

▶お知らせ 2021年卒向け「会社説明会」を開催します

1月26日(日)

週刊東洋経済プラス | 四季報オンライ

トップ ビジネス 政治・経済 マーケット キャリア・教育 ライフ

自重

ライフ ▶ 週刊女性PRIME

専門医が「依存症は孤立の病である」と語る真意 「ダメ。ゼッタイ」では防げない

次ページ »

「週刊女性PRIME」編集部

2020/01/25 16:00

シェア 446

ツイート

一覧

1

コメント

1

印刷

A

A



依存症になる人とそうでない人は、どこに差があるのでしょうか？（写真：eggeggjiew/PIXTA）

依存症と聞いて、あなたはどんなイメージを持つだろうか。好きなものに勝手にハマっている状態を想像する人も少なくないはず。

国立精神・神経医療研究センターで依存症の治療に取り組む松本俊彦さん（精神科医）は、こう説明する。

「依存自体は悪いことではありません。誰もがさまざまなものに依存しながら生きていて、依存先が多いほど、一つひとつの依存度は低くなり、何にも依存していないかのように生きられる。これを精神科医の熊谷紳一郎さんは“自立は、依存先を増やすこと”と表現しています。

週刊女性PRIME

当記事は「週刊女性PRIME」（運営：主婦と生活社）の提供記事です

例えばアルコールを飲んでも、多くの人は翌日、仕事に行けます。しかし、アルコール依存症の人は仕事へ行けないことがある。**その意味で依存症は“健康的に依存できない病”といえるのです**

薬物依存症者を排除するよう偏見がたたき込まれている

依存症の人は、むしろ上手に依存することができず、振り回される状態に陥っているというのだ。

「人は何かを選ぶとき、自分の意思で物事を決定します。ところが依存症になると、依存対象に脳がハイジャックされたようになり、自分の意思ではコントロール不能になるのです」

脳が支配されている依存症というと、一般的にイメージしやすいのは違法薬物ではないだろうか。薬物乱用を防ぐため、学校教育をはじめ警察や厚生労働省、さらにはメディアも、薬物は人間を破壊する恐ろしいものというイメージを植えつけてきた。そのひとつが「ダメ。ゼッタイ。」キャンペーンだ。

「文部科学省に依頼され、薬物乱用防止ポスターの審査員をしたことがあります。どの絵も依存症者がゾンビやモンスターのようで、注射器を持って襲いかかっていた。国によって作られた人工的なイメージによって、薬物依存症者を社会から排除するよう偏見をたたき込んでいます。

ー 昨年のドラマ『相棒』にも薬物依存症の誤ったイメージを膨らませたキャラクター・シャブ山シャブ子が登場し、批判を集めました。純粋に薬物の影響だけでそんなふうにおかしくなった人を見たことはありません。幻覚や妄想が出る人はめったにいませんし、出ても一過性。科学的な根拠に基づく情報がまったく行き渡っていないのです」

→ 次ページ 依存症になりやすい人は？

1 2 3 →

コメント (1)

関連記事



30～40代男性が7割、「性依存症」の深刻な実態

合法的な薬物依存「デパス」の何とも複雑な事情

「薬物依存俳優」にアメリカ人が超寛容な理由



現代人をむしばむ「愛着障害」という死に至る病

実録！「禁酒」すると睡眠はどう変わるのか

「スマホ中毒の中高生」を救うただ1つの方法

トピックボード

AD



有力企業のわが社の強

ダイキン「20年変わらない」エア:

事件数「半年で3倍」、マルウェア:



組織変革や失敗する企

ランサムウェアのサイバー攻撃:

デザイン思考・リテラシー育成講:

▶お知らせ 2021年卒向け「会社説明会」を開催します

1月26日(日)

週刊東洋経済プラス | 四季報オンライ

トップ ビジネス 政治・経済 マーケット キャリア・教育 ライフ

自重

ライフ ▶ 週刊女性PRIME

専門医が「依存症は孤立の病である」と語る真意 「ダメ。ゼッタイ」では防げない

◀ 前ページ

次ページ ▶

「週刊女性PRIME」編集部

2020/01/25 16:00

シェア 446

ツイート

一覧

1

コメント

1

印刷

A

A

アルコールを例に見ても、お酒を飲む人がすべてアルコール依存症になるわけではない。では、依存症になる人と、そうでない人は、どこに差があるのか？

何かに依存するのは苦痛を緩和する効果があるため

「依存症になるか、ならないかを決定づける1番の要因は、依存がもたらす効果がより大きく感じられるかどうか。つまり、しんどい状況にある人のほうが依存症になりやすいのです。孤立していたり苦痛を抱えている人、不自由な状況や息苦しい環境にいる人にとって、いまがつらければつらいほど依存による安堵感や快感は大きく感じられ、手放せなくなります」

これはアルコールや薬物などの「物質依存」だけに限らない。ギャンブルや買い物といった「プロセス依存」、恋愛に依存する「人間関係への依存」でも、同じことがいえるという。

