

依存症は本人を苦しめるだけでなく、周囲の人々を巻き込みます。特に、一番身近な家族への影響は大きく、家族は慢性的なストレス状態に置かれることもあります。

相談してください

- ◇ 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。

依存症のことを知る、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
- ◇ 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の工夫を学びます。

家族自身の健康や生活を大切に

- ◇ 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。

- 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。

まずはご相談を

薬物の問題に関することでお困りの場合は、一人で悩まず、相談してみましょ。回復への糸口を一緒に考えることができます。

おおさか 依存症ポータルサイト

依存症に関するさまざまな情報を掲載しており、大阪府内の医療機関・相談機関等の情報が検索できます。

大阪府このころの健康総合センター
〒558-0056 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/>

令和6年4月発行

やくぶつ もんだい
薬物の問題で
こま ひと
困っている人のために



おおさか けんこう そうごう
大阪府このころの健康総合センター

やくぶつ いぞんせい 薬物依存症とは・・・

たいま かくせいざい いぞんせい
大麻や覚醒剤、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。

ほんにん いし せいかく かんけい だれ
「本人の意思」や「性格」は関係なく、誰でもなる可能性がある病気です。



いぞんせい やくぶつ 依存性のある薬物

クスリを使っているうちに、そのクスリの作用で脳の一部の働きが変化して、「クスリがどうしても欲しい!」という欲求が抑えきれなくなります。

こうした欲求を作り出しやすいクスリを、依存性のある薬物といいます。

いぼうやくぶつ 違法薬物

かくせいざい たいま ごうせいまく 覚醒剤、大麻、合成麻薬、コカイン、ヘロイン、LSD、MDMA、シンナーなどの有機溶剤、危険ドラッグ など

しよぼうやく しほんやく 処方薬・市販薬

すいみんやく こうふあんやく あんていざい とうせいしんやく
睡眠薬、抗不安薬（安定剤）などの向精神薬
ちんつやく せきど くすり かぜくすり
鎮痛薬、咳止め薬、風邪薬、カフェイン など

その他

ガス など



やくぶつ およ 薬物が及ぼすからだやこころへの影響

せいしんしょうじょう 精神症状

- ・イライラ ・不眠 ・不安 ・幻覚 ・妄想
- ・フラッシュバック（以前の薬物にかかわる体験が反復的に突然起こってくること）

しんたいき もんだい 身体的な問題

- ・脳神経障がい
- ・継続使用による肝臓・呼吸器・心臓などへの影響

かていない もんだい 家庭内の問題

- ・家族間での不和やトラブル ・暴力 ・虐待

しゃかい にかか もんだい 社会に関わる問題

- ・仕事や人間関係のトラブル
- ・失職 ・退学 ・借金
- ・犯罪など司法に関する問題 ・孤立

その他

- ・薬物使用中の運転による事故
- ・薬物使用時の注射針による感染症のリスク

やくぶつ いぞんせい なお 薬物依存症は治るの？

やくぶつ いぞんせい かいふく 薬物依存症は回復できます

ちりょう う さまざま たす か やくぶつ
治療を受けて、様々な助けを借りながら、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 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 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、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 もんだい かか hito じはつてき むす
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

いぞんしょう かん そうだん う にっちゅうかつどう
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、ミーティングなどを行ったりするリハビリ施設です。

そうだん とうほう
相談することで、通報されることはありません。

そうだん かた まも
相談された方のプライバシーは守られます。

