

# PREVENTION No.271

平成27年3月19日開催

## アルコール依存症家族の体験談

東京断酒新生会 A・F 様

神奈川県断酒連合会 Y・A 様

### 講演者 1. A・F 様(東京断酒新生会)

私の実家では、お酒を飲む人がいませんでしたので、結婚して夫が毎日夕食を食べる前に何時間もお酒を飲んでいても、飲む人は皆んなそうしていると思い込み生活していました。子供が生まれお姑さんと一緒に生活するようになって、その生活は変わる事なく続いて行きました。私にとってお姑さんとの同居は、鍋・食器の置き場所から始まり、家具の配置等すべてが、がまんの生活からのスタートでしたが、夫の配慮は感じる事は有りませんでした。

今から20年前夫は胃ガンの手術をしました。手術後食事の回数は1日5回位から少しずつ慣らして、今まで通りに戻れたのは、かれこれ2ヵ月位かかったかと思います。もちろんお酒は止めていましたが、職場に復帰するといつの日か飲酒していました。私はガンの再発の恐怖から…と思い見て見ぬ振りしていましたが、今考えると普通の人であれば逆に恐怖で飲酒は出来ないのでは…と思います。夫との話はいつもお酒に関する話で最後には、喧嘩で終わるそんな毎日が続いていくと、いつか大切な決め事はすべて近くに居た実家の両親に相談していました。ある時いつもの様に母に主人のお酒の飲み方を愚痴ると一度通院している病院と一緒にいき、お医者様に相談する事をすすめられ実行しました。すると先生から帰りに精神科に寄るよう言われました。私は「なぜ精神科なの？」と思いましたが、言われるまま精神科に行ったのですが先生に会う事が出来ず、帰宅後連絡する約束をし、家に帰り連絡すると、先生は、ここはアルコール専門のプログラムが無い事と、ベットの用意もない事を告げられ専門病院をいくつか紹介していただき後日、A 病院に行き面談をしました。「入院はしない」という本人の意志でそのまま家に戻りました。この時ケールワーカーから私には保健所の家族教室に参加する事を勧められましたが、行く事は有りませんでした。その後飲む事での失態が続き夕食時なのに食卓の上には物が置けず私は、台所で立って夕食を食べる事を余儀なくされていましたが、それを異常と考える事も有りませんでした。ある時いつもの帰宅時間がとくに過ぎていのに帰ってこないで、やむなく勤務先に電話をすると「少々お待ち下さい」と言い取り次いでくれたものの何分待っても電話口に出てもらえないので、電話を切り娘の運転で勤務先に向かいました。すると自転車置

