

特集1 第8回北海道自殺対策フォーラム～依存症問題と自殺～

平成25年9月7日(土)、「第8回北海道自殺対策フォーラム～依存症問題と自殺～」を札幌市教育文化会館で開催しました。

今年は「依存症問題と自殺」をテーマに報告、基調講演、トークセッションを行いました。

植苗病院の芦澤先生からは、アルコール依存症の基本的な説明に続き、AAというアルコール依存症の自助グループの自殺の調査結果について報告がありました。アルコール依存症の自殺予防には抗うつ薬よりもAAが圧倒的に有効であるという結果が得られ、自助グループの重要性が報告されました。

国立精神・神経医療研究センターの松本先生からは、うつと自殺の関係性は多くの人たちが理解するようになったとして、アルコールとうつとの関係、アルコールと自殺の関係や薬物依存についてエビデンスに基づくお話がありました。

最後に、「致死性の高い方法をとる人も、最後まで人間の側を見ている。人は最後の最後まで迷っている。自殺予防対策は万能ではないことを理解した上で、まだ自分にできることがあるとすれば、できる限りのことをやっていきたい。」とお話されました。

日本ダルクの近藤代表からは、自身の覚せい剤使用による精神科病院での入院治療、逮捕、拘留、そこからの回復の過程が報告されました。ダルク設立以降、入所者やスタッフの自殺が続き、薬物依存症からの回復活動の哀愁溢れる出来事を上品で機知にとんだしゃれで包んで語られ、それでも回復できる病であること、それを地域で支えられる社会が必要であると話されました。

それに引き続き、当センター所長の田辺が座長となり、トークセッションが行われました。

以下、トークセッションを紹介します。(紙面の関係で一部要約しています。)

(座長)



今日、松本先生が対策を含めまして、非常に全般的に依存症問題と自殺のことをお話していただきました。なおかつこの時間を使いまして改めて、会場の皆さんにお伝えしたい、今後の依存症と自殺問題についての追加発言的なものをいただければと思います。

最初に、もう一度強調したいということがございましたら3人の先生から、ご発言いただければと思います。

それでは芦澤先生から

(芦澤健)

松本先生の話は打ち合わせ何にもなしで、思いのほか結構共通項があって私、ちょっと実はびっくりしたんです。で、その点もう一回強調することになるのですけれども、うつ病100万人って言っても、その100万人って一体なんなのかってことなんですよね。主病名がうつ病かどうか。実は、本当はアルコールの問題、ギャンブルの問題、薬物の問題、それが主病名うつ病として治療して、いよいよ困ると依存症専門家に回ってることが多いのですけど、もうちょっとその辺を治療者自身が否認しないで、現実を見てほしいなというふうに思います。

やっぱり薬出すのが仕事っていうよりも、自助グループと連携して地域でいかに連携していくかっていうことが、自殺対策、非常に大事で。依存症以外のいろいろな自殺も含めて、孤立っていう問題が自殺対策では大事だと思うんですね。他の自助グループでも同じような調査をして、AAとほぼ似た結果が出てるんですね。やっぱり人と関わることによって随分変わってくる気がします。抗うつ剤で自殺が止まるとは思えないですね。逆に、衝動性を高めちゃうようなこともね。孤立したままであると、そういうこともあるのでやはりトータルで見たいかなきゃならない。薬で全て解決するほど人間は単純な存在ではないんじゃないか。非常に極めて社会的な生き物であるっていうこと、強調したいと思います。

(座長)

はい、どうもありがとうございます。続けて連想されることで構いませんので松本先生もお願いします。

(松本俊彦)

例えばね、悪いことした人、「あんな奴なんか別に自殺しようが何しようが構わない、死んじゃえばいいんだ」。そういうふうにする人がいます。でも、僕はやっぱり自殺対策の運動の中で、そうは言っても生きていけばまた生き直すことが出来るんじゃないかっていう考えを多くの国民の人達が持ってくれたらなっていうふうに思っています。

最近ちょっと悲しいことがあったんですね。僕がやっている薬物依存症の専門外来でグループ療法やっていて、その他に、近くにある精神保健福祉センターでやっているグループ療法にも通ってもらって。残りの日にはダルク、夜はNAのミーティングに通っていて。一生懸命やっていたメンバーがいます。ちょっと気の緩みでうっかりまた覚醒剤を使っちゃったんですね。で、続いちゃったんです。東京都内でどこか取ってくれる病院を頑張って探して割とスッと決まったんです。スッと決まったのに、「覚醒剤を使っておかしくなっちゃったか

