

アルコール・薬物依存症の重症度(5段階)

第0段階：まだ使用していないが興味を持っている

第1段階：アルコール・薬物の使用で気分の変化をおぼえる

第2段階：アルコール・薬物を使用し気分の変化を求める

第3段階：アルコール・薬物を使用し気分の変化に夢中になっている

第4段階：アルコール・薬物が切れると正常と感じられない(苦しい)

※第2段階から病院での治療や自助グループの活用が必要となる

重症度の5段階を具体的にみると…

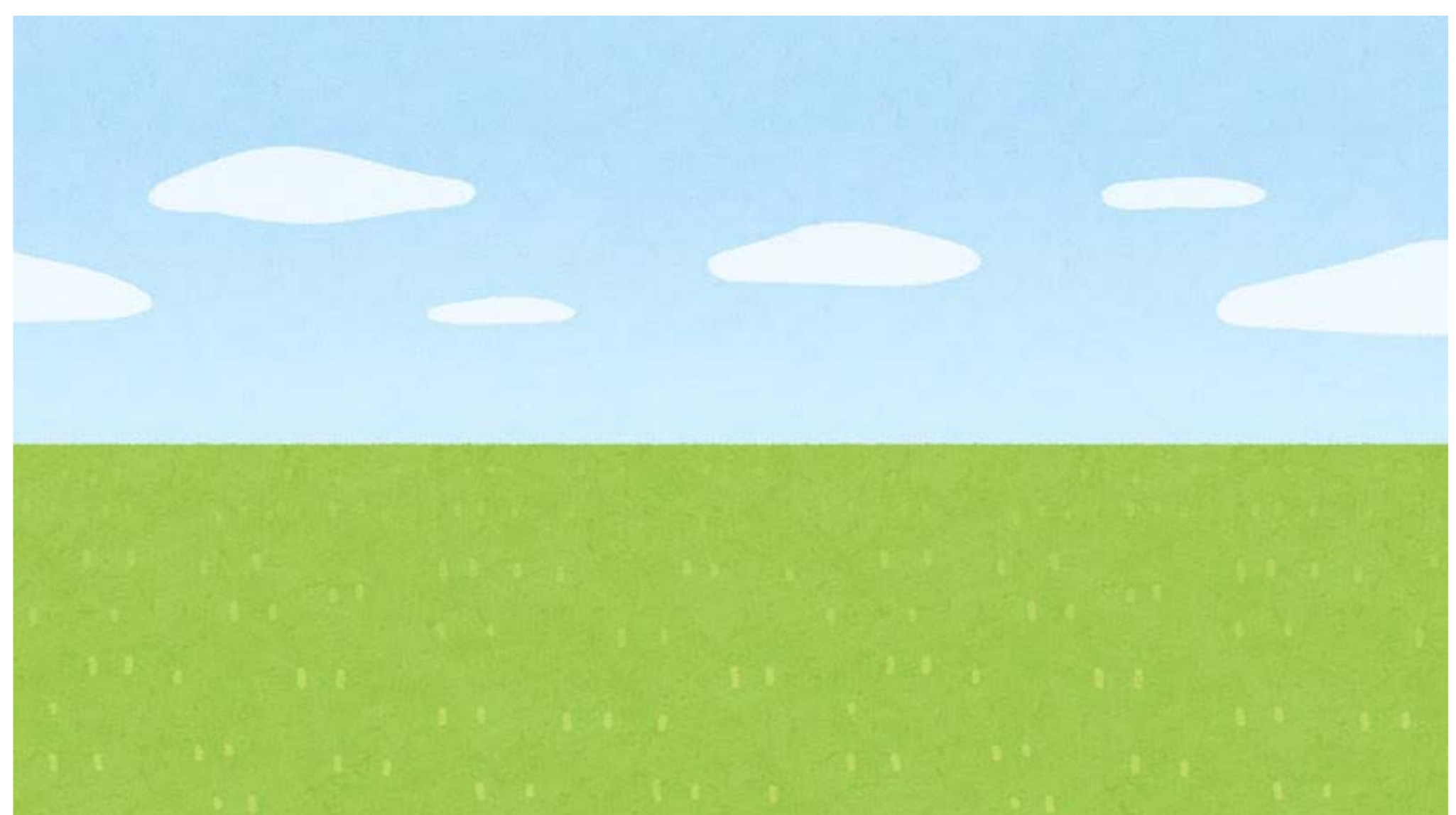
第0段階は、例えば未成年者が酒やタバコに興味を持っていても法律を守り、飲酒や喫煙をしていない段階です。

