

アルコール依存症者に対するシール療法の効果

ー行動変容ステージと変容プロセスー

医療法人耕仁会 札幌太田病院 リワーク地域連携棟

○長谷川真弓¹⁾ 八重樫真生²⁾ 石崎聖奈²⁾ 宇藤華子³⁾ 羽鳥純史⁴⁾

1) 准看護師 2) 看護師 3) 精神保健福祉士 4) 医師

1. はじめに

J. O プロチャスカらによると、「明確な行動変容はみられるが、その持続がまだ 6 カ月未満の時期において、正のフィードバック（褒美）や同じ健康行動をしているグループに紹介することで動機付けを高めることができる」¹⁾としており、今回 AL 依存者に対してシール療法を導入したことが効果的であったと考えられ、退院に結びついた入院治療の一例を報告する。

2. シール療法とは

治療プログラムに参加する行動を増やすためにはプログラムに参加したらごほうび（ほめる）ことで、動機付けを維持するための行動療法的技能である。

3. 事例紹介

A 氏、60 代後半、男性。AL 依存症。家族歴：妻が AL 依存症。妻と二人暮らし。父が大酒家であり、肝臓がんで他界した。生育歴：一人っ子として出生。高校中退後、営業職として 60 歳代まで稼働。X-26 年結婚、子はいない。現病歴：初飲酒は 25 歳頃。仕事仲間とスナックで毎日飲酒していた。結婚後、夫婦で晩酌が習慣化し、酒量が増加、X-1 年ウェルニッケ脳症で A 病院に入院した。夫婦での断酒を勧められ、一時的に断酒したが、再飲酒、自宅で転倒することもあった。X 年 10 月下肢脱力のため A 病院に再入院し、再度断酒を勧められたため、X 年 11 月当院受診し、初回入院になった。入院時 HDS-R19 点 MMSE25 点であったが退院前には各々 28 点まで上昇した。

4. 治療経過

X 年 11 月離脱症状によるせん妄状態が夜間に一度出現したが、それ以降はみられなかった。入院当初はアルコール性両下肢知覚障害あり、車椅子使用だったが、歩行訓練をして杖歩行まで改善した。X 年 12 月から病棟内内観療法を実施し、今までの生活態度への内省がみられた。入院当初から学習会や断酒会に参加できていたが、X+1 年 3 月頃から、断酒会の進め方や運営者の話が長いなどの不満が表出され、断酒会参加に拒否がみられるようになった。X+1 年 10 月からシール療法が開始され、プログラム参加の都度、シールをもらえたことに対して笑顔がみられた。またシールをすべて獲得した際には賞状が贈られ、喜びの声が聞かれた。その結果断酒会は週 3 回程度の参加を維持する事ができた。退院後について、当初 A 氏はグループホームか施設での生活を考えていたが、ADL 改善し、配食サービスを利用しながら自宅で単身生活を送る形での退院となった。退院後は定期的に外来受診し、外来受診日にはデイケアにも通所しており、現在まで断酒継続している。

5. 考察

A 氏は断酒会の進め方や運営者の話が長いなどの不満があり、参加に乏しい時期があったが、断酒会に再び参加できるようになったのはシール療法の実施によるものが大きいと考えられる。A 氏は元々営業職として稼働していた経緯があり、成果をあげることにに対して非常に生きがいを感じていた面があると考えられ、シール療法により参加した実績が視覚的にわかりやすかったことが意欲を高める動機になったとも考えられる。以上のことからシール療法は治療への動機を高め、参加意欲が低下した対象に有効であった。

6. おわりに

本症例より最後まで目標を持ち、やり遂げ達成感を獲得することが、自信を回復し症状改善に繋がることが実感できた。シール療法を、参加意欲を高める治療の工夫として今後も積極的に活用していきたい。

参考文献

1) J.O.プロチャスカ, C.C.ティクレメンテ, J.C.ノークロス, 中村正和監訳：チェンジング・フォー・グッドー ステージ変容理論で上手に行動を変える。法研, 2005