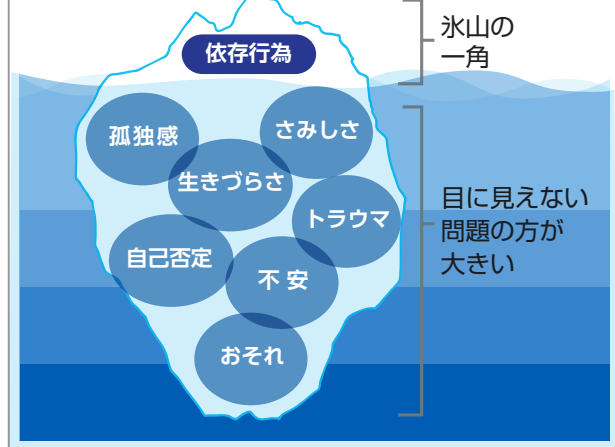
依存症に関わる方に必ず知っていただきたいのは「依存症は本人が悪いのではなく、病気だ」ということです。周囲はつい「この人がだらしないからお酒を止められないのだ」「意志を強く持てば止められる」などと考えてしまいますが、依存症はれっきとした病気なので、適切な治療でしか止めることはできません。ご本人とご家族だけでは深みにはまり孤立してしまうので、客観的な視点を持った第三者の介入と、適切な治療が必要なのです。

どうして依存症が起こってしまうのか？を紐解いて

いくと、その方の孤独感や、さみしさ、生きづらさ、心の傷などたくさんの問題が根底にあります。依存の症状は氷山の一角にすぎないのです（図1）。“依存行為を止めさせる”ことが依存症治療ではないのです。

私たちが行う治療では、依存行為がある程度落ち着いた後に、根本の問題を解決するための治療をします。具体的には、医師やコメディカルによる心理療法などです。時間は長くかかりますが、根本の問題解決が、治療や再発防止の上では重要です。

【図1】



患者様ご本人とご家族 両輪での治療が必要

これほど大きな問題を水面下に抱えている依存症は、とても大きな力を持っています。患者様に関わるご家族もまた、依存症の力に飲み込まれて心を病まれていることが少なくありません。当院では、ご本人だけでなく、ご家族のケアや治療を両輪ですすすめています（図2）。

具体的には、毎月1回「家族会」を開催しています。ここでは、患者様のご家族に医師や専門職が講義をした後、座談会でご家族同士にお悩みなどを話していただきます。依存症は患者様だけでなくご家族も孤立し抱え込んでしまうので、同じように病気と闘うご家族と話せることがとても重要なのです。家族会は、ご本人が当院で治療されていない場合でも参加していただけます。ご本人が治療に消極的でご家族が悩んでいるケースもとても多いので、門戸を広げています。また、必要な場合はご家族にも、当院の医師による心理療法などもご案内しています。



“誰かのため”から“自分のため”へ そして新しい生活を目指す

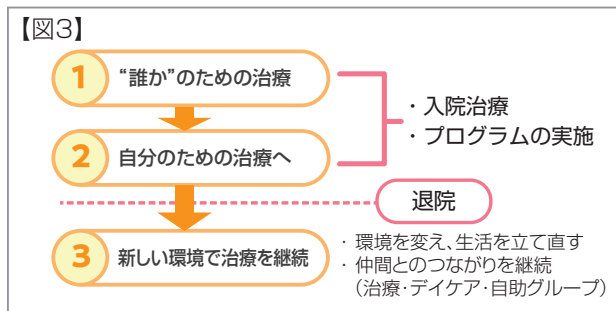
当院では2019年から、多職種による依存症治療チームを結成し、病棟での治療や、前述の家族のケアなどを行っています。ここからは、具体的な治療の流れと、患者様の治療に対する気持ちの変化についてお話します（図3参照）。

依存症の患者様は、最初は病気の自覚がなく、治療に消極的です。それでも治療を始めるきっかけは「家族が困っているから」など、自分ではない“誰かのため”であることが多いです。こうした治療のモチベーションは患者様によってそれぞれ違います。依存症治療チームのスタッフは、患者様が本音を話せる関係をつくり、治療意欲を高めるアプローチを探ります。

