

[動画](#) | [静画](#) | [生放送](#) | [チャンネル](#) | [ブロマガ](#) | [アツマール](#) | [アプリ](#) | [その他▼](#)

ニコニコニュース

ORIGINAL >

[トップ](#)[ゲーム・アニメ](#)[政治・社会](#)[ビジネス](#)[海外](#)[スポ・](#)[トップ](#) > [エンタメ](#)

ストロング系、市販薬…身近な依存症。専門家が語る「最も深刻な薬は…」

2020/04/04 08:46 bizSPA！フレッシュ 〇

[市販薬 ?](#)[依存症 ?](#)[松本俊彦 ?](#)[違法薬物 ?](#)[最も深刻な薬は… ?](#)[小林たかし ?](#)[薬物依存 ?](#)[アルコール飲料 ?](#)[薬物乱用 ?](#)[薬物依存症 ?](#)[安定剤 ?](#)[用語リンク
\(β\)](#)

「違法薬物よりも、市販薬やアルコールのほうが危ない」

長年専門医として依存症の治療に当たってきた国立精神・神経医療センター薬物依存研究部長の松本俊彦医師はそう指摘します。



| 動画 | 静画 | 生放送 | チャンネル | ブロマガ | アツマール | アプリ | その他▼

違法薬物は薬物乱用防止教育で「ダメ絶対!」なものとして教育されてきました。また槇原敬之、沢尻エリカ、田口淳之介(元KAT-TUN)など薬物使用した芸能人がセンセーショナルに報道されることもあります。

前回のインタビューでは果たして何が正しいのか。違法薬物だけでなく、アルコールや市販薬など依存症につながるものとの向かい方について聞いた。後編となる今回は、日本での薬物報道や良い薬、悪い薬の見分け方を教えてもらった。

薬を使ってパフォーマンスが上がる？

——先日の槇原敬之さんにしろ、日本では正しい情報が伝えられるよりも、芸能人の逮捕などに合わせてキャンペーンのように違法薬物の問題が伝えられることが多いかと思います。

松本俊彦(以下、松本):冷静に考えれば、自分たちが学校教育で学んだ『ダメ。ゼッタイ。』という教育が嘘なんじゃないかと気が付くはずです。例えば高知東生さんにしてもピエール瀧さん、沢尻エリカさんにしても、ポスターに出てくるゾンビやモンスターみたいな姿とは全然違うでしょう。

「薬を使ってパフォーマンスが上がるのはドーピングなんじゃないか?」という意見もありますが、実際には上がらないどころか、むしろ低下してしまって、なかにはめっちゃくちゃになってしまう人もいます。薬を使ってパフォーマンスが改善するなんて嘘をいう方が、かえって子どもや若者の好奇心を刺激してしまうでしょう。

それに薬がドーピングなら、我々の外来に来る人すべてが才能のある人たちであるはずですが、そんなことはありません。才能がある人もいれば、才能がない人もいます。

だから、なぜ「薬でドーピング」のような発想が出てくるのか、疑問です。ただ、人間というのは、日々のうまくいかないことに対して“仮想敵”をどこかで作りたい。その点、薬物は敵にはしやすいのではないのでしょうか。

——実際に薬物が敵になってしまった事例はあるのですか？

松本:政治家が薬物の厳罰化を唱えようと支持率が上がるというのも有名な話です。フィリピンのドゥテルテ大統領もそうですし、War on drugs(麻薬戦争)といって薬物戦争を始めたアメリカのニクソン大統領もそうです。ベトナム反戦運動で下がった支持率が、たちまち回復し、もう一期大統領ができた。

そういった政治の在り方に我々がまんまと乗せられているところもあるのではないかと思います。

| 動画 | 静画 | 生放送 | チャンネル | プロマガ | アツマール | アプリ | その他▼

当氏に正しい情報が伝わらない悲劇



Makiyara Noriyuki Concert 2018“TIME TRAVELING TOUR”1st season [Blu-ray]

——それはメディアが作り出す世間の空気にも問題があるのでしょうか？

松本：テレビなどメディアも「薬物の恐ろしさ!」「薬物が蔓延している!」といって危機感をあおると数字（視聴率やPV）が上がるでしょう。最近だとコロナウイルスの関連情報なんかもそうですね。たとえば、「一大事です、トイレトペーパーが品切れ!」とか。

