

## 2019年7月10日(水)14時～『在宅療養を支える勉強会』 ～アルコール依存の話～

アルコールだけでなく、ギャンブル、薬物、ネット、人間関係、様々な分野で共通する依存症の概念について教えて頂きました。日頃関わっている患者様の事を思い浮かべるだけでなく、自分自身の問題としても興味深いお話を聞くことができました。

アルコールに関して嗜好品として扱われ、身近に存在すること、購入する敷居が低い事などから、医療従事者の中でも正しい理解がされていないことを実感しました。

「アルコールは依存性のある薬物」であり、体内ではアルコールを解毒するために肝臓を酷使し、血中濃度が高くなれば脳内の生命を司る部分にも影響を与え、死をもたらすという話が具体的で印象的でした。そして、特別に意志が弱い人が依存症になるのではなく、誰もがなりうるという認識を持つことの大切さを教わりました。

医療関係者は感情労働を通して常にストレスにさらされており、自分自身のメンテナンスを意識的に行わなければなりません。

誰にも相談できない職場であれば、お酒を飲んで忘れようとしてもおかしくないと思います。看護師は女性が多く、夜勤もあるため、日中に睡眠を取るために飲酒している方もいると思いますし、女性は男性より培のスピードでアルコール依存症になりやすいと聞いて、患者さんの心配はもちろんですが、同僚同士で正しい知識を共有する必要を感じました。

加えて、今でも大学生のコンパなどの一揆のみで命を落としている若者がいる事がショックでした。日本はお酒に関して寛容で、18歳で飲酒しても大して問題になりませんが、子供たちにアルコールの害についてきちんと教育することの大切さも教わりました。

アルコール依存症の方の治療にはまず周囲（主に家族）が変わることが必要と教わりましたが、実際は家族が居ない方が多数です。私たちが一番身近で心配していることが伝わる様な関わりができるよう今後も努力していきたいです。（桃井診療所 看護師）