当院では、体系的な依存症治療を確立しています。基

本的には入院治療をお勧めしており、物理的に依存対象と離れた状態をつくります。そのうえで、当院オリジナルのプログラム [1クール16回（週2回×8週）] を実施します。疾患教育で病気について理解し、それまでの自分を振り返ることで、次第に依存状態や依存対象は自身自身にとって悪いことだったと感じられるようになります。“自分のために”治療が必要だと考えられるようになります。また、社会や在宅に復帰した後、生活していくためのスキルの習得も行います。

退院後は、依存対象が無い、新しい生活を始めます。このとき、入院前とは生活環境を一変することをお勧めしています。具体的にはしばらく仕事を休んだり、ご家族と離れて一人で住むなどです。そして、依存症と闘う仲間とつながり続けることも重要です。継続して当院のプログラムやデイケアに通ったり、「自助グループ」に参加し続けることが、再発防止の大きなポイントとなります。



当院で依存症治療チームを立ち上げて3年目となり、依存症治療プログラムや家族会が確立してきました。今後は、当院の依存症治療の卒業生で自助グループができると良いと思っています。また、患者様の治療後の社会生活をサポートするため復職支援をしており、今後はさらに力を入れたいと考えています。

依存症Q&A

Q. 本人が治療に消極的な場合、受診を勧める良いタイミングはありますか？

A. 依存症に関することで失敗したり、ご家族に叱られた後など、ご本人が反省しているタイミングで勧めると、実際に受診につながることが多いです。

Q. 「お酒をよく飲む」から「アルコール依存症」になる前に、わかりやすい兆候はありますか？

A. みんなで楽しく飲んでいるうちは、話すことなどでストレスなどを発散していますが、1人で黙って飲むようになると、アルコール自体で発散し始めているため、アルコール依存症への入り口になる可能性があります。また、お酒を飲んで「ふと楽になる」という感覚がある方も要注意です。

SPECIAL TEAM 5 vol.5 依存症治療チーム

スペシャルチーム ファイブ

聖ルチア会では、20年度から「統合失調症」「うつ病」「認知症」「児童思春期疾患」「依存症」の5つの分野について、多職種で編成した疾患別専門治療チームをつくりました。それぞれの分野で最新の治療や社会復帰への支援を追求し、専門性を高めています。今回は、「依存症治療チーム」についてご紹介します。



依存症



看護師

医師

薬剤師

臨床
心理士

精神保健
福祉士

ソーシャルワーカーは、ご本人やご家族からの相談窓口として対応します。ご本人が治療の必要性を感じていらっしゃらないことも多いため、そのことも考慮して慎重にお話を聞きます。お酒やギャンブルなどを「止めさせよう」と関わるのではなく、まずは安心してお話いただけるような関わり方を第一に考えています。

今後は薬物依存症の方の回復支援にも力を入れたいです。自助グループなど地域の様々な資源との連携を図りながら、回復のためのきっかけづくりに努めています。

精神保健福祉士・社会福祉士
松本 諒太



デイケア
スタッフ

作業
療法士

栄養士

依存症治療チームも3年目を迎え、依存症プログラムに携わるスタッフも増え、徐々に体制が整ってきています。昨年には、外部研修にも多くのスタッフが参加し、さらに専門性を高めています。プログラムの内容も充実してきました。

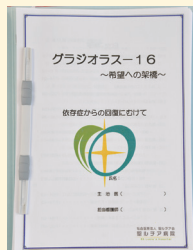
依存症の場合は、入院中やプログラムの中で患者様同士の仲間意識ができると、退院後の治療やデイケアも継続しやすく、再発率が低いと感じます。そのため入院中から患者様同士の良い関係性ができるようサポートしています。

看護師長(依存症治療チームリーダー) 森 久美子

依存症プログラム

当院では、オリジナルの依存症プログラム[1クール16回(週2回×8週)]を実施しています。その他にも、ギャンブルやゲームの依存症の方には専門プログラムを2週間に1回実施し、今後は薬物依存のプログラムも2週間に1回計画しています。

プログラムの内容は、専門職からの講義形式で依存症について学ぶことに加えて、自分のことを振り返り、話していただくことも大切にしています。他の患者様の話を聞くと新たな気づきがあり、共により