危機感をあおったり、スーパーでトイレトペーパーが無くなっている絵を流したりする。同じようにして薬物の問題も一大エンターテインメントにされています。

| 動画 | 静画 | 生放送 | チャンネル | プロマガ | アツマール | アプリ | その他▼

しかも、取材が本る前に、9 月に田中上かつに俳句がのり、そこに溶かし込もうとするので、恥をかきたくない、嫌な使い方をされたくない良質な専門家は取材を断っています。結局、ワイドショーに出演してコメントするのは、ずぶの素人か、専門家といってもかなりあやしい来歴の人となってしまう。

そしてますます国民に正しい情報が伝わらないという悪循環も起こる。これは我々も反省しているところです。

いい薬物・悪い薬物ではなく、使い方の問題

——違法薬物に限らず、依存につながりやすいものは多いと思います。どのように付き合っていけばよいのでしょうか。

松本:人間は本当に薬物を使う動物です。一部の動物は地表で腐った果実が発酵してできたお酒を飲んでいる、という報告があります。ですが、自然界の植物の中から有効成分を抽出・生成したり、人工的に化学合成をしたりして薬物を作る動物は人間しかいません。

人間はその能力があったからこそ、医薬品を開発して多くの病気を克服し、寿命を伸ばしてきました。また、病気に限らず、もっと喧嘩が起きてもおかしくないのに、酒を飲んで騒ぎ、意見や価値観の違いをうやむやにして、表向きはコミュニティの和を保ってきた面も相当にある。

だから、薬物がすべて悪いとは言えないのです。よい薬物と悪い薬物があるというよりはいい使い方、悪い使い方があるのだと思います。

——我々が悪い使い方をしてしまっている薬物は何なのでしょうか？

松本:例えば、今一番子供たちの中で深刻なのは**咳止め等の市販薬依存**です。ドラッグストアにいけばいくらでも手に入ってしまう。ネットでの市販薬販売も規制緩和されていて入手が容易です。

医師が処方する薬だって安心できるものばかりではありません。睡眠薬や安定剤を乱用して依存になる人もいます。すべての薬を警戒しなくてはいけないし、薬を正しく使うための教育も必要になっています。

ストロング系のアルコールに警鐘

| 動画 | 静画 | 生放送 | チャンネル | プロマガ | アツマール | アプリ | その他▼



※イメージです(以下同じ)

——先生は以前から度数が10度近いストロング系のアルコールに警鐘を鳴らしています。

松本:お酒ひとつとっても立派な薬物です。最近特に気になっているのがストロング系のアルコール飲料。ビールの倍近い度数があるのに、ビールかそれ以上の速さで飲んでしまう。

そうすると血中のアルコール濃度が急激に上がってしまいます。これは依存症という点、健康被害や様々なトラブルという点から見ても危険です。

それからカフェインの入ったエナジードリンク。カフェインはすぐに耐性が生じるため、どんどん飲む量が増えていく。中にはドリンクで足りず薬局でカフェインの錠剤を買う人もいます。こうしたドリンクに頼ることは本質的に言えば元気の前借りです。必ず大きな借金を背負うハメになります。

