第 39 回　北海道内観療法懇話会
2024 年 6 月 8 日（土）札幌太田病院 2 階講堂
職員による研究発表

入院中に集中内観を受けたアルコール依存症者の回復過程

〇齊藤亜希子（看護師）
医療法人耕仁会札幌太田病院　1 階デイナイトケア課

【はじめに】

アルコール依存症により入院し、早期に内観療法に取り組んだことで絶望感や孤独感が回復した症例を報告する。

【症例】

60 代、アルコール依存症の男性（以下 A 氏）。20 代後半から飲酒を始め、30 代半ばに飲酒習慣が出来た。40 代に離婚し、単身生活となるとお酒を止める人がおらず、飲酒量が増えた。60 代になり、しびれや幻聴が出現し、仕事に行けなくなった。アルコール依存症と診断され、当院初診にて入院した。

【治療経過】

入院前、A 氏は仕事がうまくいかず、借金が増えていた。「頼る人がいない」、「精神的な支えがない」と孤独感があった。飲酒も続き、何もかも嫌になり、生きる気力を失い、人生に絶望していた。入院時、離脱症状見られず、疎通性良好であったが、内面ではどうやって死のうかと思いつめていた。入院当日から集中内観が開始された（内観では、「してもらったこと」、「して返したこと」、「迷惑をかけたこと」について対象や時期を分けて具体的に振り返る）。内観後は子ども達に生かされている、自分は生きている価値があると思えるようになり、生きるために断酒しようと決意された。A 氏は当時を振り返り、「徐々に生きるのが辛い気持ちがとけていった」と話す。また、入院前にも酒害の自覚はあったものの、内観を通じて「家族に迷惑をかけた」、「娘に謝りたい」、「断酒して帰りたい」と想いが深まっていった。その想いから学習会等に前向きに取り組まれるようになった。アルコール勉強会で同じ疾患を抱える仲間との交流が生じた。A 氏は「仲間ができた」と振り返っており、抱えていた孤独感も和らいだようであった。悩みを聞く中で自分も打開策を見つけようと思えた。退院後はデイケアに通所し、A 氏の発案で男性向けの依存症のミーティングをプログラムで立ち上げるまでに至った。

【考察】

本症例は早期に集中内観に取り組み、自分自身を見つめ直したことで動機づけができ、治療意欲が高まったと考える。入院時は人生に対し、絶望感を抱いていたが、集中内観により生きる意欲を持ち、断酒の決意をされており、集中内観によって絶望が希望へと変わったと思われる。A 氏は経済的に大変な状況の中、精神的な支えがなく、孤独感があったが、入院中に同じ疾患を持つ患者との交流や互いに学ぶ合うことで仲間意識を持つに至った。アルコール依存症で回復している者は社会的な関わりが良好に保たれているという報告もあり、入院中に他患者との交流および退院後のデイケア通所でメンバーとの交流が回復に効果的に働いたと考える。