

第3回北海道ギャンブル等依存症対策推進会議

ギャンブル等依存症について

北海道立精神保健福祉センター

岡崎 大介

ギャンブル等依存症とは

- 医学的に定義された病名・診断名ではなく、法律（ギャンブル等依存症対策基本法 第二条）で定義されている呼称。

ギャンブル等依存症：^{*}

ギャンブル等^{*}にのめり込むことにより日常生活又は社会生活に支障が生じている状態

ギャンブル等^{*}：

法律に定めるところにより行われる公営競技、ぱちんこ屋に係る遊技その他の射幸行為

ギャンブル等依存症とは

医学的に定義された病名・診断名としては、下記にギャンブル等依存症は含まれる。

- 病的賭博 (ICD-10 WHO, 1990)
- ギャンブル障害 (DSM-5 APA, 2013)

注1: 2019年にWHOで採択されたICD-11 (2022年発効) においては、Gambling disorder (和訳未) が該当する。

注2: ICD-10では、「パーソナリティおよび行動の障害」に分類されていたが、DSM-5では「物質関連障害および嗜癖性障害群」に分類されている (ICD-11でも同様)。

診断基準 (DSM-5)

A. 臨床的に意味のある機能障害または苦痛を引き起こすに至る持続的かつ反復性の問題賭博行動で、その人が過去12ヶ月間に以下のうち4つ(またはそれ以上)を示している。

- (1) 興奮を得たいがために、掛け金の額を増やして賭博をする要求
- (2) 賭博するのを中断したり、または中止したりすると落ち着かなくなる、またはいらだつ
- (3) 賭博するのを制限する、減らす、または中止するなどの努力を繰り返し成功しなかったことがある。
- (4) しばしば賭博に心を奪われている(例: 過去の賭博体験を再体験すること、ハンディをつけること、または次の賭けの計画を立てること、賭博をするための金銭を得る方法を考えること、を絶えず考えている)。
- (5) 苦痛の気分(例: 無気力、罪悪感、不安、抑うつ)のときに、賭博をすることが多い。
- (6) 賭博で金をすった後、別な日にそれを取り戻しに帰ってくることが多い(失った金を“深追いする”)。
- (7) 賭博へののめり込みを隠すために嘘をつく。
- (8) 賭博のために、重要な人間関係、仕事、教育、または職業上の機会を危険にさらし、または失ったことがある。
- (9) 賭博によって引き起こされた絶望的な経済状況を免れるために、他人に金を出してくれるよう頼む。

B. その賭博行動は、躁病エピソードではうまく説明されない。

依存症とは

狭義には、精神作用物質（例：アルコール、タバコ、カフェイン、向精神薬、覚醒剤、大麻などの薬物）を使用したいという強い欲求によって、物質使用が他の行動より優先するようになる症候群。

教科書的な依存症の3徴とは、

- 精神依存
 - － 渴望
 - － コントロール障害
- 身体依存
- 耐性の獲得

精神依存、耐性については、ギャンブル等依存症においても、特徴としてあげられる。

精神依存：診断基準A(2)(3)(4)

耐性：診断基準A(1)

乱用、依存、中毒

乱用：薬物を社会的許容から逸脱した目的や方法で自己使用すること

急性中毒：乱用の結果

一気飲み、シンナー急性中毒、覚せい剤急性中毒、身体症状

依存：乱用の繰り返しの結果。やめようと思ってもやめられない状態。

効きにくくなり
使う量が増える

乱用の繰り返し

耐性

渴望

離脱症状

身体依存

精神依存

耐性

急な中断に伴う症状
(不眠、不安、けいれん、
意識障害など)

薬物探索行動

渴望

慢性中毒：依存の結果

覚せい剤精神病、シンナー精神病、身体症状

依存症とは

- ◎ 精神依存(渴望、コントロール障害)は、脳が変化することによって、形成される。
 - ヒトは、心地よさを感じると、脳内でドーパミンが放出される(生理的報酬)。
 - 薬物摂取により、生理的報酬の数倍、長時間にわたって、ドーパミンが放出される(薬物報酬)。
 - 薬物報酬が繰り返されることで、脳が変化し、薬物報酬を求めるようになる。
 - この脳の薬物欲求が渴望であり、ヒトとしての理性などでは抗えない程強大であるため、コントロール(自制)が障害される。

ギャンブル等依存症では

- ◎ ギャンブル等による興奮を繰り返すことによつて、脳がその興奮(報酬)を求めるように変化し、精神依存、耐性が形成される。
 - ギャンブル等のことを、日常的に考えるようになる。
 - 気分が優れない時に、ギャンブル等で晴らそうとする。
 - ギャンブル等をしばらく中止していると、イライラする。
 - 興奮を得るために出費する金額が増大する(ギャンブル等に対する金銭感覚が、日常とずれる)。

