

# PREVENTION No.368

2024年8月15日開催

## 依存症支援における家族支援の基礎知識

尾崎 淳(独立行政法人国立病院機構久里浜医療センター)

あるご家庭のご主人がアルコール依存症を発症されたとする。そのご主人が自身のアルコールの問題について困り感を抱き、自ら行政や医療機関などに出向きなんらかのサービスを利用することは皆無ではないが、多くの場合はアルコールを飲まれているご本人よりもそのご家族がなんらかの困り感を抱き始めることが多い。

ご家族はアルコール依存症という疾患そのものや有効だとされる対応方法などの情報を持ち合わせておらず、まさか目の前で起きている出来事の根っこにアルコール依存症が潜んでいるとは思ってもいないことが多い。またご家族が良かれと思ってとられた対応が、依存症の進行を進めてしまう結果を招くこともある。そんなご家族は何度約束しても飲酒を止めなかつたり、繰り返し指摘しても自覚すらない本人に、怒りや絶望感を感じたり、行く先の不安や恥の意識を持たれることがある。また場合によっては、親族から批判を受けることもあり、結果自責の念を抱えたり、こんな辛い思いをしているのは私だけに違いない・誰かに相談しても理解してもらえないだろう・責められるに違いない・一人で耐えるしかないと孤立状態に陥っている方もおられる。ご家族はこのように傷つき、疲れ苦しんで、混乱しておられるが、一方でこの状況をなんとかしたい・改善していきたいという考えを持ち合わせていることが多く、本人よりも先に行政機関などのなんらかの相談窓口で電話などで問い合わせをしたり、足を運ばれることがある。

我々援助者は、困り感や問題意識を持たれているご家族をまずはサポートする視点を持ち、ご家族の苦悩に耳を傾け、労うと共に、自身の所属機関がアルコール問題でお困りのご家族のためになんらかの支援を行っている場合は、それらを提案する流れとなろうが、所属機関がそれらの機能を有していない場合は、近隣の行政機関（保健所・精神保健福祉センターなど）・医療機関・カウンセリングルーム・依存症回復施設・セルフヘルプグループ（アラノンや断酒会などの自助グループ）などのご紹介が必要となる。ご紹介の際には、援助者がある程度紹介先の支援内容（相談体制・開催している家族会の内容など）を把握し、添えることも必要となろう。そのためには、事前に可能な範囲でインターネットなどを利用して情報を集めたり、場合によっては自ら足を運び、支援内容と共にそれらを利用したことによって状況が改善したケースについても情報を収集しておくことが有効である。

本来であれば、なんらかの苦しみを抱えてアルコールを飲まざるを得ないご本人が行政や医療機関に自ら足を運ぶことが望ましい。しかし、ご本人がそういった思いに至るまでには

ある程度時間を要することが多く、それを待っていては病状が進んでしまう可能性もある。我々援助者は、まずは困り感を抱いているご家族がファーストクライアントであるという認識を持ち、必要なサポートを行っていくことで、それがご本人を含むそのご家庭のターニングポイントになりえると思われる。