

震災の病

東日本大震災の発生から2カ月が過ぎ、避難生活が長期化している。慢性疾患などに加えて懸念される問題がアルコール依存症の顕在化だ。時間の経過とともに、自分の心に向き合わざるを得なくなり、自宅や家族を失った悲しみからアルコールに頼るケースが出てくる。

ただし、大震災などの後でアルコール依存症の患者が増えるという研究結果はほとんどない。心配しているのは、依存気味だった人の飲み方が悪くなるケースの増加だ。

従来、自宅などではアルコールに依存しがちでも目立たなかった。だが仮設住宅や避難所生活で環境が変わるとどうしても人目につくようになり、顕在化してくる。被災により仕事も失った人はするこ

アルコール依存症

とがなくて時間つぶしに手が出してしまうこともあり得る。全国的に60歳以上の高齢者のアルコール依存症が増えている。都市部では定年退職した男性が中心だが、生きがいをなくし、時間を持て余すという点では、被災地の高齢者にも共通点が多いと考えられる。

今回は避難生活のさらなる長期化が避けられないため、時間が経過してから、新たにアルコール依存症になる人も



久里浜アルコール症センター院長

樋口 進氏

避難長引くと顕在化も

出てくる可能性が高いと考えられている。

アルコール依存症になりやすいのは男性でもともと酒好きな人。一方、女性は家族のドラブルやうつ病、摂食障害などがきっかけでなることが多い。また不眠症などで悩むとなりやすいというのは男女共通だ。アルコールの適量は、男性で1日当たりビールでは中ビン1本、日本酒だと1合程度。女性はその半分。思っている以上に少ないため、いつのまにか依存症になったという人も少なくない。

なぜアルコール依存症がよくないかというと、第一に本人の健康を害する。血圧をあげ、肝機能障害を起こし、慢性・急性のすい炎などあらゆる病気の引き金になりやすい。次に家族や知人など周囲の人に多大な迷惑をかける。アルコール依存症の人を抱えた家族の心の痛みは想像以上

症状が出たらすぐ診断

に大きい。本人は気づかないが、常に酒臭く、いびきが大きい、酔い方が悪いなどは周囲の人の生活を乱す。

アルコール依存症になったら程度の差は関係なく、すぐに専門医の診断と治療を受けべきだ。治療は安定剤や睡眠導入剤などの薬を使うことも多いが専門家の処方に従えば安心だ。

ただし、アルコール依存症の人は指摘されると否定することが多いため、自分から治療に行くことは少ない。家族などが気づいたら、地域や避難所を巡回している保健師などに相談してみよう。

アルコール依存症のサインや特徴は見慣れていないと保健師などでも見落としがち。私たちは、患者かどうかを判断するチェックリストや対処法のマニュアルを作り、自治体を通じて配布する計画だ。

(聞き手は西村絵)