

書籍 「スマホゲーム依存症」**スマホ社会に巣食うゲーム依存の実態**

1963年に日本初のアルコール依存症専門病棟を設立し、近年はネット依存やギャンブル依存にも取り組む久里浜医療センター(神奈川県)。同センター院長で「スマホゲーム依存症」を執筆した樋口進氏に、スマートフォン(スマホ)の普及により誰もが陥る危険性があるゲーム依存の実態や、同センターでの外来治療について聞いた。なお、同氏の働きかけにより、今年(2018年)6月に改訂予定の国際疾病分類第11版(ICD-11)に「ゲーム障害(Gaming disorder)」が収載される見通しだ。



樋口進著、四六判、224ページ、定価1,280円+税、内外出版社

患者の特徴は未成年、男性、ひとり親家庭、非社交性、高い衝動性

——スマホゲーム依存の実態について教えてください。

当センターでは2011年7月にネット依存治療部門(Treatment of Internet Addiction and Research: TIAR)を開設しました。当初はパソコンを使用したネット依存患者が大半でしたが、数年後にはスマホを介した患者が急増しました。現在のTIAR受診者の割合は、100人中90人がゲームにはまり込んでおり、うち88人が主にオンラインゲーム、2人が主にオフラインゲームです。もちろん、SNSや動画サイトにはまっている患者もいますが、動画で視聴するのは主にゲームの実況や解説なので、ゲーム依存と同等に捉えています。われわれが実施した調査では、患者は未成年、男性、ひとり親家庭、

非社交性、高い衝動性などの特徴がありました。

——依存患者の脳では何が起きているのでしょうか。

スマホゲームに依存することは、学業や社会生活に悪影響を及ぼしたり、課金によって莫大な借金を抱えたり、そうした状況に陥ってもスマホゲームをやめられなかったりすることを意味します。2000～13年に発表されたネットゲーム障害に関する脳画像研究結果のメタ解析から、ネットゲーム依存患者では健康人に比べて前頭前野の両側中前頭回の機能低下が見られ、左帯状回、左中側頭回、紡錘状回においても機能の低下が確認されています。また、線条体ではドパミン受容体の数が減少していることも分かっています。これらはアルコール依存、薬物依存、ギャンブル依存など、他の依存でも広く認められる所見です。さらに、脳の表層にある灰白質内の神

経細胞および白質が破壊されるとの報告もあります。現在のところスマホゲーム依存に特化したデータはありませんが、こうしたデータはスマホゲーム依存にも当てはまるものと推測しています。

集団療法を開始、診断基準やスクリーニングテストも作成へ

——TIARでの治療と今後の取り組みについて教えてください。

治療方針を決める上で、脳画像検査や体力測定、心理検査などを実施しています。この中で、注意欠如・多動性障害(ADHD)や自閉症スペクトラム障害(ASD)といった発達障害が背景に見られることがあります。そうした場合、個々の疾患に適応のある治療薬を処方するケースもありますが、ネット依存やスマホゲーム依存そのものに対する治療薬は存在しません。当センターでは、独自の取り組みとしてNIP(New Identity Program、ニップ)を実践しています。認知行動療法や集団社会技能訓練といった精神療法を取り入れ、患者同士や当センターのスタッフとともに行うスポーツや昼食、グループミーティングなどを通じて、コミュニケーション技術を高めることに重点を置いたプログラムです。今年は、患者が互いの体験談を語り合う集団療法も開始しました。

ICD-11への「ゲーム障害」の収載を働きかけたのは私です。疾患として世界的に認められれば、研究や臨床データがより蓄積されるでしょう。われわれも、世界保健機構と共同で診断基準やスクリーニングテストの作成に取り組む予定です。