

# 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

「1杯だけ」では  
終われない



今夜こそ、飲まんとこうと  
思ってたのに・・・

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」をしていくことができます。

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

自助グループ

本人 AA  
(アルコールリクス・アノニマス)

家族 AI-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。

ご相談はこちら

