

薬物の乱用・依存・中毒

薬物乱用

ルールや法律から外れた目的や方法で、薬物を自ら使用することをいいます。法律で禁止されている薬物を1回使っただけでも「乱用」です。

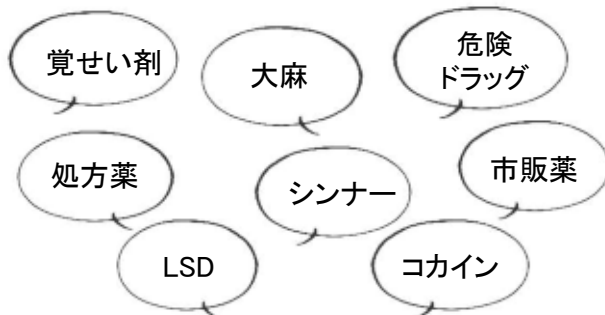
薬物依存

薬物乱用を繰り返すと、薬物依存という「状態」に陥ります。依存とは、自力で薬物を止めることができない状態をいいます。依存は「身体依存」と「精神依存」にわけて考えられます。身体依存は、薬物が体内からなくなると離脱症状（禁断症状）を表します。精神依存は、強い欲求に自制が効かなくなった状態をさします。

薬物中毒

急性中毒と慢性中毒に分けられますが、ともに身体的な症状です。急性中毒は、薬物乱用の結果、薬理作用によって緊急な治療を必要とする状態で、生命的な危機を招くことがあります。慢性中毒は、薬物の継続的な使用により発生する状態で、薬物の使用を中止しても消えません。幻覚や妄想を主症状とする覚せい剤精神病や有機溶剤精神病などがあります

乱用される薬物の例



薬物が生み出す様々な問題

薬物の使用を続けると、体の不調だけでなく心の不調や、社会状況・経済状況・家族関係の悪化など日常生活に影響がでてきます。また、家族も本人の薬物使用行動に振り回され影響が出てきます。



薬物依存症からの回復

個人差はありますが、概ね次のようなプロセスで回復していくといわれています。

①身体の回復

薬物使用によって疲弊し衰弱したからだが正常化する

②脳の回復

薬物による幻覚・妄想がなくなり
思考力や記憶力が正常化する

③心の回復

歪んでしまったものの考え方や感じ方
生活習慣が正常化する

④人間関係の回復

壊れてしまった人間関係が修復され
周囲からの信頼を取り戻す

薬物依存症は回復する（問題なく社会生活を送る）ことが可能です。

一方で、何かあった時に再発する可能性もあり、自力で回復することは難しいといわれているため、正しい知識、再び使用しなくなった時の対処法、薬物を必要としない生き方を身に付けることが大切です。

家族も抱え込まないで

薬物依存症について学びましょう

依存症について正確な知識を得ることが大切です。病気のメカニズムや症状、本人になにが起きているのか知り、対応を考えていく必要があります。



相談機関にヘルプを出しましょう

専門的な相談・治療機関や自助グループにぜひ足を運んでみてください。

今の状況を客観的にとらえ、次の一步を踏み出す手助けになります。

自助グループには、本人が参加できるNA（ナルコティクス アノニマス）や家族が参加することができる家族会などがあります。悩んでいるのは自分だけではないと、わかるだけでも大きな力になります。

ご家族も健康になりましょう

無理を重ねてきた自分自身の体調は大丈夫ですか？ほんの少しでも落ち着いて休むことができる時間はとれていますか？

本人の薬物使用に振り回されている家族はみんな疲れています。

できるだけ抱え込まずに、相談できる場を持ちましょう。家族自身が自分のために生活できることが大切です。



依存症から回復するために

浜松市精神保健福祉センターは、依存症についてのご相談をお受けしています。

ご本人、ご家族が安心して相談できる場所です。

面接相談（予約制）



薬物依存症（傾向）をかかえる方、もしくは、そのご家族が対象です。

ご相談は無料です。事前予約制のため、まずはお気軽にお問合せください。



ハマープ HAMARPP

テキストを使ったプログラムです。

対象は、面接相談を利用しているご本人です。

※詳細はお問い合わせください

依存の問題をもつ家族のための勉強会

依存症について学び、抱えている気持ちをわかちあいます。

対象は、面接相談を利用しているご家族です。

※詳細はお問い合わせください

相談をご希望の方は

浜松市精神保健福祉センター

電話 053-457-2709

住所 〒430-0929

浜松市中央区中央一丁目12-1 県浜松総合庁舎4階

ホームページ [浜松市精神保健福祉センター](#)

検索

こころの
ほっと
ライン

こころに関する相談専用電話です。
匿名で相談することができます。

053-457-2195

月～金 午前9時～午後4時

※祝日・年末年始をのぞく



薬物の問題でお悩みの方へ



浜松市精神保健福祉センター