

かぞく しゅうい ひと 家族や周囲の人にできること

家族などが相談する

- ◇ 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。

し 知る、まな 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
 - など

ほんにん かんけい 本人との関係をよいものにする

- ◇ 本人の回復を信じ、人格を尊重します。
- ◇ 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を工夫します。
- ◇ 具体的な方法は、相談機関などで一緒に考える
ことができます。

かぞくじしん けんこう せいかつ たいせつ 家族自身の健康や生活を大切にする

- ◇ 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。

やくぶついぞんしょう 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。



大阪府

やくぶつ もんだい 薬物の問題で ひと 困っている人のために



そだん まずはご相談を

やくぶつ もんだい かん
薬物の問題に関するこでお困りの場合は、
ひとり なや そだん
一人で悩まず、相談してみましょう。
かいふく いとぐち いっしょ かんが
回復への糸口を一緒に考えることができます。

おおさかふ けんこうそうごう
大阪府こころの健康総合センター

〒558-0056
おおさかしすみよしくはんたいひがし
大阪市住吉区万代 東3-1-46
TEL : 06-6691-2811(代)
FAX : 06-6691-2814
HP : <http://kokoro-osaka.jp/>



おおさかふ けんこうそうごう
大阪府こころの健康総合センター

やくぶつついぞんしょう 薬物依存症とは…

いそんじょう 依存症とは、大麻や麻薬、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。

いし 意志や性格の問題ではなく、誰でも依存症になる可能性があり、特別な人だけがなるわけではありません。

いそんじょう いったん依存症になると、量や頻度がだんだんと増えていき、身体や心に悪影響を及ぼしたり、人間関係が損なわれたり、自分や家族の社会生活に悪影響を及ぼす可能性があります。

いそんせい 依存性のある薬物

いほうやくぶつ 違法薬物

かく 覚せい剤、大麻・ハシシ、合成麻薬、コカイン、ヘロイン、LSD、MDMAなど

きけん 危険ドラッグ

ハーブ、アロマオイル、バスソルト、お香、リキッドなどの名前で販売されているもの

いりょうしきかん しょほう やくぶつ 医療機関で処方される薬物

すいみんやく 睡眠薬、抗不安薬（安定剤）などの向精神薬

いつばん みせ か やくぶつ 一般のお店で買える薬物

ちんつうやく 鎮痛薬、せきど 咳止め薬、風邪薬、シンナーなどの有機溶剤、ライターのガスなど

やくぶつついぞんしょう かいふく 薬物依存症は回復できます

ちりょう う 治療を受けて、様々な助けを借りながら、やくぶつ つづ 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 みち 回復への道のい…

① いりょうしきかん そうだんしきかん じじょ ぐるーぷや 医療機関や相談機関、自助グループや

かいふくしせつ 回復施設とつながる

やくぶつ しょよう 薬物を使用している本人が医療機関や相談機関、自助グループや回復施設とつながるまで、時間がかかることがあります。その場合は、家族が相談を継続ながら、本人に勧めるタイミングをはかります。

② やくぶつ つか サイカツ つづ 薬物を使わない生活を続ける

ほんにん いりょうしきかん そうだんしきかん かいふくしせつ 本人が医療機関や相談機関、回復施設などとつながりながら、薬物を使わない生活を続けます。

③ しゃかい 社会とつながる

やくぶつ つか サイカツ つづ 薬物を使わない生活を続けながら、家族などとの人間関係の修復や社会参加への準備を進め、しゃかい じゅうふく しゃかいさんか じゅんび すすむ 社会とのつながりや自分らしさを取り戻します。

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 かいりょうしきかん 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。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。

そうだんしきかん 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にのっています。個別相談のほかに、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 もんたい かか ひと じはつてき 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

いそんじょう かん そうだん う にっしゅうかつどう 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、ミーティング等を行ったりするリハビリ施設です。

いそんじょうに んちこうどうりょうほう ♠ 依存症認知行動療法プログラムとは… ♠

やくぶつついぞんじょう たい ちしき とき 薬物依存症に対する知識や、どのような時に薬物を使いたくなるか、その時どう対処するかなどを学び、具体的な対処スキルを身につけることを重視したプログラムです。