

平成 24 年 10 月号

## 今月の断酒表彰

T・S	さん	吹田支部	断酒三カ月
Y・R	さん	吹田支部	断酒三カ月
S・Y	さん	吹田支部	断酒六カ月
O・H	さん	吹田支部	断酒四年
W・M	さん	吹田支部	断酒十一年



平成 24 年 10 月 1 日発行 116

編集・発行 事務局・広報部

<http://suitashi-danshukai.com>

などの離脱症状が現れてきます。この離脱症状は飲酒により一見軽快するため、本人は飲酒の悪循環から抜け出すことができず、状況は悪化の一途を辿ることになります。

酔った状態では、朝きちんと起きて食事をしようという気もなくなってしまいます。外に出てだれかと会って話をするよりも、部屋で一人お酒を飲んでいた方が気楽だと感じ、家に引きこもるようになっていく人も多く見られます。そのうち、お風呂にも入らなくなり、最終的には家族に連れられて当院に来るというケースが多いのです。

一人暮らしの方は、誰からも気付かれることなく、そうした生活を繰り返している事例もあると予想されます。お酒との付き合い方を間違えると、誰でもこのような状況になる可能性を秘めていると考えられるのです。

アルコール問題を抱える患者に対する治療の基本は、何よりもまず断酒です。アルコール問題を抱えていない人に対しては「適正飲酒」という言葉は意味を持ちますが、問題を抱えてしまったからは、飲むことを一切止めなければならなくなります。

(公益社団法人 アルコール健康医学協会 H23 年 7 月号 NEWS & REPORT より抜粋)

**断酒表彰おめでとうございます。ますますのご活躍を期待いたします。**

## 断酒に思う (33)

## 状況悪化の典型的な事例

久里浜アルコール症センター 松井 敏史

アルコール症の専門病院である久里浜アルコール症センター(以下当院)にアルコールに関する問題を抱えて新患で外来に来られる患者数は年間 1,000 人ほどを数えます。そのうち入院される患者数が 600~700 人、その中の約 3 分の 1 が 60 歳以上という割合になっています。

アルコール依存症者の傾向として、飲むお酒の種類が徐々に変化する現象が認められます。はじめはビールを飲んでいても、より濃く、より価格の安いお酒を選ぶ様になります。典型的なのが焼酎へと移行していくパターンです。アルコールにより、酔っている状態を楽しむようになって、まともな食事を食べなくなり、つまみが食事代わりになっていきます。

さらに、健康な人でも飲み過ぎると下痢になることがあります。それはアルコールによる消化管障害が原因です。アルコールの過量摂取に伴う、食事摂取不良と栄養吸収不良、その両者の作用によって、ビタミン不足が進行し、痩せていくケースがあります。特にアルコール依存症者がビタミン B1 欠乏を合併する場合、ウエルニッケルサコフ症候群というアルコールによる急性の意識障害から慢性期には認知症に至る症候群を発症する危険があります。したがって、お酒の影響で痩せてきたら、入院して治療を受けるべき状態であると言えるでしょう。

また、配偶者が亡くなると自分で食事を準備しなければなくなり、はじめはお店でお弁当とお酒を買っていたのが、お酒には依存性があるので、徐々にお酒の割合が多くなっていき、そのうち、お酒ばかりを求めるようになっていきます。

健康を害するようなお酒との付き合い方を続けていると、お酒が切れたときに、手の震えや不安、頭痛

## 【今月の「指針と規範」】断酒新生指針

## 四 お互いの人格の触れ合い、心の結びつきが断酒を可能にすることを認め、仲間たちとの信頼を深める

一人では酒をやめられないことを認めて断酒会に入会した。例会に出席して、過去の酒害体験を赤裸々に話した。現在持っている悩みも卒直に語った。これからの人間としての在り方についても話した。しかし、断酒生活を永続させるためには、それだけでは充分ではない。

同じ悩みを持つ者同士がそれぞれの心を通わせ合い、お互いの人格が触れ合わなければ、いくら大勢の酒害者が集まって体験を語り合ったとしても、その中から収穫するものは少なく断酒そのものまで行き詰ってしまう可能性がある。

元々断酒会は、酒害者同士の信頼関係があって初めて成立した組織である。そうした人間関係にすべての会員が無関心になれば、断酒会はいっきに崩壊してしまうだろう。われわれ酒害者同士に一体感が欠けたとき、断酒も、断酒会も消失することを忘れてはならない。

昭和三十三年秋、完全自立を目指す断酒自助集団が高知で発足したときは、会員はわずか二名であった。ひとりで一年半酒を断っていた元政治家と、まだ酒が切れていない二十八歳の青年であった。

青年は何も考えず、元政治家をひたすら信じてついていった。元政治家は、どんなに努力しても失敗してしまう青年を、誠意と根気と信頼感でやっと断酒に成功させ、自らは酒害相談のノウハウを学ぶことができた。

やがて元国鉄助役が入会し、「やっとたどり着いた。やっと自分のいる場所を見つけた」と、感動で声を震わせた。次いで、ひとりで五年も酒を断っていた老人が入会し、「酒を飲まない仲間かできて本当によかった」と、ほっとしたように笑った。

彼ら四人は、お互いが酒害者であるということだけで、それぞれを何の迷いもなく受け入れた。すぐに一体感が生れ、全国組織づくりの基礎をつくった。酒害者同士の信頼関係があつて初めて成立した組織である、と敢て<sup>あえ</sup>いう理由がこれである。

(指針と規範 P23～P24)

