

家族や周囲の人へ

依存症は本人を苦しめるだけでなく、周囲の人々を巻き込みます。特に、一番身近な家族への影響は大きく、家族は慢性的なストレス状態に置かれることもあります。

相談してください

- ◇ 家族だけで抱え込んでいませんか。
- ◇ 家族などが相談機関や自助グループを利用することも、本人の回復に役に立ちます。

依存症のことを知る、学ぶ

- ◇ 薬物依存症についての正しい知識や対応方法を学びます。
 - 薬物依存症は、意志の弱さや家庭環境からなるわけではない
 - 統一した対応、一貫した態度をとる
 - 脅しやその場しのぎの約束は、効果がないことが多いので控える
 - 暴力から身を守るために、危険を感じたらその場から離れる
 - 本人の薬物依存に関連する行動以外の活動に注目し、ほめる
- ◇ 本人との関係をよいものにするために、日常のコミュニケーションの工夫を学びます。

家族自身の健康や生活を大切に

- ◇ 家族自身もストレスにさらされています。
- ◇ 本人をサポートするためにも、家族自身の健康や生活を大切にしましょう。

薬物依存症のサイン

- 薬物を使いたいという強い欲求がある
何とかして薬物を手に入れようとする。
- やめようとしたり、量を減らそうとしたりしてもコントロールできない
- 薬物の使用をやめたり、量を減らしたりすると、離脱症状（禁断症状）が出る
不眠、過眠、抑うつ、不安、焦燥、幻覚、妄想、筋肉や関節の痛み、けいれん発作、食欲亢進、脱力、嘔吐、下痢、異常な発汗など。
- 薬物に「耐性」ができ、使用量が増える
薬物の作用に身体が慣れてしまい、量が増えていく。
- 薬物使用中心の生活になる
一日の大部分を薬物の入手や使用のために使うようになる。

まずはご相談を

薬物の問題に関することでお困りの場合は、一人で悩まず、相談してみましょう。
回復への糸口を一緒に考えることができます。

大阪府こころの健康総合センター

〒558-0056
大阪府住吉区万代東 3-1-46
TEL : 06-6691-2811(代)
FAX : 06-6691-2814
HP : <http://kokoro-osaka.jp/>

相談窓口はこちら>



令和3年8月発行

薬物の問題で

困っている人のために



やくぶついぞんしょう 薬物依存症とは・・・

たいま かくせいざい いぞんせい
大麻や覚醒剤、シンナーなどの依存性のある薬物を繰り返し使い続けているうちに、「やめたくても、やめられない」「ほどほどにできない」状態になることです。

ほんにん いし せいかく かんけい だれ
「本人の意思」や「性格」は関係なく、誰でもなる可能性がある病気です。



いぞんせい やくぶつ 依存性のある薬物

クスリを使っているうちに、そのクスリの作用で脳の一部の働きが変化して、「クスリがどうしても欲しい!」という欲求が抑えきれなくなります。

こうした欲求を作り出しやすいクスリを、依存性のある薬物といいます。

いほうやくぶつ 違法薬物

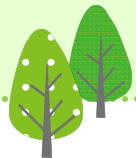
かくせいざい たいま ごうせいまく
覚醒剤、大麻、合成麻薬、コカイン、
ヘロイン、LSD、MDMA、
シンナーなどの有機溶剤、危険ドラッグ など

しほりやく しはんやく 処方薬・市販薬

すいみんやく こうふあんやく あんていざい こうせいしんやく
睡眠薬、抗不安薬（安定剤）などの向精神薬
ちんつうやく せきどくすり かぜくすり
鎮痛薬、咳止め薬、風邪薬、カフェイン など

その他

ガス など



やくぶつ およ せいぎょう 薬物が及ぼすからだやこころへの影響

せいしんしょうじょう 精神症状

- ・イライラ ・不眠 ・不安 ・幻覚 ・妄想
- ・フラッシュバック（以前の薬物にかかわる体験が反復的に突然起こってくること）

しんたいてき もんだい 身体的な問題

- ・脳神経障がい
- ・継続使用による肝臓・呼吸器・心臓などへの影響

かていない もんだい 家庭内の問題

- ・家族間での不和やトラブル ・暴力 ・虐待

しゃかい にかか もんだい 社会に関わる問題

- ・仕事や人間関係のトラブル
- ・失職 ・退学 ・借金
- ・犯罪など司法に関する問題 ・孤立

その他

- ・薬物使用中の運転による事故
- ・薬物使用時の注射針による感染症のリスク

やくぶついぞんしょう なお 薬物依存症は治るの？

やくぶついぞんしょう かいふく 薬物依存症は回復できます

ちりょう う さまざま たす か やくぶつ
治療を受けて、様々な助けを借りながら、薬物をやめ続け、薬物に頼らない生き方をしていくことができます。



かいふく たす きかん 回復の助けになる機関があります

せいしんかいりょうきかん 精神科医療機関

やくぶつりょうほう せいしんりょうほう ちりょう おこな
薬物療法や精神療法などにより、治療を行っています。
いぞんしょうせんもんいりょうきかん にんちこうどうりょうほう
依存症専門医療機関では、認知行動療法などの専門のプログラムを行っています。

そうだんきかん 相談機関

せいしんほけんふくし ほけんしょ ほんにん
精神保健福祉センターや保健所などで、本人や家族などの相談のついでに、個別相談のほか、グループでのプログラムを行っているところもあります。

じじょ 自助グループ

おな もんだい かか hito じはつてき むす
同じ問題を抱えた人と自発的につながり、その結びつきのなかで問題の解決に取り組む集まりのことです。

かいふくしせつ 回復施設

いぞんしょう かん そうだん う にっちゅうかつどう
依存症に関する相談を受けたり、日中活動や居場所の提供、ミーティングなどを行ったりするリハビリ施設です。

そうだん
相談することで、通報されることはありません。

そうだん
相談された方のプライバシーは守られます。

