

治療体験

アルコール依存症に対する病棟内内観療法～ピア・サポートと看護の協力～

札幌太田病院 ストレスケア病棟

大川直樹 1) 佐藤昌史 1) 小田島早苗 1) 千葉信行 2) 太田秀造 3)

1) 看護師 2) 内観療法士 3) 医師

1. はじめに

当院の臨床場面では、再飲酒を繰り返し重症化した症例が増加している。当院では、昭和49年よりアルコール依存症に内観療法を取り入れ、さらに、院内外の断酒会など各種ピア・サポート活動を採用し連携することで治療効果を高めてきた。今回、その実状を整理してみたので症例報告を含め報告する。

2. 症例紹介と入院までの経過

A氏、50代男性。アルコール依存症。20歳時初飲、以降は付き合い程度の飲酒。30歳で結婚後は毎日晩酌。3年前に酒が原因で離婚。以後、酒量が増加し焼酎3合程度を毎日飲酒。手指震戦や幻視、幻聴、ブラックアウトが出現するようになった。うつ的になり希死念慮・自殺企図もあったが入院時には消失、今回、本人の強い断酒希望と役所の勧めもあり当院受診し入院となった。

3. 治療・看護の新しい試みと経過

入院当日朝まで飲酒し、発汗や手指震戦など軽度離脱症状があり、全身状態を観察しつつ、断酒会役員によるピア・カンファレンスを施行。家族には家族会の説明を行った。入院2日後、離脱症状出現し隔離拘束の必要を認めた。誤嚥の危険から絶飲食にて点滴施行し、せん妄は2ヶ月間継続、失見当識も著明であった。多動・不穏状態も出現し、介助時には日付や場所、入院理由や以前の生活の回想などを支持的に行うことで記憶と見当識の改善を図るようにした。さらに、自分を・自分の過去を100個褒める回想をするように促すと、「ここは病院だね」「酒飲み過ぎちゃってね」と徐々に認知力が改善、せん妄や失見当識も軽減されていった。

行動制限が解除され歩行訓練を経て全身状態が回復すると、病棟内・内観療法を開始。看護師が頻回に訪室し内観体験を話すなど患者-看護師関係の構築、内観的関わりを深めることで不安を減少させ、自己及び周囲に対する誤った認知、行動の修正を図った。

病棟内・内観療法後は、体育館での運動療法、酒害学習会、集団療法、認知行動療法、院内断酒会への積極的な参加を促し、院外断酒会へは職員の送迎同伴で参加し、病識の獲得を目指した。また、当院の新たな治療法として採用したランチオン内観断酒会(アルコール依存症者のみの病棟内昼食会)や、断酒後の歴史、文化、芸術活動を取り入れた匿名断酒会(NAN)にも参加した。A氏は、同じ悩みを持った患者との共有体験から「お酒は怖いね」「もう飲まないよ」と冷静に話し、断酒の決意を強く語った。その後も意欲的に断酒プログラムに参加、断酒教育を継続し退院となる。現在、DC通所中である。

4. 考察

離脱期における記憶回想療法、内観的看護、観察室・内観療法により、病識の獲得と自己認知の適正化が図られたと考える。病棟内内観療法後、集団療法、認知行動療法、院内外の断酒会等の各種ピア・サポート活動への参加など一貫した介入により、自己受容、自己開示を可能とした。

ピア・サポートは、「普段口にはできないことも、ここなら話して聞いてもらえる」という主旨で、仲間

治療体験

意識や体験談の場となる。このような機会に多く参加することで、断酒活動がA氏の日常生活で習慣化され、各種ピア・サポート活動への参加が容易になった。また、同じ疾病体験を持つ他人の話から自己の気付きも促され、自ら酒害体験を語ることで断酒意欲が形成されていった。そして、病識の獲得、身体の回復、精神的成長につながった。

アルコール依存症者は、再飲酒と重症化を繰り返す。その背景は、家族や社会からの孤立のため孤独となり再飲酒につながる。抗酒剤も服用せず断酒会も疎遠になり、さらに断酒継続の意欲低下を招いてしまうのである。その防止のためには、「暇な時間を作らないこと」が大前提である。当院のアルコール依存症治療には断酒の5原則（通院、抗酒剤、断酒会、デイケア、内観日記）がある。これに加え入院中から多彩な楽しい断酒プログラムを提供しスタッフも共に参加することで、日常の断酒生活の中でのピア・サポート活動を習慣化していくことが重要となる。断酒の決意が生じた後は、その継続のためピア・サポート活動に参加し、それぞれがピア・サポーターとして活動し断酒への自覚をよりいっそう確立していくことが大切である。

5. 結論

従来からの病棟内内観療法、酒害学習会、集団療法、認知行動療法に加え、ランチオン内観断酒会、多様なピア・サポート活動、院内外断酒会を併用していくことは相乗的に治療効果を高め、断酒の啓蒙に有効である。上記の～の活動により、年齢、性別、人生経験、重症度などが多様なアルコール依存症者に個別的なサービスが可能になった。そこに、有効性UPの可能性があったと考える。今後も、より多くの断酒プログラムや新たな取り組みを考え、より多くのピア・サポーターを輩出していけるよう断酒治療に関わっていきたいと考える。