

## (1) アルコール依存症について

平成20年度 第2回「常習飲酒運転者の飲酒運転行動抑止に関する調査研究」委員会発表資料  
(平成21年1月27日 15:00-17:30開催)

# アルコール依存症について

三重県立こころの医療センター  
長 徹二

## アルコール依存症って・・・何でしょう？

- 酒好きの人と何が違うの？
- 酒癖が悪い人とどこが違うの？
- 体調が悪くなったら診断がつくの？

# アルコール依存症の診断（ICD-10）

（下記の6項目中3個以上あてはまると診断）

- ①飲酒への強い欲望または強迫感
- ②飲酒開始、飲酒終了、飲酒量のどれかのコントロール障害
- ③アルコールを中止または減量した時の離脱症状
- ④耐性の証拠
- ⑤飲酒のために他の楽しみや趣味を次第に無視するようになり、飲んでいる時間が多くなったり、酔いが醒めるのに時間を要するようになる。
- ⑥明らかに有害な結果が起きているのに、アルコールを飲む。

## ①飲酒への強い欲望または強迫感

- ・時間・場所をわきまえない。
- ・仕事中・入院中の飲酒。
- ・飲酒運転を繰り返す。
- ・仕事が終われば、直ぐお酒。
- ・朝5時に自販機利用（夜中にコンビニ）。

## ②飲酒開始、飲酒終了、飲酒量のどれかのコントロール障害

- ・朝酒。
- ・仕事中に飲む。
- ・次の日に支障があるほど、遅くまで飲む。
- ・悪酔いしたり、臓器障害を起こす量まで飲む。

→「飲酒量をコントロールできない病気」

## ③アルコールを中止または減量した時の離脱症状

(前期)

手のふるえ。汗をかく。眠れない。吐き気。  
嘔吐。食欲不振。下痢。頻脈。微熱。イライラ感。

(後期)

けいれん発作。  
幻覚。意識変容。

## ④耐性の証拠

- ・ 飲み始めの頃の量では酔わなくなった状態。  
(飲酒初期の1.5倍以上の量 : DSM-IV)

## ⑤飲酒のために他の楽しみや趣味を次第に無視するようになり、飲んでいる時間が多くなったり、酔いが醒めるのに時間を要するようになる。

- ・ 飲酒中心の生活で、多様な暮らし方ができない。飲酒による身体症状が悪循環に陥る罠となってしまう。

(飲酒中心性)

## ⑥明らかに有害な結果が起きているのに、アルコールを飲む。

- ・お酒が原因で、臓器障害を繰り返していることがわかっているにもかかわらず飲んでしまう。
- ・お酒が原因で、別居、離婚になるとわかっているにもかかわらず飲んでしまう。
- ・お酒が仕事に支障を来しているにもかかわらず飲んでしまう。

## アルコール依存症は脳の病気です！

- アルコール依存症とは、アルコールによって病的な変化が脳に起こり、自分自身で調節がつかなくなってしまう病気です。そのため、身体的、精神的、社会的問題が生じてくる。
- アルコール依存症は、意志が弱いとか道德感が低いからとか、家庭環境が悪いとか社会的問題で生じるものではありません。

## アルコール依存症の脳の変化

- ・アルコールによる脳の萎縮は前頭葉が中心に萎縮する。
- ・前頭葉機能は、欲望と理性の調整、判断力や計画力など人間らしさの中心となる中枢。



- \* 前頭葉の萎縮で前頭葉機能が低下すると、「抑制が効かなくなる」「判断力が低下する」「計画的に行動できなくなる」「意欲の低下」

## 慢性で進行性の病気です！

- 調節のきかない飲酒行動は、現在の医学では治すことはできない。何年間もアルコールを断っていても、再び調節できることはない。
- 断酒を続けていても些細なきっかけで再飲酒しやすく、元にもどりやすい。



