

ギャンブル依存症とは…

[10 の 質 問]

依存症相談のごあんない

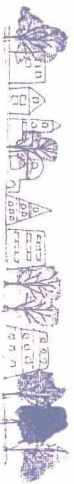
ギャンブルに没頭する事で、快感が得られたり、不快な気分から逃れる事ができ、それが習慣化するうちコントロールができなくなつた状態です。

- “ギャンブルにはまってしまおう”
- “酔いつぶれるまで飲んでしまおう”
- “買い物し出すと止まらない”

…人間にはしばしばこういうことがあります。

このように、ある習慣が自分には良くないものだとわかっていてもコントロールできず、脱けだせない状態が依存症ですが、アルコール、薬物の「物質依存」や、ギャンブル、買い物等の「行為依存」を含めて、広くアディクション（嗜癖）といえます。

- 見えなかつた生きづらさから解放されるために
- あなた自身のために
- できることから始めてみませんか



- ①ギャンブルの事を考えて仕事の手につかなくなることもある。
- ②自由なお金があると、まず第一にギャンブルのことが頭に浮かぶ。
- ③ギャンブルに行けないことでもいらしたり、怒りっぽくなることもある。
- ④一文なしになるまでギャンブルを続けることがある。
- ⑤ギャンブルを減らそう、止めようと努力してみたが、結局だめだった。
- ⑥家族に嘘を言って、ギャンブルをやることしばしばある。
- ⑦ギャンブル場に、知り合いや友人はいない方がよい。
- ⑧20万円以上の借金を5回以上したことがある、あるいは総額50万円以上の借金をしたことがあるのにギャンブルを続けている。
- ⑨支払い予定のお金を流用したり、財産を勝手に換金してギャンブルに当て込んだことがある。
- ⑩家族に泣かれたり、固く約束させられたことが2度以上ある。

5コ以上当てはまる人は、ギャンブル依存症の可能性が極めて高いです。ぜひ早期治療を。病気だから治すことができます。

3コ以上当てはまる人は、ギャンブルの楽しみ方を今一度見直してみましょう。

相談は、精神科医師・精神保健福祉士・心理職・保健師等が担当します。
診療の扱いとなりますので健康保険証をご持参ください。

☎ (011) 864-7000

【個別相談】(要予約)
月曜日から金曜日
8:45~17:30

※お電話でご予約ください。

ギャンブル障害の診断基準

- A 以下の持続的に繰り返す問題のあるギャンブル行動が12か月のうちに4個以上出現する
 - 1 望むような興奮を得るために掛け金を増額したギャンブルが必要になる
 - 2 ギャンブルを切り上げたり、やめたりすると落ちつかなくなつたり、いらいらする
 - 3 ギャンブルを控えよう、減らそう、やめようと努力を繰り返したが成功していない
 - 4 ギャンブルにとらわれている (過去のギャンブルを生き生きと思ひ浮かべたり、次のギャンブルのハンデイ付けや計画を考えたり、ギャンブルの資金を得る方法を考えるなど、いつもギャンブルのことを考えている)
 - 5 苦痛な気分 (無力感、罪悪感、不安、抑うつ) のときギャンブルをすることがよくある
 - 6 ギャンブルの負けを別の日にとり返そうとすることがよくある (負けた金の“深追い”をする)
 - 7 ギャンブルに熱中している程度を隠そうと嘘をつく
 - 8 ギャンブルのために重要な人間関係、仕事、教育または職業上のチャンスに危険にさらしたり、失つたりしたことがある
 - 9 ギャンブルが原因の絶望的な経済状況を救済する金を出してほしいと他人に頼る
- B 以上のギャンブル行動は陳痼エピソードでは説明されえない
 - 軽度：4~5項目が該当、中等度：6~7項目が該当、重度：8~9項目が該当