

PREVENTION No.301

平成29年 10 月 19 日開催

AUDIT20 点以上を対象とした職域における減酒支援

—アルコール依存症疑い群への介入結果—

伊藤 満（独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター）

1 ブリーフインターベンション（Brief Intervention, BI）

BI（簡易介入と訳されることもある）は、飲酒量低減を目的とした簡便なカウンセリング（減酒指導）である¹⁾。断酒ではなく減酒を目指した介入であることから、大量飲酒者（アルコール依存症まではいかないが、飲酒量を減らす必要のある一群）を対象とすることが一般的である。

BI の実施にあたっては、はじめに自記式質問票を用いて飲酒問題の程度をアセスメントし、対象者の選定を行う。代表的な質問票のひとつが、本発表のタイトルにある AUDIT（Alcohol Use Disorder Identification Test, アルコール使用障害同定テスト）である。AUDIT は 10 項目の質問から構成され、40 点満点で評価する。一般に AUDIT で 8 点を超えていた場合、「依存症には至らないが問題飲酒あり」と判断して積極的な減酒支援の対象とする。一方で、15 点以上（20 点以上とすることもある）は「アルコール依存症の疑いあり」と判断し、専門医療機関での治療につなげるように支援する。したがって、BI の対象は、AUDIT で 8 点から 14 点（もしくは 19 点）に相当する大量飲酒者ということになる。しかしながら、AUDIT で 20 点を超えていたとしても、実際には BI の対象となりうる場合があるように思われる。今回、沖縄県の宮古島市役所にご協力いただき、AUDIT20 点以上の従業員を対象とした BI を職域において実施したところ、BI の効果を確認する機会が得られたため、その取り組みについて報告したい。

2 宮古島市における介入

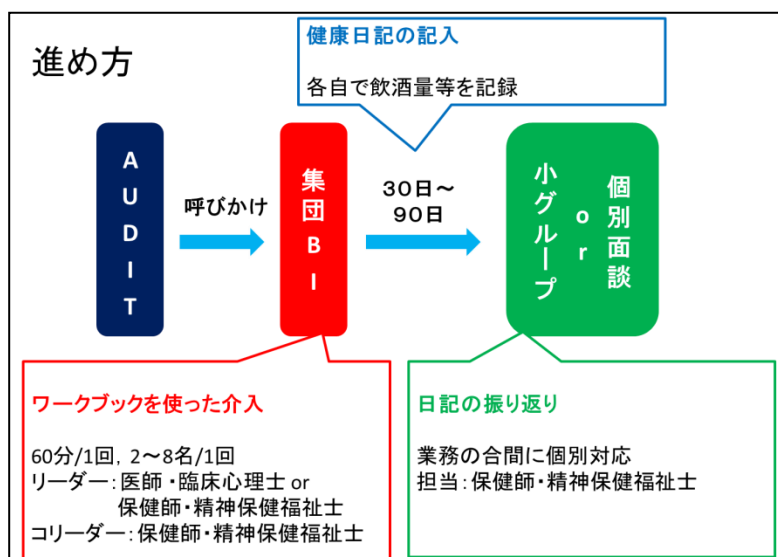
①宮古島の飲酒文化

宮古島市は全国平均と比較して、大量飲酒者の割合が多いことで知られている。宮古島市の一般成人を対象とした調査によると、AUDIT8 点以上の割合は 67.0%であり、全国平均の約 3 倍である²⁾。宮古島ではお祝い等で大勢が集まって大量に飲む機会が多く、アルコールを生活から切り離すことが難しいようである。また、オトリーといわれる飲酒習慣があり、機会あたりの飲酒量が 10 ドリンクを超えることも珍しくない。

②対象者と BI の実施方法

BI プログラム開催について、宮古島市内の民間企業等の団体の安全管理や衛生管理の担当者および上司へ説明し、同意を得た団体にて AUDIT 行った。平成 27 年度は 1 団体において AUDIT を行い、AUDIT20 点以上の男性 39 名（平均 AUDIT 点数 2.3 点）が BI に参加した。平成 28 年度は 6 団体において AUDIT を行い、8 点以上の 90 名（男性 84 名・女性 6 名、平均 AUDIT 点数 15.2 点）が BI に参加した。参加者は本人の自由意思にもとづいて参加した。

BI は 2 回のセッションから構成され、1 回目は集団で行い、アルコールのメリット・デメリットを確認したり、減酒するための方法を検討したりした。参加者には 1 回目の BI において飲酒に関する目標を立ててもらい、宿題として飲酒状況の記録をつけるよう促した。2 回目の介入では、個



別もしくは小グループで目標の達成度を確認するとともに、今後のアルコールとの付き合い方を検討した。

3 介入の結果と効果をあげるコツ

①AUDIT 得点の変化

平成 27 年度については、介入前の AUDIT 平均得点は 23.2 点であったものが、介入後は 16.5 点へと減少していた ($t=6.90$, $p<.00$)。平成 28 年度については、介入前に AUDIT 得点が 15 点を超えていた対象者をみると、19.2 点から 15.6 点へと減少していた ($t=.511$, $p<.00$)。また、平成 28 年度の参加者のうち、介入前の AUDIT 得点が 8~14 点であった対象者は、11.9 点から 10.6 点へと減少する傾向がみられた ($t=2.01$, $p=.51$)。

平成 27 年度は AUDIT20 点以上が対象であり、一般的には BI の対象とならずに専門医療機関の受診を促すことが求められる一群であった。しかしながら、BI によって AUDIT 得点が減少しており、減酒支援の効果が十分にあったものと思われる。

②効果を上げるコツ

宮古島の大量飲酒者の多くは、日常的な飲酒量が多いというよりも、1 回あたりの飲酒量が多くなりやすい（飲み会に出席すると飲まざるを得ない）ようである。したがって、本人は大量飲酒をどうにかしたいと思っけていても、付き合いを優先せざるを得ないという状況におかれているといえる。そういった現状を素面の状態でまじめに話し合う機会を設定することが、減酒に向けた意識づけとなったものと思われる。また、今回の BI では、宿題として飲酒日記によるモニタリングを行った。日記を通して普段の飲酒パターンを振り返ることができると同時に、モチベーションの維持に繋がったのかもしれない。

BI の実施にあたっては、飲酒の悪影響を強調するよりも、「よい酒飲みになる方法を考える」というスタンスで介入を行った。とりわけ仕事上の付き合いで飲酒している参加者にとっては、このような雰囲気を作ることで、BI への抵抗を減少することができたようである。

さらに、職域を対象とし、健康管理部門とタイアップしたことで、参加率を高めることができた。ストレスチェックなどと合わせて定期的に行うことで、継続した取り組みなるかもしれない。

謝辞

宮古島の団体・企業において減酒指導を行うにあたっては、参加企業への説明や勧誘などのあらゆる調整を宮古島市役所のご担当者の方々にご尽力いただきました。御礼申し上げます。

- 1) BIの詳細については、アルコール関連問題予防研究会第284回および285回の抄録をご参照ください。
- 2) <http://www.pref.okinawa.jp/site/hoken/hoken-miyako/hoken/documents/inshujittai.pdf>