

精神科

飲酒がやめられない主婦 どんな治療が必要ですか

相談

既婚の33歳の娘のことで相談します。娘は専業主婦で、毎日、夫や子どもが出かけた直後からお酒を飲んでいるようです。家事もほとんどせず、私が手伝うこともありません。最近では食事が減り飲酒量が増えている気がします。本人もお酒を飲み過ぎていることは認め、受診したいと言っています。どのような治療をするのでしょうか。

●58歳・女性

解答

アルコール依存症は 専門機関での 治療が必要

ご心配ですね。ご相談内容からすると、娘さんはアルコール依存症の可能性が高そうです。空腹を

紛らわすためにお酒を飲んでいるとも考えられます。お酒では必要な栄養が摂れないので特に低血糖には注意が必要です。また女性は短期間で肝臓障害を起こしやすいので、できるだけ早く専門の医療機関を受診してください。

治療は、外来でも可能ですが、娘さんのように、食事も摂れていない場合には、入院治療をお勧めします。入院した場合、まず患者さんにはお酒をやめてもらい、離脱症状の治療を行います。離脱症状というのはアルコールが体から抜けてくると現れる症状で、手の震えやイライラ感、意識障害などが起きます。このため、体から急激にアルコールを排泄させずに、ベンゾジアゼピン系薬物を用いてアルコールの肩代わりをさせます。これを「解毒治療」といい、治療期間は約2〜4週間。この間心身の治療も行います。

精神・身体症状が回復してきたら、断酒に向けた本格的な治療を開始。患者さんには飲酒の弊害について説明し、勉強会にも参加していただきます。ご本人が断酒を決断したら、断酒継続の治療薬で

ある抗酒薬の投与を始めます。治療期間は約2カ月。入院中にソーシャルワーカーによる生活支援を行うこともあります。

継続した治療と 自助グループへの 参加が有効

退院後も通院し、抗酒薬の服用を継続します。アルコール依存症は、たとえ一回、少量でも再飲酒するとすぐに大量飲酒に戻ってしまうのが特徴。同じ悩みを抱える人々が集まる自助グループに参加すると再飲酒防止に有効です。

回復にはご家族の方々の支援も必要で、特に配偶者の方の理解と協力が大きな役割を果たします。

アルコール依存症の治療は決して簡単なものではありません。特に35歳以下の若い方は、ほかの年代に比べ断酒率がかんばしくないので、それでも根気よく治療を続けることが必要です。

もし再び飲酒してしまった場合でも、そのことを打ち明けられる信頼関係を家族や支援者の間でつくっておくことで、治療の継続がしやすくなるのです。

久里浜式 女性版 アルコール依存症 スクリーニングテスト

- 酒を飲まないと寝付けないことが多い
 - 医師からアルコールを控えるようにと言われたことがある
 - せめて今日だけは酒を飲むまいと思っても、つい飲んでしまうことが多い
 - 酒の量を減らそうとしたり、酒をやめようと試みたことがある
 - 飲酒しながら、仕事、家事、育児をすることがある
 - 私のでいた仕事をまわりの人がするようになった
 - 酒を飲まなければいい人だとよくいわれる
 - 自分の飲酒についてうしろめたさを感じたことがある
- ※3つ以上に該当すればアルコール依存症の疑いがあります。

監修

プロフィール

真栄里 仁先生

まえさと・ひとし

独立行政法人国立病院機構
久里浜医療センター教育情報部長

1996年 群馬大学医学部卒業
精神保健指定医・精神科専門医
アルコール依存症の治療や予防教育、政策に携わる。現在、女性のアルコール依存症の治療を担当。
日本アルコール関連問題学会評議員・編集委員

