

2021年6月17日開催

減酒外来について

湯本 洋介(独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター)

2018年のLancet誌の報告によれば、世界195ヶ国の694の飲酒に関するデータと592のアルコールによる健康被害のデータを解析した結果、飲酒量ゼロが最も死亡率が低かったという結論が導かれている<sup>1)</sup>。また、WHOの報告によれば、2016年の世界人口のうち300万人がアルコール消費によって死亡している<sup>2)</sup>など、アルコールの有害性に関するデータの存在に基づき、国連の掲げるSDGs(Sustainable Development Goals)にもアルコール消費に関する目標が掲げられている。日本でも、国民健康・栄養調査の結果によれば飲酒習慣のある人口は減少傾向にあり、飲酒しない或いはより少ない飲酒習慣のトレンドは広がりを見せていると言える。このようなアルコールによる負担や少ない飲酒習慣がトピックとなっている国内外の潮流がある。

従来、アルコール専門医療機関ではアルコール依存症の中核群に対しての断酒の支援が主として行われてきた。一方で現在注目を浴びている、アルコール依存症の診断閾値未満ではあるがアルコール問題を呈している人々や、アルコール依存症ではあるが断酒に向かう準備ができていない或いはフィットしない人々への介入など、アルコール問題は存在するが断酒は過剰と認識されやすい人々に向けた支援のニーズは今まで十分に満たされてこなかったと言える。

このニーズに応じて、久里浜医療センターでは2017年に減酒外来という名称で、減酒を許容することを全面にアピールした外来診療部門を開設した。減酒外来では開設当初から4年弱(2017年5月~2021年3月)で411名の新規患者を受け入れた。アルコール依存症の重症度に関わらず受診を受け入れ、動機づけ技法や減酒スキル訓練、レコーディングなどの心理社会的治療と内服治療を用いて減酒(または断酒でもよい)のサポートを行っている。

心理社会的治療はBRENDAのコンセプトを用いている。BRENDAは服薬コンプライアンスを高めるためにデザインされた内服治療と併用するのに理想的な心理社会的プログラムと説明されている<sup>3)</sup>。基本的には患者の状況に共感を示しながら、患者のニーズに合わせたケアを提供していくことがBRENDAの基礎となっている。

2019年3月よりアルコール依存症者への減酒効果をもたらすnalmefeneが上市され、当院での使用実績ではnalmefene処方3ヶ月後の時点で減酒の効果ありと返答した例は7割であった。減酒外来受診者のバックグラウンドとして、家族関係や職業状態などの社会機能がまだ保たれている例が多数であり、医療機関において減酒を許容することのアピールはアルコール依存症の早期介入に寄与する可能性が見込まれる。

- 1) GBD 2016 Alcohol Collaborators. Alcohol use and burden for 195 countries and territories, 1990–2016: a systematic analysis for the Global Burden of Disease Study 2016. *The Lancet* 392, 10152, 1015–1035. 2018
- 2) WHO: Global status report on alcohol and health 2018
- 3) Aron N. Starosta. et al. The BRENDA Model: Integrating Psychosocial Treatment and Pharmacotherapy for the treatment of alcohol use disorder. *J Psychiatr Pract.* 2006