



アルコール依存症について

依存症とは、特定のものをやめたくてもやめられず、社会生活に支障をきたす状態のことです。

アルコール、ギャンブルのほか、最近はインターネットやゲーム依存が問題になっています。

依存性のあるものを繰り返すと、脳のブレーキに当たる部分が壊れ、欲求をコントロールできなくなります。

回復するためには依存症患者を孤立させない環境を整えること。

依存症という病気を正しく理解し、社会全体で立ち向かうことが大切です。

<https://www.izonsho.mhlw.go.jp/> より引用



アルコール依存症のスクリーニングテスト（CAGE法）

C	お酒を減らさなくてはと思ったことがありますか？
A	飲酒を非難されて気に障ったことがありますか？
G	自分の飲酒に関して罪悪感を抱いたことがありますか？
E	迎え酒をしたことがありますか？

当てはまる項目がある場合はほかのスクリーニングテストも確認してみましょう

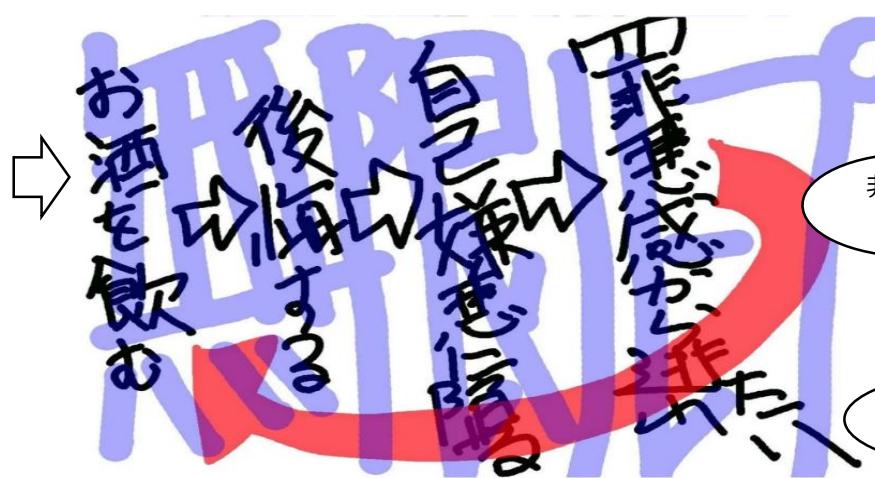


アルコール関連
スクリーニングテスト一覧
@久里浜医療センター

なんてやめられない？
止められないのは意のせいからじゃない？
本当はやめたくないからやめられないんでしょう？

本人の意志の強さでは
病気は治りません。

お酒のむ
不安が減る
気持ちが楽になる
お酒の量が増え



* 飲酒で後悔や罪悪感が出てきたら立ち止まる



依存症患者を孤立させない

依存に立ち向かうには、周りの人からの助けや勇気づけが必要です。

誰かに相談したい方へ



あなたの声を
聞かせてください

電話で話したい

SNSで話したい

依存症に
ついて
もっと知
りたい方へ



ひと、くらし、みらいのために
厚生労働省
Ministry of Health, Labour and Welfare



厚生労働省のアルコール依存症啓発漫画「だらしない夫じゃなくて依存症でした」、おすすめです。



作者のブログで
一部無料公開中

今まで楽しかったことに罪悪感を感じるようになったら、距離をおくタイミングだよ

