

クリスチャン精神科医師である合川勇三先生に、依存症の種類とその回復についてスタッフが聞きました。

お話は、依存症と罪の類似性について、また日本人の子育てのことについて及びます。

依存症からの回復

合川 勇三

(東京都立松沢病院精神科医師)

「合川先生はどのようにFFJをお知りになりましたか。」

合川 私が通っている教会で、何年前かに代表のテモテ・コールさんを招いて講演をしていただきました。それからおつきあいです。その後、興味を持ちましてファミリー・フレンドズの会員になりました。

●3種類の依存症

「今回は、ご専門の依存症についてうかがいます。依存症にもいろいろな種類があるそうですが、どんなものがあるのかをご紹介いただけますか。」

合川 大きく分けて3つあります。1つは一番多くて「物質依存症」と言っ

何かものに依存するもの。

一番多いのはアルコールで、お酒を飲むことに依存する人が一番多いです。

二番目は薬物。逮捕された芸能人もたくさんいらつしゃいますが、覚せい剤が多いです。あとは、相撲界で有名になりましたが、大麻。最近は少なくなりませんが、シンナー。タバコもニコチン依存症ということになります。

その他、柿の種とか、ポテトチップスとか、甘いものが止まらなくなる方がけっこういらつしゃいます。これらが、物質依存症です。

「お菓子が好きとか、コカコーラが大好きで、というのも依存症と言うんですか。」

合川 「毎日飲まなければ落ち着けない」という方だと、依存症と言えらると思えます。

「コーヒーでもカフェイン依存ですが、一日に何杯も飲まなければいけない、飲まない日はない」という方だと、多少依存傾向があるのかなと思っただいでもいいでしょう。」

2つ目が、プロセス依存症、何かを行為することに依存することがあります。一番多いのは、最近話題になっているギャンブル、賭け事ですね。パチンコとかパチスロとかが有名ですが、そういう賭け事が止まらない、と言う方々がたくさんいらつしゃいます。パチンコ屋に入

ると多くの人がいますが、あの中の多くの人たちが依存症ではないかと言われてます。そして、潜在的には百万人近くがギャンブル依存症だろうと言われてます。百人に一人はギャンブル依存症ということになります。

その他には行為に依存することでは、仕事依存症の方が沢山いますが、自覚のない方が多いと思います。他には買い物依存、インターネット依存、ゲーム依存。私も、携帯電話を変えたときに、携帯用のゲームが入っていたんですが、サッカーのゲームをやりはじめると、自分でも止まらなくなるんです。昼休みとか、寝る前とか、ちよつとした時間にやり始めるんです。止まらなくなりまして、「意外と簡単に依存になるなあ。依存症を治療している医者が、依存症になっている場合ではない」と思ひまして、携帯からゲームを削除して、ゲームからは自由になりました。

「それが子どもの場合ですと、親が管理してやらないと、そのままやめられないことになりませんか。」

合川 その他、プロセス依存としては過食、食べるのが止まらない方がいます。自傷行為、リストカットが一時ずいぶん話題になりました。なぜこういう行為に依存するかというと、食べるなり、手を切るなりすると、その時にあったストレスが一時的に減るんです。それを経

験すると、次にストレスがたまつた時に、食べて楽になる。それをくり返しくり返しくするうちに、止まらなくなる。

「ストレスがある時、食べれば頭の中で何かが起こって、ストレスが軽くなる」とが理屈としてあるのでしょうか。」

合川 そのままで詳しくはないですが、たとえばアルコール依存の人は、ストレスがたまつた時に、「飲まなきゃやつてられないよ」とよく言いますが、それと同じで、過食に依存している人は、食べなきゃやつていられない。食べることを解決することを経験するので、そういうことを延々と続けることになります。

「先生の治療では、アルコール依存者が多いと聞きましたが、そうですか。」

合川 はい、病院に来る方では、アルコールの方が一番多いと思ひます。

●百人に3人くらいは

「アルコール依存の方はどのくらいいるんでしょうか。」

合川 統計によると、少なくとも80万人くらい。多い統計では2〜3百万人いると言われています。普通、病気になる自分から病院に来るわけですが、依存症の方は自分が病気であることをなかなか認めない。これを否認と言ひますが、そういう方が多いんです。(以下略)