

アルコール・薬物依存症 について

- 薬物依存症とは、薬物の効果が切れてくると、薬物が欲しいという強い欲求がわき、その欲求をコントロールできずに薬物を使ってしまう状態をいいます。
- アルコール依存症とは、自分で飲酒のコントロールが出来なくなり、家庭や仕事、自分の健康よりも飲酒を優先させる状態を指します。
- アルコールは麻薬やコカインのように、依存性のある薬物です。そのため、長年にわたって大量に飲酒し続けると、脳に変化が起こり、飲酒のコントロールが出来なくなってきます。

あなたは大丈夫ですか？
～自己診断をしてみましょう～

- 自分の飲酒量を減らさなければならないと思いますか？
- 周囲の人に、飲み方を批判されて困ったことがありますか？
- 自分の飲み方に罪悪感を感じたことがありますか？
- 神経を落ち着かせたり、二日酔いを治すため、朝一番に飲酒したことがありますか？



このうち2項目以上当てはまる場合は、アルコール依存症の可能性がります。市町村や保健所の精神保健福祉窓口、精神科医療機関等に相談してください。



心のケアセンター
Miyagi Disaster Mental Health Care Center