脳の欲求を、本人は理性等でコントロールできない

ギャンブル等依存症による問題

- 生活が、ギャンブル等中心になる
- 金銭感覚が傷害される
 - 借金をする
 - 自他の所有物を換金する
 - 着服・横領する
- (平気で)嘘をつくようになる
- 周囲(特に家族)を巻き込む
 - 経済的な問題:生活費の圧迫、保険の解約、借金の肩代わりなど
 - 家庭生活への影響:家庭内不和、離婚、別居、虐待など
 - 社会的な問題:人からの信用を失う、離職など
- 自殺のリスクが高まる

依存症の自殺傾向

(H20年度 厚生労働科学研究 報告書より)

自殺念慮

• 生涯経験率

- 薬物使用障害(入院患者) 83.3%
- アルコール使用障害(入院患者) 55.1%
- 病的ギャンブル群 62.1%
- 対照群 14.5%

• 最近1年以内の経験

- 大うつ病性障害 19.4%
- 病的ギャンブル群 26.7%
- 対照群 2.7%

依存症の自殺傾向

(H20年度 厚生労働科学研究 報告書より)

自殺企図

• 生涯経験率

- 薬物使用障害(入院患者) 55.7%
- アルコール使用障害(入院患者) 30.6%
- 病的ギャンブリング群 40.5%
- 対照群 1.8%

• 最近1年以内の経験

- 大うつ病性障害 8.3%
- 病的ギャンブリング群 12.1%
- 対照群 0.0%

ギャンブル等依存症の経過

- 楽しみごととして興じている時期（初期）
 - － 日常生活に影響のない範囲での行為
- 過度にのめり込んでいる時期（進行期）
 - － 日常生活の一部になる
 - － 周囲にうそをつくようになる
 - － つぎ込む金額が大きくなる
 - － 借金をしてまで、ギャンブル等行為をする
- 大きな問題を抱えても、止め（られ）ない時期（慢性期）
 - － コントロールしようとしても、失敗する
 - － 周囲の信頼を失うようなことがあっても、止め（られ）ない
 - － 資金繰りのため、違法行為を行う（横領・着服など）
 - － 苦しみながら、ギャンブル等行為をする（例：借金を返すために行うがさらに負ける、どうしようもなくなり死を考える）

依存症者の2つの否認

<第①の否認>

- 自分の〇〇は病気ではない！

<第②の否認>

- 自分の〇〇は病気としても、結局は、自分の飲み方(使い方)が悪かったのが原因。自分次第だ。

(「退院させろ」「通院は不要」「例会にはいかない」)

- 自分の意志で治せる。病院は必要ない。
- 病気というけど、あの人ほどひどくない！自分は仕事がある、家庭がある。仕事、趣味に集中する。

ギャンブル等依存症からの回復

- 依存症でみられる脳の変化(依存脳)は不可逆性(=慢性疾患)
 - ⇒ “依存脳”の回復(休火山にする)のためには
新たなブレーキシステムを持つ必要がある
 - ギャンブル中心となった生き方や考え方から離れる
 - 自分らしさを $\left\{ \begin{array}{l} \text{取り戻す} \\ \text{見つける} \\ \text{身につける} \end{array} \right. \Rightarrow \text{人生を自分らしく生きていく}$
 - 人間的に成長し、ギャンブルに頼らずに持ちこたえられる力をつける
 - 新たなシステム獲得には年単位の時間が必要

ギャンブル等依存症からの回復

- 正直になる

- ギャンブル中心だった生活について
- これまでの浪費(および全ての借金)について

- 医療機関や相談機関につながる

- 「依存症」の診断と告知、疾病教育
- 自助グループ等の紹介、参加の勧め
- 治療プログラム(認知行動療法等)

借金への対応は必要であるが、それだけでは、再発のリスクを高めてしまう事に留意

- 自助グループ等へ継続的に参加する

- 自身の体験等を語り、他者の体験等を聞くことを繰り返す
- 自身の病的行動に気づき、病気を受容する
- ギャンブル等を必要としない生き方を見つける

ギャンブル等依存症からの回復

• 家族も回復が必要

- 本人が初めから相談機関につながることは困難
- 家族が疲労困憊したままでは、効果的な関わりは困難

長期的な回復につながらない関わり

- ・正論で説教する
- ・問題を挙げて説教する
- ・「もうしない」と約束させる
- ・ひたすら仕事をさせる
- ・家事や育児に没頭させる
- ・なかったことにする

• 家族が回復するために

- ギャンブル等依存症について学び、理解する
- 適切な対応について学び(イネイブリング*をやめる等)、
本人と向き合う

イネイブリング enabling: 依存症者の取るべき責任を周囲の人が肩代わりしてしまい、依存症者が引き起こしてしまった問題に自ら直面しなくて済むようにしてしまう
周囲の行動をイネイブリングと呼び、そうした行動をする人をイネイブラーと呼ぶ

- 家族もグループにつながる(辛さを語り合う環境づくり)