

## 【医療関係者向け】

# アルコールへの依存が疑われる人・家族への対応

### はじめに

飲酒により治療の効果が阻害される、飲酒習慣の改善を話題にすると関係性が壊れる、という経験はありませんか？

医療者が当事者のために言った言葉が、うまく伝わらず、困ったことはありませんか？

アルコールに関連した問題を抱える人の中には、長年の飲酒習慣のために体調を崩す人もいれば、苦しみから解放されたくて始めた飲酒が手放せなくなっている人もいます。

アルコール依存症になると、意志の力で飲酒量を調整することが困難になります。自力での飲酒コントロールを試みては失敗することを繰り返す間に、アルコール依存症の症状が進行していくこともあります。

アルコール健康障がい、アルコール依存症の治療・支援について、  
アルコール依存症専門医療機関・相談機関と一緒に考えていきませんか？



## アルコール依存症とは

- ・酒量を自分の意志でコントロールできなくなる病気です
- ・アルコール依存症は回復できる病気です
- ・当事者は「飲酒したい」という気持ちと「減らした方が（止めた方が）いいのではないか」という気持ちの両方をもっている場合が多くあります
- ・当事者より家族が先に相談することが、当事者の回復のきっかけになることがあります



# 1 アルコールへの依存が疑われる人への対応ポイント

アルコールに関連した問題を抱える当事者が通院を継続し、将来的に専門の医療機関・相談機関につながるために、対応ポイントを以下3つにまとめました。

## ポイント1 スクリーニングを実施しましょう

<アルコール問題のチェックリスト「CAGE 質問票」>

- ①あなたは今までに、自分の酒量を減らさなければいけないと感じたことがありますか？
- ②あなたは今までに、周囲の人に自分の飲酒について批判を受け、わずらわしく思ったことがありますか？
- ③あなたは今までに、自分の飲酒についてよくないと感じたことや、罪悪感をもったことがありますか？
- ④あなたは今までに、朝酒や迎え酒をしたことがありますか？



アルコールに関連した問題を抱える人は、①にチェックをつけることが多いです。①について「どういうことでそう思いましたか?」「お酒を減らすためにどんなことをしましたか?」等、質問することで、当事者の治療への動機づけができやすくなります。

## ポイント2 CAGE 質問票で2項目以上にチェックした人には、アルコール依存症の情報を伝えてください

例)「依存症になると、その人の意志で酒量をコントロールすることが難しいです」  
「今、お酒の問題に取り組み始めると、これからもっと健康になりますよ」

※依存症の情報は厚生労働省作成のリーフレット(「依存症って?」)等を参考にしてください(センターのホームページ内からもダウンロードできます)。

## ポイント3 CAGE 質問票で1項目以下にチェックした人には一般情報を伝えつつ、心配しているメッセージを伝えてください

例)「“お酒の量を減らそう”と思ったけれど、減らせなかったという人もいます。そういうときは、一緒に対策を考えましょう」

※当事者に抵抗がなければ、SNAPPY ツール

(<https://snappy.udb.jp/>)を使用することもお勧めします。

※医療者が寄り添うことで、当事者から自発的に「**食料や睡眠を減らさず、お酒をやめたい**」という言葉がでてきやすくなります。その際は、専門の医療機関・相談機関の案内をお願いします。

<SNAPPY ツールQRコード>



QRコードは  
(株)デンソーウェブの登録商標です



## 2 アルコールへの依存が疑われる人の家族との連携・支援

依存症は周囲の人たちを巻き込みます。周囲の人たちが疲弊し、当事者との適切なコミュニケーションが難しくなることで、更に回復しづらい状態になることもあります。家族（身近な人）が来院されたときの対応ポイントを3つにまとめました。

### ポイント1 ぜひ一言、声をかけてください

家族や身近な人は、相談したいことや困りごとがあっても、当事者に遠慮するなどして自分からは何も言わないことがあります。もし家族等に会う機会がありましたら、一言お声かけください。なるべくねぎらいの言葉も添えましょう。

例)「ご家族は何かお困りのことや心配ごとはありませんか？」  
「本人と一緒に来ていただきありがとうございます」

### ポイント2 可能であれば個別で話を聞いてください

当事者の前では話しにくい話題もあります。家族に話す希望がある場合、可能であれば、当事者とは別に個別で話を聞いてください。

医師の対応が難しい場合、医師以外のスタッフが対応するのも良い方法です。



### ポイント3 支援機関等の情報をお伝えください

家族（身近な人）とお話できた場合は、裏面を参考に支援機関等の情報をお伝えください。当事者の前で主治医の先生から情報を渡されると、家族等も支援機関に行きやすくなります。

なお、こころとからだの相談支援センターも、ご家族の相談に対応しています。  
※当事者は専門機関等に行くことを拒否しても、家族（身近な人）が支援機関等につながることで、当事者の状態にも変化が起こってくる場合があります。



## 公的支援機関情報

### ○大分県依存症相談拠点機関

- ・大分県こころとからだの相談支援センター

予約・相談電話：097-541-6290

[受付時間] 平日8:30~12:00、13:00~17:00

<センターホームページQRコード>



QRコードは  
(株)デンソーウェーブ  
の登録商標です

### ○保健所・保健部の地域保健課（管轄）

- |                      |              |
|----------------------|--------------|
| ・東部保健所（別府市・杵築市・日出町）  | 0977-67-2511 |
| ・東部保健所国東保健部（国東市・姫島村） | 0978-72-1127 |
| ・中部保健所（臼杵市・津久見市）     | 0972-62-9171 |
| ・中部保健所由布保健部（由布市）     | 097-582-0660 |
| ・南部保健所（佐伯市）          | 0972-22-0562 |
| ・豊肥保健所（竹田市・豊後大野市）    | 0974-22-0162 |
| ・西部保健所（日田市・九重町・玖珠町）  | 0973-23-3133 |
| ・北部保健所（中津市・宇佐市）      | 0979-22-2210 |
| ・北部保健所豊後高田保健部（豊後高田市） | 0978-22-3165 |
| ・大分市保健所（大分市）         | 097-536-2852 |

## 医療機関情報

### ○アルコール依存症治療拠点機関・専門医療機関

- ・大分友愛病院 0973-23-5151

### ○アルコール依存症専門医療機関

- ・大分丘の上病院 097-597-3660
- ・仲宗根病院 097-541-1040
- ・帆秋病院 097-535-7220

## 自助グループ

アルコール依存症からの回復を目指す人たちが、自助グループをつくって地域で活動しています。依存症は人間関係によって回復できる病気です。同じ病気の回復者、仲間の声は当事者の心に響きます。話さなくても聞くだけでも参加できます。

ぜひ、地域の自助グループ情報をアルコール依存症疑いの当事者にお伝えください。

家族や身近な人だけで参加できるグループもあります。当事者が入院中に家族や身近な人が自助グループに行くことで、退院後、当事者の状態回復に良い影響がでることもあります。断酒会とAA（オープンミーティング）は、医療・保健・福祉等の関係者も参加が可能です。

- ・一般社団法人 大分県断酒連合会
- ・AA（アルコールリクス・アノニマス）

※大分県こころとからだの相談支援センターのホームページに随時自助グループ情報を更新してしますので、ぜひご覧ください。