治療を継続することが重要！

## 放置しておくと死に至る病気です！

- アルコール依存症は、アルコールを断たない限り、慢性に進行性に悪化していき、さまざまな身体合併症、事故（飲酒運転）、自殺などで死亡する人が多い病気です。
- 平均寿命は51歳。  
\* 年齢が若いほど死亡率が高い！

## 女性はアルコール依存症になりにくい？

- 脂肪組織の多さや女性ホルモンなどの関係で、女性の方がアルコールの害を受けやすく、依存症になりやすい。
- 酒を習慣的に飲み始めてから依存症になるまでの平均年数が、男性は20年なのに比べて女性は10年未満と約半分（肝臓疾患も同様）という統計もある。

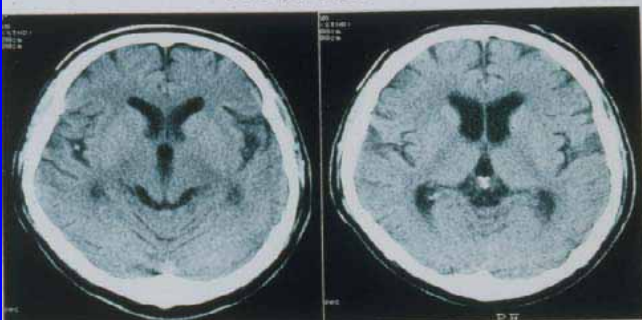
## 家族も巻き込み病気にします！

- アルコール依存症者の家族は、患者の飲酒を止めさせることばかり考えて生活するようになり、家族全体の健康的な生活を犠牲にしてしまう。
- ↓
- アルコール依存症者の家族が疲弊してしまい、結局治療の協力が出来なくなる。
- ↓
- 症状を悪化させてしまう悪循環になる。

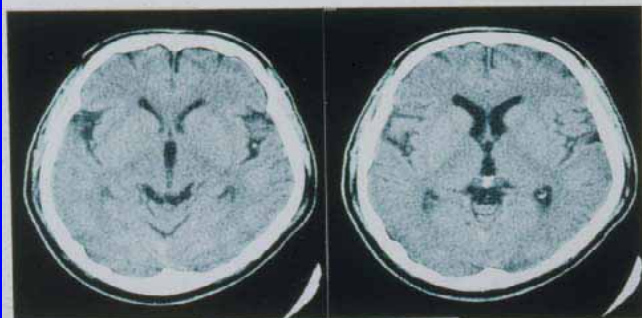
## 断酒による脳萎縮改善

- アルコールは神経再生を抑制する

断酒による脳萎縮改善例  
(48歳、男性)

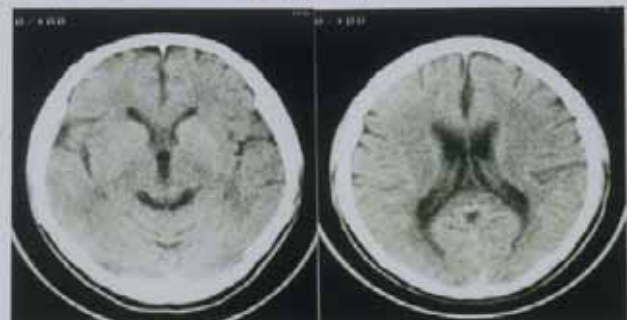


3年前入院時

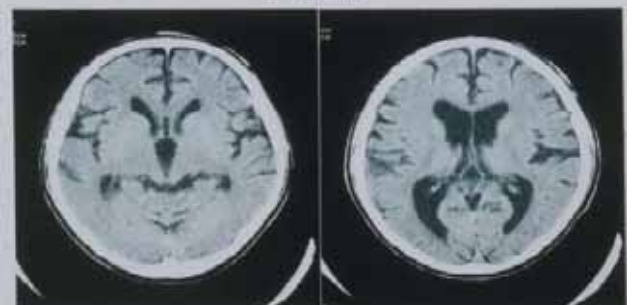


3年間断酒後

大量飲酒による脳萎縮進行例  
(55歳、男性)



