

シリーズ「依存症」

(その4) アルコール依存症

依存症のうち、アルコール依存症についてまとめました。

1) アルコール依存症とは

アルコール依存症とは、快感を得るために飲酒を続け、酒がやめられなくなる病気です。



2) アルコール依存症の症状

具体的には、次のような状態におちいります。

- アルコールを摂取したいという強い欲望や強迫感を持つようになります。例えば、終業前になると決まって飲みに行くことを考える、家には常に酒を用意しておかないと落ちつかない、他のことなら外出が面倒に感じる状況でも酒を入手するためなら積極的に出かける、などです。これが高じれば、仕事が終わると帰宅まで待ちきれずに車中でも飲んだり、隠れてでも飲んだりするようになります。
- アルコール使用の開始、終了、あるいは使用量に関して、摂取行動を律することが困難になります。例えば、今日はやめておこうと思っても飲んでしまう、「一杯だけ」と決めて飲み始めたはずが結局はあるだけ飲んでしまう、翌日に酒臭が残るほど飲む、医師から禁酒や節酒を指導されても守れない、などです。
- 使用を中止もしくは減量したときに離脱症状が出現します。離脱症状とは、アルコールによって脳の神経が抑制された状態が普通になってしまっているために、それが抜けていくときに生じるさまざまな神経の興奮状態(イライラして落ちつかない、発汗や微熱、脈が速くなる、こむらがえり、不眠、手指の細かい震えなど)をいいます。離脱症状が出現するのを避けるために飲酒します。
- はじめはより少量で得られたアルコールの効果を得るために、使用量をふやさなければならぬ状態になります。かつてと同じ量では酔わなくなるということです。そのために、だんだんと飲酒量が増えていきます。
- アルコールのために、それにかわる楽しみや興味を次第に無視するようになります。例えば、飲酒のために家族で過ごす時間や会話が減る、外出といえば酒を飲むことばかりを優先する、「仕事と酒だけの人生」といったような感じの生活になる、せっかくの休日は二日酔いでごろごろ寝ているばかりになる、などです。

- 明らかに有害な結果が起きているにもかかわらず、依然として飲酒を続けます。有害な結果とは、アルコールに関連する身体の病気（肝臓病、高血圧、糖尿病、心臓病など）、精神の病気（うつ状態などの悪化など）のほか、家庭内でのトラブル、飲酒によって周囲の信頼を失うこと、飲酒運転などの違法な行動、職場や学校でのトラブル（急な欠勤や遅刻、成績の低下やミス、人間関係の問題など）、経済的な問題などです。