

「依存症」って どんなイメージ？

意志の
弱い人が
なるもの？

だらしない？

本人は
やめる気が
ない？

一生治らない？



それは
誤解です。
依存症は誰でも
なりうる
病気です。



正しい理解を深めましょう！

中面へGO!

周りに「依存症かも」 という人がいたら…

依存症は、脳の回路が変化して欲求をコントロールできなくなる「病気」ですが、本人は自覚がなく気づきにくいので、自分の意思でコントロールしようとしても度々失敗します。そのため、周囲がいくら本人を責めても、問題は解決せず、むしろ「叱責」、「処罰」、「借金の肩代わり」などは状況を悪化させてしまいます。

本人が回復の必要性を自覚するまでには時間がかかることから、まずは、周囲の方が専門の機関に相談して、「適切なサポートのしかた」を知ることから始めましょう。

相談窓口等はこちら

依存症は、誰でもなりうる病気であり、決して恥ずかしいものではありません。病気を隠すことは解決を遠ざけますので、本人や家族だけで抱え込まず、専門の機関に相談しましょう。

地域の相談窓口

依存症に関するご本人やご家族からの相談や悩みを受け付けています。
 ・お住まいを所管する保健所（依存症全般に関する相談）
 ・県精神保健福祉センター 052-962-5377(代表・薬物電話相談)
 052-951-5015(アルコール電話相談)
 052-951-1722(ギャンブル電話相談)

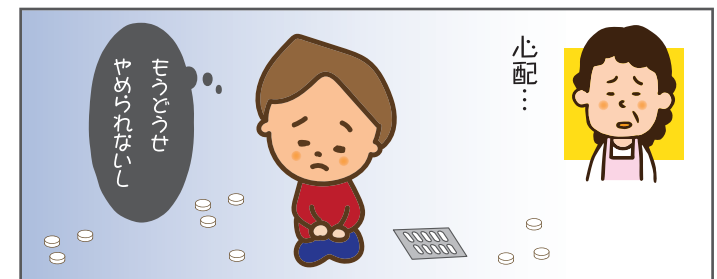
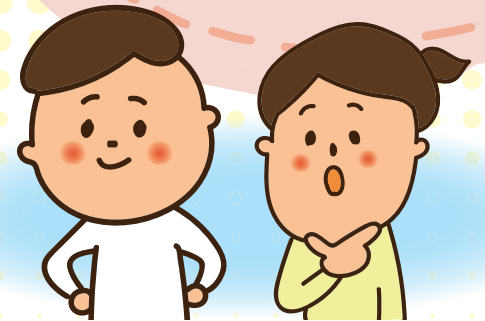
民間団体（自助グループ・支援団体）

自助グループでは、依存症本人または家族同士が体験を共有しながら、回復を目指します。支援団体では相談を受けています。

- アルコール依存症
- AA(アルコールリクス・アノニマス)【当事者】 052-915-1602
- 名古屋マック【当事者・家族】 052-302-7110
- 愛知県断酒連合会【当事者・家族】 052-824-1567
- アラノン【家族】 045-642-8777
- なでしこ家族会【家族】 0532-66-0965
- 薬物依存症
- NA(ナルコティクスアノニマス)【当事者】 090-1299-2190
- 名古屋ダルク【当事者・家族】 052-915-7284
- 三河ダルク(豊橋デイケアセンター)【当事者・家族】 0532-52-8596
- (岡崎デイケアセンター)【当事者・家族】 0564-64-2349
- ダルク家族相談室【家族】 090-7049-1093
- 愛知家族会【家族】 090-7866-6753
- ナラノン【家族】 03-5951-3571
- ギャンブル等依存症
- GA(ギャンブラーズ・アノニマス)【当事者】 046-240-7279
- ギャンブル依存症問題を考える会【当事者・家族】 070-4501-9625
- ギャンブル依存症家族の会愛知【家族】 070-8493-6525
- ギャンノン【家族】 03-6659-4879
- GAFA(ガーファ)【家族】 050-1726-8070

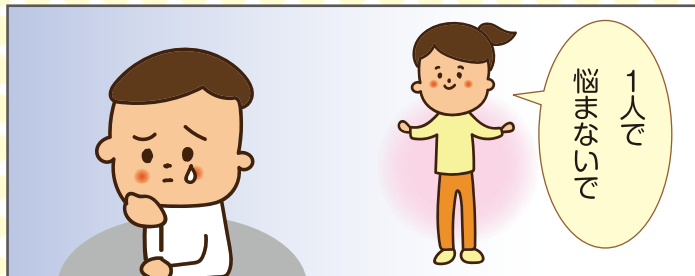
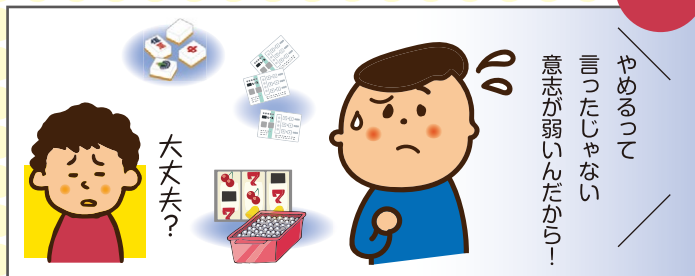
わかってる のに やめられない

～それって依存症かも～



中面に続く

つづき



依存症について学んでいこう

「依存症」って？

Q 依存症って何？

「依存」する対象は様々ですが、特定の物質や行為を「**やめたくても、やめられない**」状態を、「依存症」といいます。依存症になると、本人や家族が苦痛を感じたり、生活に困ることが生じたりすることがあります。

代表例

- アルコール ●薬物 ●ギャンブル等

※医学的定義では、ある特定の「物質の使用」に関して「やめたくても、やめられない」状態を依存症と呼びますが、本リーフレットでは「行為」に関するそのような状態も含めて「依存症」と表現しています。

やめたくても
やめられないんだね



Q 原因は？

人は、不安や緊張を和らげたり、嫌なことを忘れていたりするために、ある特定の行為をすることがあります。それを繰り返しているうちに**脳の回路が変化して、自分の意思ではやめられない状態**になってしまいます。

自分でコントロール
できなくなってしまうんだね



Q なりやすい人はいるの？

いろいろな病気と同じように、**誰でもなる可能性があります。**「根性がない」とか「意志が弱い」からではありません。

誰でも
なる可能性が
あるんだね



Q どんなことが起きるの？

飲酒や薬物使用、ギャンブルなどの行為を優先し、他の活動がおろそかになっていきます。その結果、**自分や家族の健全な社会生活に悪影響を及ぼす可能性**があります。

悪影響の例

- 睡眠や食事がおろそかになる。
- 嘘をついて、家族との関係を悪化させる。
- 仕事や学校を休みがちになる。
- 隠れて借金をしたり、お金を工面するために手段を選ばなくなる。

それは
困るなあ...



Q なおるの？

様々な助けや理解により、「**飲酒や薬物使用、ギャンブルなどに頼らない生き方**」をしていくことができます。依存症は回復が十分可能な病気です。そのためには、しっかりと対応することが大切です。

相談機関や
自助グループが
あるよ!



周りにいたら
どうしたらいいんだろ?

裏面へGO!