▲聖ルチア病院オリジナルのワークブック



そう仲間がいることで孤独感が和らぎます。退院後も継続して仲間と関わり続けることが再発防止につながるので、外来やデイケアでもプログラムを実施しています。

◀プログラムの様子

家族会(シロタエギクの会)

毎月第1土曜日(PM)開催

当院では、ご本人の受診が難しい場合にも、ご家族が参加いただける家族会を行っています。依存症についての講義と、ご家族同士の座談会を中心に、月に1回実施しています。予約制となっていますので、お問合せ下さい。



シロタエギクの花言葉は「あなたを支えます」です

メッセージ

当院では、依存症の「グレーゾーン」の方の治療も行っています。グレーゾーンとは、例えばアルコール依存症であれば、「よく飲みすぎてしまう」など、症状がまだ軽い状態です。減酒のための投薬治療などもあります。重症化する前に、早めのご相談・受診をおすすめしています。

お問い合わせは：0942-33-1581 地域医療連携室まで

アルコール依存症

～内科医やかかりつけ医から専門治療へつなぐ～

アルコール依存症は、様々な依存症の中でも、内臓に影響が出やすいという特徴があります。当院では、消化器科系の先生方と連携することで、アルコール依存症の患者様を専門の治療につなぎたいと考えています。社会医療法人天神会新古賀病院様(久留米市)からは、アルコール依存症の疑いがある患者様を、ご紹介いただいています。今回は、新古賀病院の消化器内科部長・中村弘毅先生にお話を伺いました。



▲新古賀病院消化器病センターのみなさん
前列中央が中村弘毅先生

一 中村先生が、依存症の専門治療が必要と考える理由を教えてください。

中村先生 新古賀病院の消化器病センターでは、肝臓疾患の患者様を多く診ています。肝臓疾患にはいくつかの要因があり、ウイルス性や薬物性の場合、私どもが治療し原因を取り除くことで、かなりの改善が期待できます。しかしアルコール性の場合、患者様本人がアルコールを止めない限り、進行します。アルコール性の肝硬変による肝臓がんは近年増えていますし、非代償性肝硬変から肝不全へと進行すると死に至ります。

アルコール性の肝臓疾患の方は、私たちがアルコールを止めるように話しても、止められる方はまずいません。しかし止めなければ病気が進行し、死に至ります。その流れを断ち切るためには、我々一般内科医よりも依存症の専門の先生にお願いした方が確実だと考え、聖ルチア病院との連携を1年半ほど前から始めました。

精神科の医療機関との連携はこれまでも試みましたが、肝臓疾患があると受け入れが困難なこともありました。聖ルチア病院さんでは肝臓疾患があっても受け入れていただき、入院中は聖ルチア病院で体の状態も見ながら治療してもらえます。退院後は、肝臓疾患は当院で診療し、依存症治療

を聖ルチア病院で継続するという体制が取れています。

これまでに紹介した患者様は、みなさん断酒や減酒に成功し、依存症の治療も継続されています。飲酒を止められるのではなく、アルコール依存症について理論立てて理解できたことで、納得してお酒を止められているようです。

一 精神科病院での治療にハードルを感じる患者様には、どのように受診を促していますか。

中村先生 アルコール依存症かどうかのひとつの指標として、AUDIT(オーデイト※1)を聖ルチア病院の町田先生にご紹介いただきました。これを外来に置いて、疑いがある患者様にチェックしてもらっています。AUDITで危険性ありと結果が出た方や、結果は良くても心配な方には、聖ルチア病院での受診を勧めています。

以前は精神科病院での治療にハードルを感じ受診を拒まれる方も半分かくらいでしたが、現在は割とスムーズに受診されていると感じます。AUDITで具体的な数値を提示することも、納得できる要因だと思います。

一 最後に、一般内科の先生方にメッセージをお願いします。

中村先生 アルコール性の肝臓疾患は、私たち肝臓の専門医が治療するにも関わらず死に向かって進行します。何度注意しても飲酒を止めない患者様に困り果て、ときには「自業自得だ」と言われる先生方もいます。しかし、少し視点を変えて、精神面の専門の治療につなげることで、結果を変えられる可能性があります。私は今後もこの連携を継続し、良い結果を集積して肝臓学会などに発表し、依存症治療のための連携を、他の病院や地域にも広げていきたいと考えています。

※1 AUDIT:世界保健機関(WHO)の調査研究により作成された、アルコール依存症のスクリーニングテスト

今最も注目の情報にフォーカス!