ら解毒を」ってお願いをしたのに、もう使ったってわかってんだから尿検査しなくてもいいだろうに、して陽性が出たからといって警察に出されちゃったんですね。

すごくショックだったんですよ。彼は、いろんなラッキーがあっっているような支援資源に繋がって、いろんな人が関わってたんですね。で、彼は執行猶予期間中だったから次出てくるのは3年後じゃないですか。たぶん待ってくれる人は減ってますよね。3年目にこれだけの支援資源が濃厚に関われる、それは無理だと思うんですよ。で、本当に社会安全を守るために、彼に何が必要だったのか。そこで通報した医者もたぶんそれが彼なりの社会的な正義のつもりだったんだろけれども、それって本当の意味での正義なのか。で、この人の多くのものをサポートしてくれるものとか、どんどん夢や希望がなくなって、それで薬も止めて自殺もするなっていったら、それは無理な話だと思うんですよ。ぜひそういうことも皆さんに考えてほしいと思ってるんです。

それからあともう一つは、脱法ハーブの問題があります。脱法ハーブの問題はいろんな大きな問題を我々に教えてくれてます。法規制の限界ですよ。5、6年前から脱法ハーブの問題はあったし、患者さんから話は聞いてました。あれは詐欺なんじゃないかっていうものを売ってたんです。でも、どんどんどん化学構造式で規制していく中で、売人の開発者達がちょっとずつそれを変えていくわけです。それで何が生まれたかという、毒物が生まれたんですよ。明らかに前より、規制が加わる度に、酷いものになってます。この2年くらいはもう減茶苦茶です。脱法ハーブでは死んでますから。殺人事件も起きてますし、自殺も起きてるんですよ。それだけじゃありません。規制が強化されると、それまでの前の違法になっちゃったものが売り物にならなくなります。すると、売人たちは500円くらいでダンプینگします。すると中学生が買います。もうそろそろ規制ではなくて、はまっている人たちの支援に力を入れていかないと、怖いことが起きるな。それは自殺対策の意味でも、社会安全のためでも、薬物乱用の回復のためでも大事じゃないか、そんなふうに思います。

(座長)

はい、どうもありがとうございます。薬物乱用、依存の本当に最近の問題も含めまして、松本先生の非常に深いお考えをお聞かせいただきました。

近藤さんも、もう少し追加発言で何か薬物依存症者の回復、あるいはそういった方法についてご発言いただければと思います。

(近藤恒夫)

大変な問題なのはエクソンチという鎮痛作用のあるのが全世界に蔓延しちゃって簡単に手に入る。で、これから精神医療の中で先生にお願いしたいのは疼痛治療、

痛みの治療に、たぶんペインクリニックとかいろんなのにああいうのが使われる。しかし、あれ使っちゃうと、次に痛みなくても欲しくなりますから、モルヒネですから。これからは精神科医療は、ぜひ疼痛治療の解毒をお願いしたいなというふうに。

(座長)

はい、ありがとうございます。

時間もなくなってきましたが、今後に向けて私達が今からでも少し着手出来そうな、あるいはもう少しこういうことを進めて、そして依存症問題の回復とそれから依存症問題に挫折してあるいは刹那的に死を選ぶようなことを減らしていくために。関係者、当事者あるいは家族に望むことを一言ずついただければと思います。じゃあ、芦澤先生お願いします。

(芦澤健)

近藤さんのエクソンチに医者なりの回答をいたします。慢性疼痛に関しては鎮痛剤はあまり効かないですね。局所の痛みがもう治って頭で痛いていう形なので、慢性の痛みは電気ショック療法がいいとか、場合によっては電極埋めると話があるくらいで、モルヒネはあまり効かないと思います。けども、現状は使われている場合もあります。ガンの痛みに関しては組織損傷が



連続で続いているので、これはモルヒネ効くと思います。同じに扱ってはいけないと思います。ずっと痛いといっても組織損傷がなくなっているような形の慢性の痛みに関しては、実は精神療法的なことが良いという話も随分あったりしてます。で、薬だったら抗うつ剤の方がかえって良いとかって話もありますので、単純に使うべきではないだろうな。これ非常によく似てるんですよ。セルフメディケーションということで松本先生が仰ってた、辛いから痛み止めを使うっていうのと非常によく似てる。実はそこで使っちゃうと依存を作ってしまうということなので、むしろ別の治療をきちんと受ける方が良いでしょうなと思います。

私はうつ病だとかいろんな治療を受けて、その先生が本当にそれでいいかなと思ったら医者変えてみたり、あるいはちょっと依存症やってる先生の所に相談に行ってもいいなと思います。そのためにも、こういうふうな

可能性があるんだってということはこちらの方からたくさん情報を出す必要があるだろうなって思います。で、孤立しないってことが私は一番大事じゃないかなと思ってます。

(松本俊彦)

