

は通所型のものもあります。施設のスタッフは、同じ薬物依存症から立ち直った“先行く仲間”です。彼らは医療の専門家ではありませんから治療行為を行うことはできませんが、多くのリハビリテーション施設は地域の医療機関と連携をとっています。

もうひとつは、ナルコティクス・アノニマス(NA)という自助グループです。全国にたくさんのグループがあって、主に夕方から夜にかけて薬物依存症の人々が集い、回復のためのミーティングを行っています。

こうした自助活動は、薬物依存症の回復段階における心の回復と人間関係の回復を達成するうえで効果があります。精神症状などの目立った症状は、病院で治療を受けると多くは比較的短期間でおさまります。その後は時間をかけて、依存症という障害によって悪影響を受け変化してしまった生活習慣、物事の考え方、対人関係などを改善していく必要があります。

たとえば、昼夜逆転などのライフスタイルや悪い仲間とのつきあいは、そのままにしておく再使用に非常に結びつきやすいので、規則的で健康的な生活に変え、交友関係も変えていく必要があります。また、いったん依存症におちいると、その人はなんとかして薬物を使いつづけようとしめます。そのためによく嘘をつくようになり、真実を見ようとせず都合のいい考えばかりするようになり、他の人を利用したりするようになります。

このように、障害による二次的な変化をひとつひとつ時間をかけて改善していくことが回復なのです。したがって、回復の全過程は大変時間のかかるものですし、さらに、良くなったり悪くなったりしながら少しずつ回復していくという特徴をもっています。

結局のところ、薬物が自分や周囲の人々にどれだけの被害をもたらしたのか、長年にわたる薬物使用によって自分がどんなふうに変わってしまっていたかということを確認、回復のための努力を続けることはとても苦しく勇気のいる作業です。けれども、このようにして実際にたくさんの方が薬物依存症という障害から回復し、自分を取り戻しています。それどころか薬物依存症からの回復過程における様々な経験を通じて、「新しい自分に出会うことができた」「障害になる以前の自分よりずっと成長した」と感じている回復者が大勢います。



薬物使用が止まるのは 回復の第一歩。
回復の道は長く続きます。

第2章

回復のために家族は何をしたらよいのでしょうか

1 薬物依存症者が家族にもたらす影響



薬物依存症は 家族を巻き込む障害！

薬物依存症は、その人の心と身体をむしばむだけではありません。家族の誰かが薬物依存症におちいると、家族はその悪い影響を受けて、気がつかないうちに病んでいきます。依存症が「家族の病」と言われているのはこのためです。

薬物依存症の進行に伴って、家族にも一定の変化がみられるようになります。依存症の人を長い間抱え込んでいると、心理状態や行動パターンが変わってくるのです(図4)。

薬物依存症の初期、まだ薬物依存症に関する様々な問題が深刻化する前の段階では、多くのご家族は無意識にその問題と向き合うことを避けようとします。「ちょっとした好奇心でやっていることだ。そのうちにやめるだろう」「お父さんがあの子をきつく叱りすぎるから反抗しているだけで、父と子の関係が良くなりさえすればすべて解決するんだけど」。

このように、起きている問題を楽観視したり、何か他の原因のせいにしたりすることで、問題への直面化を避けようとするのです。

そのうちご本人の薬物使用がエスカレートして、問題を直視せざるをえなくなると、今度はなんとか薬物をやめさせようとあらゆる努力をするようになります。けれども相手は薬物依存症という障害にかかっているのです。これらの努力が報われることはめったにありません。ご家族の努力が功を奏し、一時的に薬物使用が止まることがあるかもしれませんが、ほとんどの場合は長つづきしません。ご家族は、期待をしては裏切られるということを繰り返すうち、