FOCUS

春は、進学や就職、昇進や転勤など環境の変化が多い季節。悩みを抱えてしまう人も多く、自殺者数は例年3月や5月に最も多くなります。自殺を予防するためにできることを、ぜひ一緒に考えてみましょう。

今回のテーマ

自殺予防



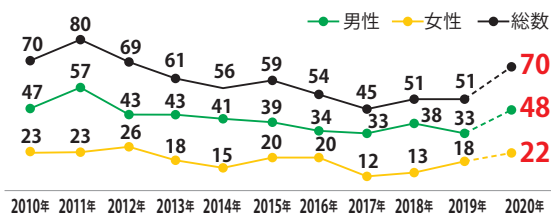
院長 大治 太郎

久留米市と
筑後8医師会で、
自殺予防対策の
取り組みを強化します。

10年ぶりに自殺者数増加

日本の自殺者数はリーマンショック以降減少を続けていましたが、2020年には10年ぶりに増加してしまいました。久留米市内でも、毎年50人程度で推移していましたが2020年は70人と、37%も増加しています(図1)。

(図1) 久留米市における自殺者数の推移 (2010年～2020年)



どうして自殺が増えているのか?

自殺者数が急に増加した背景には、新型コロナウイルスの影響があると考えられます。

例えば、経済活動がストップした影響で仕事や収入を失い、経済的にひっ迫した状況にある方もいます。また、対人交流の分断も大きな原因です。進学や就職で遠方に行き、

オンライン授業やリモートワークのため友人もできず孤立してしまう方もいます。出勤や登校しないことで、睡眠や食事など生活のリズムが崩れることは精神的に大きな影響をうけますし、アルコール依存症が悪化して自殺に発展することもあります。

自殺を予防するためにできること

— 組織の中で —

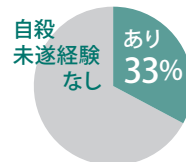
メンタルヘルスは、病気やケガと異なり、見た目にはわかりづらいです。まずは周りの方の言動や表情の変化に「気づく」ことが重要です。特に新入職や転勤、異動や昇進などで環境が変わった方を気掛けて、声をかけてみてください。

— 医療機関の先生方へ —

久留米市では「かかりつけ医・産業医と精神科医連携研修」を定期的に開催しており、私も久留米医師会の理事として関わっています。特に昨年度末からは、「自殺未遂者」を精神科の専門治療につなぐことをテーマにしています。久留米市内の自殺者数を分析した結果、2020年度は特に自殺未遂の経験がある方が多いことが分かったためです(図2)。具体的には、大量服薬やリストカットで自殺を図ると「救

(図2) 久留米市の2020年度の自殺者数 **70人**

2020年度の自殺者のうち自殺未遂の経験がある方の割合(久留米市)



特に女性に多い
(女性に限定すると55%)

自殺未遂者の
救済を強化

急搬送”されることが多いため、総合病院の救急に携わる先生方にぜひ知っていただきたい内容だと考えています。

また、産業医の先生方は、職域メンタルヘルス対策については、この時期は特に抑うつ感、不眠、全身倦怠感などの症状に注意していただけたらと思います。ご不明なことやお困りごとがあれば、ぜひご相談ください。

久留米市の相談窓口

臨床心理士などのカウンセラーが
幅広い悩みに対応

『こころの
相談カフェ』



借金、労働問題、損害賠償、
相続・遺言などの相談に司法書士や保健師、
精神保健福祉士が対応

『生活・法律・
こころの無料相談会』



当院へのご相談・受診

☎0942-33-1581(代表)

地域医療連携室まで

デイケアの利用者様と当院のスタッフがいただく昼食は、株式会社セイブさんのお弁当です。お弁当は毎日日替わりで、ボリューム満点！おかずの種類も豊富で美味しいと好評。スタッフが元気に働くためのエネルギー源になっています。

120人分の昼食を毎日休まず届けていただき、ありがとうございます。

〇田中憲治さんのコメント

当社は久留米・大牟田・佐賀に拠点をもち、企業や事業所のランチを4,000食、高齢者向けの夕食宅配を1,000食、介護・障害者施設の給食を8,000食、毎日お届けしています。とくに介護・障害者施設用のチルド総菜パック「スマイルキッチン」は、「人手不足でも毎日美味しい食事が提供できる」とおよこびいただき、利用施設が増えています。