「ギャンブルや恋愛などにのめり込んで熱中する感じは、頭を真っ白にしてくれて、苦痛な感情から気をそらすのに役立ちます。どの依存症も、快楽を得られるからではなく、むしろ苦痛を緩和する効果があるためと考えるほうが正しいのではないでしょうか」

実際、依存症の人たちの中には暴力や虐待、いじめがある環境を生き延びてきたケースが珍しくない。薬物依存になった女性たちを支援する施設『ダルク女性ハウス』



松本俊彦（まつもと としひこ）／精神科医。国立精神・神経医療研究センター精神保健研究所薬物依存研究部部長。依存症に悩む当事者に向き合い診療や研究に取り組んでいる。『薬物依存症』ほか著書多数（写真：週刊女性PRIME）

の調査によれば、薬物依存症の女性の85%超にDVや性暴力、虐待などを受けた経験があり、アメリカやカナダ、オーストラリアの報告でも同様の傾向が見られるという。

「子ども時代にいじめや虐待を受けてきた人は、成人後のアルコールや薬物の摂取頻度が高くなるという複数の研究報告もあります」

また依存症の中には、一見すると、自分を傷つけ痛めつけているかのように映るものがある。身体をこわしてもお酒を飲み続けたり、リストカットを繰り返したり、大量に食べて吐く摂食障害の場合もそうだ。

「いじめや虐待、暴力によるトラウマは突然、何の前触れもなく記憶のふたがあいて苦痛に襲われます。コントロールできない痛みで圧倒されたとき、一時的にでも気をそらすには、トラウマと同じくらい強烈な刺激が必要になるのです。

また、依存症は長期的に見れば自殺のリスクを高めますが、短期的には自殺を延期するのに役立ちます。一時的に自殺衝動を回避できるからです」

← 次ページ 依存症から回復するために



コメント (1)

関連記事

30～40代男性が7割、「性依存症」の深刻な実態

現代人をむしばむ「愛着障害」という死に至る病

合法的な薬物依存「デパス」の何とも複雑な事情

実録！「禁酒」すると睡眠はどう変わるのか

「薬物依存俳優」にアメリカ人が超寛容な理由

「スマホ中毒の中高生」を救うただ1つの方法

トピックボード

AD



ランサムウェア攻撃は進



ダイキンを業ゆえ」の

表計算ソフトを見比べてもヒラメ

ダイキン「20年変わらない」エア:

DX時代に、教育現場が抱くべき危

「現役大学生」が語る企業選びの裏

ライフの人気記事

ノブコブ徳井「副業で稼ぐ芸人が激増した理由」

大塚明夫「声優として生き残れない若者の特徴」

「さよならテレビ」が暴いたTV局の深すぎる闇

全米が震撼した19歳女性「遺体なき殺人」の告白

「新型肺炎」日本の備えに不安しか募らない理由

新型肺炎、SARS流行時に学ぶ次の危険シナリオ

連載一覧

▶お知らせ 2021年卒向け「会社説明会」を開催します

1月26日(日)

週刊東洋経済プラス | 四季報オンライ

[トップ](#) [ビジネス](#) [政治・経済](#) [マーケット](#) [キャリア・教育](#) [ライフ](#)

自重

[ライフ](#) ▶ [週刊女性PRIME](#)

専門医が「依存症は孤立の病である」と語る真意 「ダメ。ゼッタイ」では防げない

◀ 前ページ

「週刊女性PRIME」編集部

2020/01/25 16:00

シェア 446

ツイート

一覧

1

コメント

1

印刷

A

A

依存症によって、ひとたび脳がハイジャックされた状態になると、もとに戻ることは難しい。だが、同じ問題を抱える仲間と出会うことにより、回復できるといわれている。

依存症の本質 = つながりの喪失

「依存症の治療は、共通の問題や悩みを抱えた当事者同士が支え合う自助グループが核になっています。なぜ当事者が話し合うことで回復に役立つのかはわかっていません。ただ、つながりによって絆が深まり、癒されるのではないのでしょうか。依存症で問題なのは孤立です。困ったときに相談できる人がいないことです。依存症の本質とは、つながりの喪失ともいえます」

現在の日本では、依存症者が社会とつながりを結び直すには困難がつきまとう。薬物依存症のリハビリ施設の建設に住民から反対運動が起きたほか、芸能人の薬物犯罪による報道でもバッシングが続いた。

「依存症の人たちは周囲からのバッシングを受け入れて、自分自身にダメな人としての烙印を押してしまいます。すると、ますます助けを求められなくなる。すでに治療につながっている人たちでさえ希望が持てなくなり、ドロップアウトしてしまいます」

これでは治療を妨げ、回復から遠ざけてしまいかねない。もし身近に依存症の人がいたらどうすべきか。

「依存症である本人を変えようとししないでください。説教は効果がありません。家族ならば、責めるのではなく、心配していること、かつ、医療の助けが必要だと伝えることです。家族が相談機関につながるだけでもかまいません。それで状況がいい方向へ変化していくこともあります」

なにより、社会の理解が回復の一助になるだろう。