

2021年11月18日開催

アルコール問題に対するハームリダクションアプローチ
高野 歩(東京医科歯科大学精神保健看護学分野)

ハームリダクションは、「合法・違法にかかわらず、必ずしも薬物の使用量は減ることがなくとも、その使用により生じる健康・社会・経済上の悪影響を減少させることを主たる目的とする政策・プログラムとその実践」などと定義されている。ハームリダクションの理念は、プラグマティズム、物質使用に伴い生じるハームにフォーカスする、自己決定や自律性を尊重する、といったものである。ハームリダクションを実践している国では、サプライリダクション（供給の低減）、デマンドリダクション（需要の低減）に加えて、ハームリダクションの政策や実践に取り組むことにより、個人や社会における物質使用に伴う悪影響の最小化を目指している。物質使用に伴い生じるハームは、使用パターン（例：何をどのくらいどのように使うか）、使用する人の特徴や状態（例：年齢、性別、心理状態、併存する問題）、使用する環境（例：いつ誰とどこで使うか）により左右され、一律ではない。物質使用により引き起こされるハームは様々だが、ハームリダクションでは、緊急性が高く、ターゲット集団におけるニーズが高い課題が優先される。ハームが多様である分、ハームリダクションの介入も多様である。

アルコール問題に対するハームリダクションの目標は、①飲酒に関連したハームを減らす、②個人のニーズに合った目標を設定し非寛容方式とは別の対応でサービスを提供する、③従来の予防・治療の代替となる Low-threshold（敷居の低い）サービスを提供する、といった内容に集約される。ハームリダクションの文脈では、敷居の低いという言葉は、サービス利用のために対象者に一定の物質使用のコントロールを要求しない、という意味合いで使われる。具体的な取り組みとして、10歳前後の子どもを対象とした一次予防（目的は飲酒そのものの予防ではない）、ハイリスク飲酒をしている大学生を対象とした二次予防、適度な飲酒を目標とする自助グループ活動（moderation management グループ）、プライマリケアでの簡易介入、様々な場で提供される適度な飲酒を目指す治療や介入、重度アルコール依存を有する社会的にも脆弱な立場にある人を対象としたプログラム（managed alcohol program）などがある。様々なハームリダクションに基づくプログラムの有効性や有用性が研究により明らかにされており、エビデンスが蓄積されている。