現代社会はストレスも多く、精神的な病気が昔よりも身近になっていると感じます。聖ルチア病院さんは長く地域に貢献されていて、私も小さいころから知っています。これからますます、なくてはならない地域医療の担い手だと思います。



株式会社 セイブ

『お客様の「おいしいっ」を目指して奮闘中』をモットーに、安心・安全で健康的な食事を届けています。田中社長の優しい笑顔はロゴマークにもなっています。

会社情報

株式会社セイブ

〒830-0063 福岡県久留米市荒木町荒木1-6

TEL 0942-27-1212

HP <https://www.k-seibu.com/>

INFORMATION

インフォメーション

4月2日は世界自閉症啓発デー WARM BLUE KURUME 2022

毎年4月2日は、国連が定めた「世界自閉症啓発デー」です。

久留米市では、「自閉症を理解しようという気持ち」が

広がってほしい」と願いをこめて

WARM BLUE KURUMEのイベントを開催。

4月2日(土)・3日(日)の2日間、久留米市役所にブルーの

ハートが浮かび上がります。



当院でも自閉症の診療に取り組んでいます。
ご相談ください。

“3”と“9”がつく日は 「Thank you DAY」

当院では毎月3と9がつく日を

「Thank you DAY」として、

職員同士でThank youカードを送り合います。

感謝の想いをカードにのせて届けることで、

自然と相手を思いやる気持ちや、

お互いを大切にする気持ちが生まれています。



問い合わせ先： 聖ルチア病院 0942-33-1581

臨床心理課は、心理の専門家。カウンセリングや、心理検査の実施と結果の分析を行います。聖ルチア病院の臨床心理課には7人が所属しています。全員が臨床心理士と公認心理師の資格を取得しています。

5つある疾患別専門治療チーム全てに臨床心理士が所属しており、医師からアイデアや助言を求められることもしばしばです。臨床心理課では日常的に検査や対応について議論するほか、月に一度は聖ルチア会の臨床心理士全員で勉強会を開き、検査結果の分析やカウンセリングの事例検討をして、専門性を高めています。

『臨床心理士』と『公認心理師』って何が違うの？

以前は「臨床心理士」（民間資格）が唯一の心理の専門資格でしたが、2017年に新しく、国家資格の「公認心理師」が誕生しました。現在は診療報酬の加算対象も公認心理師に限られています。今後は、国家資格として医療はもちろん教育や福祉など様々な領域で活躍が期待されています。

▼検査の数値だけでなく、患者様の考えや生活に合わせて個別にアセスメントします



▲臨床心理課の勉強会では、それぞれの見解を出し合い新たな視点が見つかります

連携先の皆さまへのメッセージ

当院の理念には「地域の健康と幸福の増進に貢献します」とあり、私も患者様を支える上で地域との連携が重要と考えています。ホームページなどでもイベント情報を発信していますのでよろしければご覧ください。

臨床心理課主任 美濃部 勇士



《対象疾患例》

統合失調症

気分障害
(うつ病)

認知症
関連疾患

児童思春期
発達障害

依存症
(アルコール・薬物)

周産期の
メンタルヘルス

てんかん

摂食障害

《診療時間》

	月	火	水	木	金	土	日・祝
9:00~12:30 (受付時間 8:30~12:00)	○	○ rTMS 外来	○	○ rTMS 外来	○	○	×
14:00~17:00 (受付時間 13:00~16:00)	○	○	○	×	○	×	×

受診相談

「患者様のご紹介」「初めての受診」

受診相談窓口

地域医療連携室

受付時間

月～土曜日 9時～16時

緊急時は夜間、日祝日も対応します。
まずはご連絡ください。



社会医療法人 聖ルチア会
聖ルチア病院

St. Lucia's Hospital

〒830-0047 福岡県久留米市津福本町1012

TEL0942-33-1581 (代表)

FAX 0942-33-1586

関連施設

- ・精神科デイケア、デイナイトケア、ショートケア
- ・重度認知症患者デイケア すずらん
- ・訪問看護ステーション クローバー
- ・訪問看護ステーション クローバー おおき
- ・グループホーム ルピナス