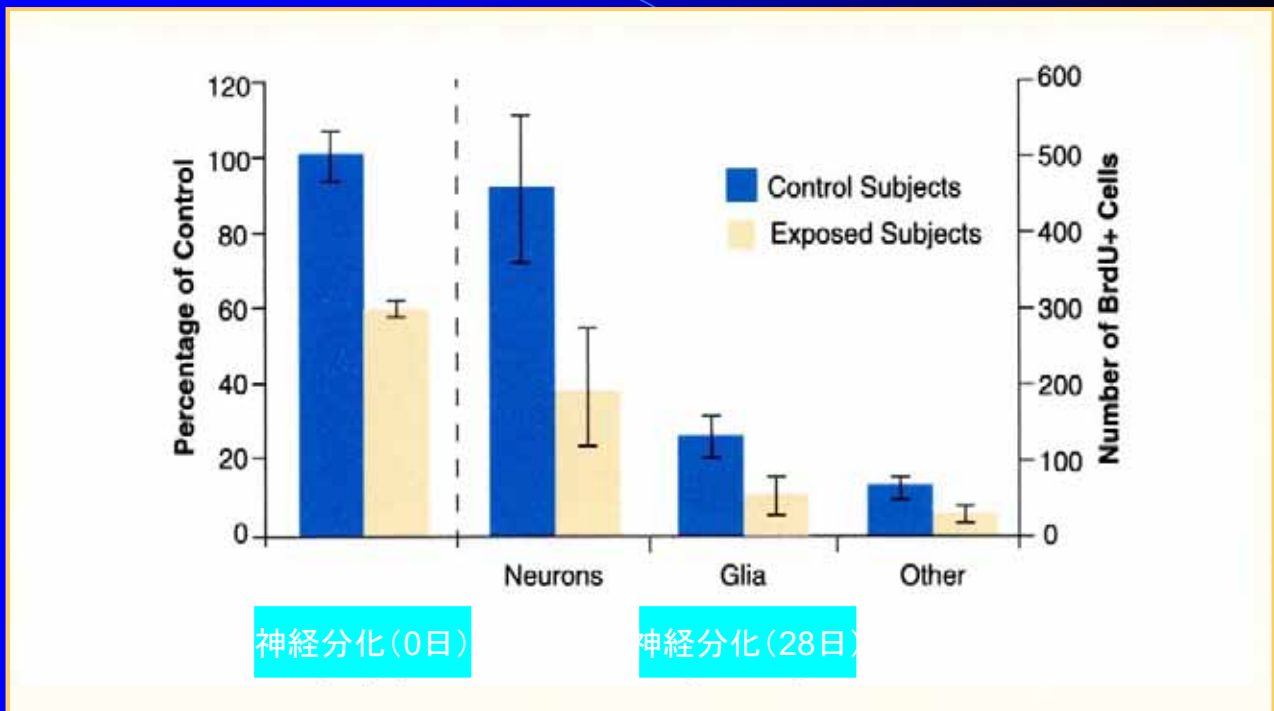
9年前



現在



## 神経幹細胞の分化に及ぼすアルコールの影響



5g/kgエタノールの単回投与後の変化

Crews et al. Alcohol Res Health, 2003

## アルコール依存症って・・・何やるか？

- 酒好きの人と何が違うの？  
→ お酒をコントロールすることができないこと。
- 酒癖が悪い人とどこが違うの？  
→ 酒癖は診断に関係ない。  
ただ、覚えていないことは心配ですね。
- 体調が悪くなったら診断がつくの？  
→ 脳の疾患なので、体調が悪くなくても依存症の診断はつくことになる。

# まとめポイント！！

①アルコール依存症とは  
「飲酒をコントロールできない脳の病気」で  
脳の萎縮を伴う(断酒で改善する)。  
再び飲酒が調節できるようにはならない。

②慢性で進行性の病気だから  
「治療を続けていく必要性」がある。