私が言いたいことはもうすでに講演の中で言ったんですけども、その中でも特に強調したいのは、やっぱり依存症からの回復支援っていうのは単にアルコール、薬物を止めたり、ギャンブル止めたりすることだけではなくて、痛みを抱えた人への支援で痛みがあるから繰り返し止まらなくなっちゃってるっていう側面を絶えず忘れないでほしいと思ってます。一般の方達にまずお伝えしたいのは、例えば「ダメ、ゼツタイ」みたいな教育をすることによって、たしかに日本の薬物は抑えられてる部分もあるかもしれないけど、その一方で、薬物を使う人たちに対する偏見が強まって。それじゃあ、障害を抱えた人達と一緒に共存していく社会は出来ないんじゃないかっていうことも含めて考え方を少しあらためていただくことが出来ればと思っています。

それから援助者の方達にお願いしたいと思うんですけど、依存症の病院に勤めるようになり、その中で、本当に僕は視野が広がったなあとと思っています。今、自傷や自殺のことをやっている中でも、たぶん依存症の臨床を知らなかったらまず間違いなくこういう考え方にはならなかったと思ってんです。ですから、もし若い援助者の方がいたら、ちょっとぜひぜひこの分野を経験してほしいっていうふうに思います。

(座長)

はい、ありがとうございます。近藤さんも一言お願いします。

(近藤恒夫)

一言じゃちょっと言いきれないですけど、僕は実はフィアデルフィアから帰って来たばかりなんです。今回のフィアデルフィアは、NAのワールドコンベンション60周年だったんですね。で、これは最後だと思って行ったんですが、なんと6、7万人集まりました、世界中から。で、来年はブラジルでやるんですが、ぜひ日本でもああいふワールドコンベンションを、あと10年後ぐらいにやれたらいいな。しかも、北海道でやれたらどうかなっていうか、僕の妄想ですけども、ぜひ。何も恐ろしいことはありませんから、恐ろしい人じゃなくて、本当に優しい人です。優しくてガラスのハート持った人達ですから、それを排除しないような社会にしていただければ。それから警察とか取り締まり行政機関に任せするのではなくて地域の中で、何か私達、日本人としてできることもうちょっと考えてみたらどう、そう思います。

(座長)

はい、どうもありがとうございます。3人の先生に拍手をお願いします。(拍手)

今日は、実はこのフォーラムは第8回目の自殺対策フォーラムです。この後半の4回にそって、私達北海道は自殺者数が少しずつ減少してきています。こういった行政が官民あげて協力体制を作って、そしてなおかつ包括的にいろいろな分野の人達が集まって自殺に向けた行動計画を立てるといふ、そういった取り組みの中で一定程度の成果が実際に出ているというのは非常に嬉しいことでもあります。で、今回はこれからのまた対策のあり方として、北海道各地域でいろいろその地域にある特定の問題をより強力に進めていこうと考えているわけでございます。北海道の中心のこの札幌で、まず依存症問題というのを自殺対策としてどう取り上げられるのかということで、全国的にも非常に知名度の高い先生方3人にお集まりいただきまして、今日フォーラムを持ちました。

芦澤先生のお話の中では、うつ病というふうには現象的に言われている人の中にも依存症問題があるので、そこをきちっと医療も見なければならぬし、またその回復に向けて当事者グループの重要性ということ、自殺との関連でもですね、当事者グループに参加した人の中から「死にたい」という気持ちが減っていくということデータをもお示しされ、そして、ご発言いただきました。

それから、松本先生は本当に全てのことについて、社会的な対策も最後には言及されまして、自殺の名所といわれるホットスポットの場所での対策も非常に大事なんだということも含めましていろいろお話いただきました。そして、また私達が薬物の依存という問題をむしろ医療の中で作ってる可能性もあるということもご指摘いただきました。そして、本当の回復に向けて依存症の人が実は痛みや苦痛から、それを避けるために薬物を使うというようなことも含めまして。人としての回復、人としての支えということの重要性をお話いただきました。

最後に近藤さんは、フィアデルフィアですか。世界中から6万人、7万人の薬物依存症者が回復してる道のりの中で集まって、君もドラッグ止めているのだからハグしあって、そして回復を喜ぶ、そういう姿が実際にあるんだと、依存症になったから終わりではないんだ。で、ここを自助グループや関係者やあるいは家族も理解し、そして、支え合うことで依存症からの自殺を防いでいくという。そういうことに私達もお一層取り組んでいくべきだと。そんな希望の光をフィアデルフィアの話からも感じました。

大変今日は貴重な3人の先生方のお話をいただきまして、これをもって自殺対策フォーラムを終了とさせていただきます。どうも皆さん200人を超える皆さん、お集まりいただきましてどうもありがとうございました。