第1段階では、使用した時にジュースなどを飲んだ時とは違う気分の変化を感じます。

第2段階では、酒や薬物を使うことが当たり前になっていきます。

第3段階では、気分の変化に夢中のあまり、同じように使い続けることは困難となり、周囲とのトラブルが起きます。

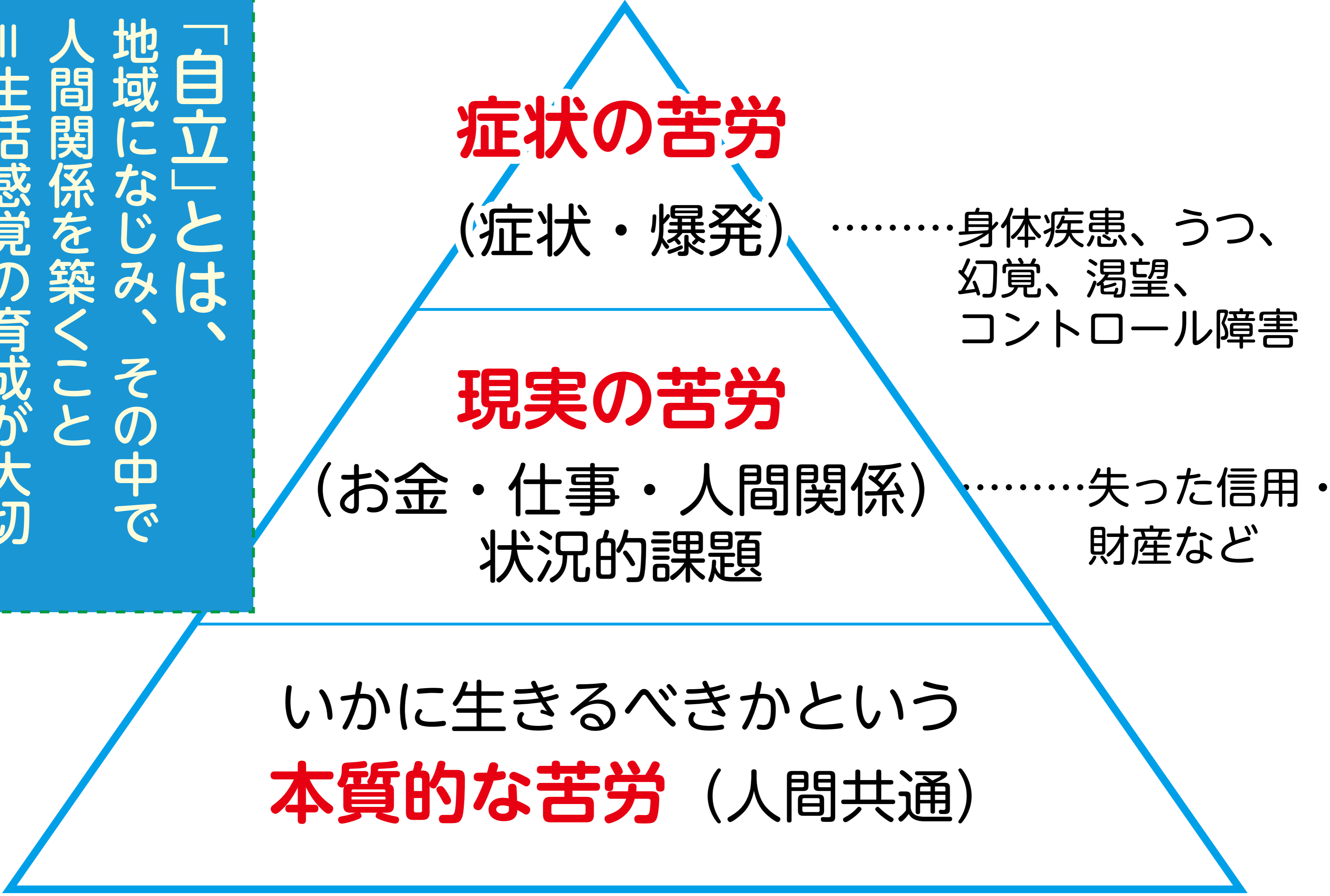
第4段階になると、依存対象がなくなるとイライラや不快感が強くなり、正常と感じられません。



「生きづらさ」のピラミッド

(向谷地生良氏の図より改変)

「自立」とは、
地域になじみ、その中で
人間関係を築くこと
生活感覚の育成が大切



依存行動を禁止し病気の進行を食い止めても**依存症の根っこにある「生きづらさ」**はすぐには解決しません。
依存症の人は、まず**物質への渴望や使いだすとコントロールできないこと**に苦勞します。一方では、**病気の**ために**失った信用やお金をどうするか**、という**現実の問題**も大きく立ちふさがっています。
またこの三角形の底辺にある、「**いかに生きるべきか**」という**人間に共通のスピリチュアル(靈的)な苦勞**があります。

