アルコール依存症とは

飲酒のコントロールができなくなる病気です。

お酒を飲むすべての人が、アルコール依存症になる可能性があります。

こんなことはありませんか？

いつもの量では酔えなくなってきた

今夜こそ、飲まんとこうと思ってたのに・・・

「１杯だけ」では終われない

飲みすぎて、今朝も遅刻してしまった

飲酒による影響

依存症は、本人だけでなく、家族など周囲の人々にもさまざまな影響を及ぼします。

身体への影響

・肝炎、肝硬変、痛風、糖尿病、ガンなどの疾患

・脳卒中、脳の萎縮、認知症などの脳への影響

・急性アルコール中毒

精神症状

・イライラ

・不眠

・不安、うつ症状

・幻覚、妄想

社会的な問題

・飲酒運転、事故

・触法行為、暴力

・借金

・仕事や人間関係のトラブル

家庭での問題

・夫婦、親子間のトラブル

・子どもへの影響

・児童虐待、ＤＶ

アルコール依存症は回復することができます。

さまざまな助けを借りながら、やめ続けることで「お酒に頼らない生き方」をしてくことができます。

本人や家族のサポートをしてくれるところ

・保健所、精神保健福祉センター

・医療機関

・断酒会、ご本人向け自助グループ：AA（アルコホーリクス・アノニマス）、家族向け自助グループ：Al-Anon（アラノン）

・回復施設

相談できる場所があります。

ひとりで抱え込まずご相談ください。

家族だけでも相談できます。

相談先のリンク：http://www.oatis.jp/sodan/

発行：大阪府こころの健康総合センター