き場の隅にうづくまる夫を見「帰ろう」と声をかけるが、返事もなく、立ち上がるのもやつの状態だったので娘と二人で車に乗せ家に帰った事も有りました。梅雨時のある日いつもの様に飲んでいる夫に「いい加減にして」と言う「お前がうるさいから飲むしかないだろう」と逆ぎれされ、あげく新聞紙を丸めてライターで火を付け床に置きました。私は恐怖でいっぱいでしたが、なぜかそのままにしていたらお姑さんがあわてて火を消しました。次の日焦げた床を修復する夫がいました。A 病院に行ってから2カ月程経過した頃夫から「病院に連れて行ってくれ」と言われ娘の運転で再び A 病院に行き、私は病院の家族教室に通う事を約束し、入院する事となりました。夫が入院している間、私はゆっくり寝むり、ゆっくりお風呂に入れる事が何よりうれしく思いました。1カ月過ぎた頃、手や頭の中にほっ疹が出ていると夫から言われたので、先生に相談する様伝えと、今まで飲んでいたシアナマイドをやめてしまいました。家族教室では、アルコール依存症と言う病気である事、そして治ゆしない事、シアナマイドは家族の安心の為飲んでもらった方が良く事等、知識の無い私には、すべてが勉強であり、断酒会の存在もここで知りました。夫は病院から断酒会に参加しており、外泊で家に戻っている時二人で江戸川断酒会に参加し、入院中にもかかわらず入会しましたが、なかなかお酒は止められませんでした。私は B クリニックの家族会が土曜日にやっている事を知り、仕事を休まず参加出来るという事だけで、参加する事にしました。ある時夫を誘って B クリニックに行き先生と三者面談をしましたが、途中で夫は B 先生とケンカし「帰るから」と電車賃を請求、私はお金を渡そうとすると先生に「飲んで生活する人にお金を渡す必要があるのか？」と言われ「ハッ！」としました。そのまま主人はお金を持たず出て行き、何と池袋から江戸川まで歩いて帰ったそうです。後日聞いた話では、途中電車で飛び込んで死ぬ事も考えたとの事でした。そして私は、その日から家に戻らず実家でお世話になりました。実家から会社、断酒会、実家という生活が1カ月程続いた頃、夫から電話が有り「戻らないか？」と言われシアナマイドを飲む事と病院に通う事を条件とし、戻る決心をし両親にその旨伝えと、夫が仕事に復帰するまで今の生活を続ける様言われたが、私の決心は変わらずお礼を言い帰ろうとすると母が「もう二度とこの家で厄介になろうと思わないでほしい」と言われ泣き泣き玄関を出ようとした時、後ろから母に、「無理はしなさんな」と声をかけられ涙が止まりませんでした。C クリニックに行き、シアナマイドを飲み断酒会に通い始めると「こんなに大勢の人たちがお酒を止めているのにどうして夫はお酒が止められないのだろうと思っていた私がこんなに大勢の人がお酒を止めているのだから夫だって止められないはずはない」と思えるようになりました。するといつの間にかお酒が止まっていました。大勢の方々の良き出会いのおかげで菌車が良い方向へかみ合い始めると次々と良い方向に転がって行きました。飲まない生活を継続し12年程たった頃、今度は娘が突然電車に乗れない事態が発生致しました。仕事はしばらく休みをもらい治療に専念するものなかなか回復せず止むなく退職を致しました。娘の旦那の協力も有り、食生活の見直しから始め漢方薬を飲みながら少しずつではありますが良い方向に進み二人目の子供も授かりました。今でも薬は飲んでいますが近くであれば何とか乗れる状態にまでなりました。この事で私はアルコール依存症は家族ぐるみの病気である事を思い知らされ、とても恐ろしい病気である事を再認識しました。それでもこの病気から目を背けず、しっかりと病気と向き合い生活していけるのは、他ならない断酒会の仲間のおかげとっております。同時期還暦を迎えた夫は、定年となり今まで余り係ってこなかった親の介護をしてくれる事となり、食事の世話から最終的には、おむつ交換までしてくれました。昨年96才で亡くなるまでの5年間という期間ではありましたが親子関係の修復にもなり、とても大切な期間であったと思

