

薬物乱用

覚せい剤、大麻、幻覚剤、シンナーなどの有機溶剤、アヘン類などの違法ドラッグを使うことは、たった一度でも違法行為となり、薬物乱用にあたります。また睡眠薬や鎮痛薬などの薬でも用量を超えて飲むなどは薬物乱用になります。始めは「一度だけやってみよう」という軽い好奇心からかもしれません。でも、薬物の多くは耐性があり、体が慣れてしまうので、次第に少しの量では効果が感じられなくなり、使用量が増えてしまいます。そしてたった一回のつもりが、気がつけば習慣的に使用し始めて、そのうちにクスリがやめられなくなる「薬物依存症」になってしまうのです。

○ 薬物依存症とは

違法ドラッグをはじめ薬物には、身体依存と精神依存という作用があります。身体依存とは、クスリの効果が抜けると、手足の震えや幻覚、意識障害など離脱症状（禁断症状）が起きることをいいます。精神依存とは、欲しいという欲求が我慢できなくなることです。

クスリを使い始めると脳の一部の働きが変化して、「どうしてもクスリが欲しい」という渴望を抑えられなくなるのです。そのため何が何でも手に入れようと、さらなる犯罪行為にまでつながってしまうこともあります。

○ 治療法について

残念ながら依存症の特効薬といえるような治療法はありません。薬物の長期の使用で脳がクスリの影響を強く受けてしまうと、ほとんど元に戻ることはないといわれています。ですから、薬物を完全に断って、欲求を我慢し続けながら、またクスリに手を出さないように自分でコントロールしていくしかありません。

クスリをやめても、ストレスなどをきっかけに幻覚や妄想などの症状が出てくることがあります（フラッシュバック）。またどんなに少量でも、再び使うと元の依存症状態に戻ってしまいます。一人でコントロールし続けることは不可能です。

そこで認知行動療法などのプログラムを行う専門の医療機関や相談施設、体験者がお互いに支えあう「ダルク」や「N A」などのセルフヘルプグループに通い続けることが必要です。同じ依存症をもつ人同士が、お互いのつらさや悩みを共感し連携しあいながら、クスリを断ち続けるのです。

○ サポートをするとき

薬物の乱用は、家族にも大きなダメージがあることでしょう。問題を家族だけで抱え込まないで、専門家の協力を得ることが欠かせません。依存は「否認の病」ともいわれ、本人は問題を認めようとしにくい傾向がありますから、ときには強引にでも専門機関に連れてゆくことが必要になるかもしれません。

またサポートしているつもりで、逆に家族が依存を助長させる存在＝イネイブラーになってしまうこともあります。家族会などのサポートグループでは、依存症者との接し方を知ることができますし、支える家族のつらさを分かちあう場にもなっています。