しかも若い人たちがよくいく居酒屋ではエナジードリンクとアルコール飲料を割った飲み物がある。

市販薬・処方薬でも依存になってしまう

| 動画 | 静画 | 生放送 | チャンネル | ブログ | アツマール | アプリ | その他▼

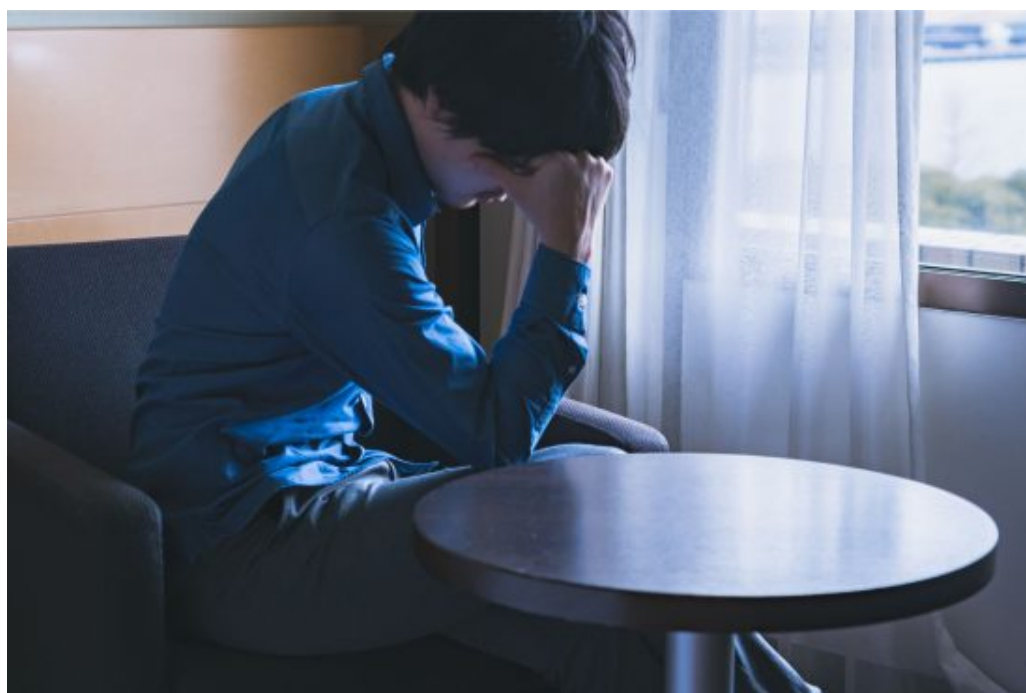
松本: 少なくともどっちかひとつにしてほしいです。というのもカフェインが入っているアルコール飲料は酔っている自覚がなくなってしまうからです。

大丈夫だと思っていたら、腰がたたなくなったり、変に興奮して喧嘩を起こすといったトラブルが多いと言われています。

特定のものだけでなく、市販薬・処方薬では決められた通りの使い方をするのも大切です。医師の指示、添付文書から逸脱した使い方は立派な薬物乱用です。その積み重ねが依存症につながります。

我々は合法か違法かに限らず、様々な依存性薬物に囲まれて生きています。もちろん、違法薬物はどう考えても安全とはいえないものですが、身近なもの、合法のものの中にも使い方次第ではかなり危険なものがあるということをわかってほしいのです。

一人で頑張る人のほうが依存症になる



——どんな人が依存症になりやすいのか、また気を付けるべき点を教えてください。

松本: 決して反社会的で破天荒な人が依存症になりやすいわけではありません。どちらかというと愚痴ったり、ぼやいたりするのが苦手で、黙々と一人で頑張る、“頑張り屋”な人に多いです。

ワイワイ盛り上がり、悪口を言っているときに、ニコニコしながら悪口も言わず「大変だね……」とつぶやいている人が依存症だったりします。

| 動画 | 静画 | 生放送 | チャンネル | プロマガ | アツマール | アプリ | その他▼

をしている方だけに多いのだ。

――最後に薬物依存に陥らないためにアドバイスをお願いします。

松本: 大事なことは何か悩み事や困りごとがあれば、誰かに相談することです。友人に相談できる相手がいない、あるいは友人にどこまで話していいかわからない、そういった場合は、アルコールや市販薬で気持ちを紛らわせるのではなく、精神保健福祉センターや保健所など公的な相談機関や、様々な民間の支援団体を活用するとよいでしょう。

相談した結果、精神科医療機関を紹介され、そこに受診した結果、安定剤や睡眠薬が処方されることもあるでしょう。その場合には、なぜそれが必要で、どんな効果や副作用があるのか、そもそも自分が抱えている問題が治療薬で解決するものなのかどうか、といったことを十分に聞いたうえで、医師の指示を守って服用することを心がけてください。

こうした人との言葉のやりとり、コミュニケーションが重要な治療の一部をなしています。とにかく、ものではなく、しっかりと人に頼ってほしいです。

<取材・文／小林たかし 撮影／詠シルバー祐真>

【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 兼 薬物依存症治療センターセンター長。医学博士。1967年生まれ。93年佐賀医科大学医学部卒業。横浜市立大学医学部附属病院などを経て、2015年より現職。近著に『薬物依存症』(ちくま新書)がある

【小林たかし】

フリーランスのライター、主にweb媒体を中心に様々な分野で執筆を手掛ける。守備範囲は広いがとりわけ、変なもの、ことに関する興味が強い。最近の目標はヘビトンボを食べてみる。