います。これもお酒を止め続けていたから出来た行動だと思われます。

こんな私たちですので、これから先もいろいろ面倒をかけるかと思いますが、断酒会の輪から離れる事なく生きて行きたいと思っていますので、夫共々良ろしくお願い致します。

今日はお急がしい中、私の体験談に耳を傾けていただき有難うございました。

## 講演者 2. Y・A 様(神奈川県断酒連合会)

息子は平成二年生まれ、現在 24 歳です。私の家系はお酒が弱いのですが、夫の家系は比較的強い家系でした。平成 24 年大学 3 年生の五月、D 病院にて、アルコール依存症との診断を受けました。小さい時からの息子のことをお話しします。息子は小さい時から手がからず、聞き分けの良いいわゆるいい子でした。小学校 6 年生のときに、自ら志した中学を受験するため、一生懸命勉強し、東京の私立の中高一貫校に入学できました。中学時代からクラブ活動委員会活動などに積極的に参加し、それなりの成果を上げていました。ところが高校 2 年のとき、クラブの合宿で、飲酒問題が発覚し、その矢面に立たされ、精神的なつらさを紛らわせるためにそこから度々お酒を飲むようになったと言っています。高校三年生のころは自宅で隠れて飲酒するようになり、当然受験は失敗、浪人となりました。飲酒問題が発覚したのは浪人のころです。予備校に行くと言って嘘をつき度々お酒を飲んで帰宅することが多くなりました。その結果受験はまたも失敗、第一志望の大学には入れませんでした。大学入学直後から不眠不安を訴え、近くのメンタルクリニックを受診したところ、適応障害・神経症・パニック障害・うつ病ではないかと言われ、精神安定剤・入眠剤などを処方されました。いまとなれば、そのころにはすでにアルコール依存症になっていたのです。本人はそれを隠し続け、大学 2 年の終わりには、飲酒運転での追突事故を起こしてしまいました。そのころ家族で何度も話し合いをし、「もうお酒はやめる。絶対飲まない」との約束を取り付けますが、一度も守られることはありませんでした。もちろん大学には行くと言いながら通学はせず、学年末の成績表では単位が一つも取れていませんでした。大学三年生となり、連続飲酒に陥った挙句、家出を繰り返すようになり家族(特に母親)の精神的な疲労がピークに達しメンタルクリニックの紹介で D 病院での短期の入院を経て E 病院に入院することとなりました。3か月の入院を経て、退院後、私は息子の病気はもう治ったものだと思います。けれどもアルコール依存症の本当の怖さはそこからでした。退院して一か月も経たないうちに再飲酒となりまた家出や自殺未遂まで繰り返し、当時父親が旭川に単身赴任だったため、母親の私ではどうしようもできない状態でした。とうとう大学三年の 10 月に退学することとなりました。それとほぼ同じ時期に、私は川崎断酒新生会につながることとなりました。翌年 2013 年二度目の入院ののち、知り合いに紹介されたアルバイト先でまたも飲酒をし、再び E 病院に入院となりました。そのころはお酒とともに市販薬や処方薬も一緒に服用し、意識不明となり何度か救急搬送や警察の保護などがあったので、6/5 の入院時には担当医師より今回の入院にて断薬をしたいので長期入院を覚悟してくださいと言われました。ところが入院 4 日目、病棟に備え付けの消毒液を飲んでしまい、心肺停止となり ICU に搬送されました。結局退院できたのは 12/25 でした。長い入院生活を体験したにも関わらず、なかなか再飲酒を止

めることがでず、最後の入院は2014年3/18～4/6でした。その後本人から断酒の意志が見え、自ら断酒会に行くようになり、退院後3ヶ月は毎日東京・川崎・横浜などの断酒例会に出席し、その後も市内の例会にはほぼ欠かさず出席しました。そのおかげもあって何とか一年断酒ができ、今年の4月より、以前やめてしまった大学に再び入学し、通い始めたところです。

母親の私はこの二年半断酒会・家族会・家族教室・研修会いろいろなところに参加してきました。最初のうちは病気の本人ではない私になぜ断酒会や家族会が必要なのかわかりませんでした。家族である私自身にもこの病気への偏見がありました。依存症は心の弱い人間がなる、息子が依存症だと知られたら恥ずかしい、私の育て方が悪かったから依存症になってしまった等々。そして私自身も次第に心を病んでいき、うつ病を発症しました。再飲酒を繰り返す息子が回復などできると到底思えずその首に手をかけたこともあります。家族も巻き込まれ、私自身も病気になっていたことによりやく気が付きました。

アルコール依存症はただ酒をやめていただけでは回復するとは言えません。今までの価値観を変えて生きていかなくてはなりません。大変難しいことです。でも断酒会にはそれを実践している人たちがいます。これから先もずっと一緒に歩いて行ける仲間とともに心の回復を目指していきたいと思います。断酒一年目のその日、息子は再飲酒をしましたが、ここでくじけず、再び頑張って断酒の道を歩んでほしいと思っています。