

長建国保健康ニュース

発行：ティーペック株式会社
長野県建設国民健康保険組合

今月のテーマ

『ギャンブル等の依存症から脱出！』

生活や仕事に支障が出て「やめたくてもやめられない」そんな状態が続くのは意志の弱さや性格のせいではありません。「依存症」という心の病気です。「依存」する対象は人によってさまざまですが、代表的なものに、アルコールや薬物、ギャンブルなどがあります。このような特定の物や行為などに対して、やめたくてもやめられない、そこそこ、ほどほどにできない状態が依存症といわれています。

依存症から抜け出すには「気付き」と「相談」が回復への第一歩になりますので、本人だけでなく周囲の配慮やサポートも重要になってきます。今回はギャンブル依存症についてみてみましょう。

ギャンブル依存症ってどんな病気？

パチンコやパチスロ、競馬や競輪、最近ではネットカジノのようなギャンブル（賭け事）へのコントロールが効かなくなってしまうのがギャンブル依存症です。悪化すると、多重債務や貧困といった経済的問題や、家庭内の不和、また健康、仕事や学業などさまざまな方面に悪影響を及ぼします。さらに虐待、自殺、犯罪などの社会的問題に発展することさえもあります。本人や周囲がどうしてもなくなったときに、初めて症状の深刻さに気付くこともまれではありません。

ギャンブル依存症は、適切な治療と支援によりそこから脱却し回復することは十分に可能です。しかし、本人が自分は病気ではない、と必ずしも状況を正確に把握していないことも多く、放置した場合、症状が悪化したり、借金などの問題が深刻になるケースがあり懸念されています。

自分や身近な人が「依存症なのでは」と思ったら

ギャンブル依存症は、早めに気付き、適切な治療さえすれば回復する病気です。自分自身や身近な人がギャンブル依存症なのでは、と思ったら、依存症専門機関に相談してみましょう。

ギャンブル依存症だけでなく、依存症対策の全国的な拠点機関である「依存症対策全国センター」では、依存症に関する情報提供を実施しています。全国の依存症専門相談窓口や医療機関が検索できます。

依存症対策全国センター (<https://www.ncasa-japan.jp/>)

2020年4月医療機関での治療が保険適用に

2020年4月からギャンブル依存症にも、アルコール健康障害やニコチン（タバコ）依存症と同じく、健康保険での治療が適用となりました。集団治療プログラムを中心とした医療機関での治療を、健康保険（原則3割負担）で受診できます。

ギャンブルに関してこんな症状はありませんか？

- 勝った時の興奮を追い求めて、賭ける額がどんどん増えてしまう
- 途中で中断したりするとイライラしてしまう
- つらい気分を紛らわすためにギャンブルをする
- 負けたお金をギャンブルで取り戻そうとしてしまう
- はまっていることを隠すためにうそをつく
- 大切な人間関係を失ったことがある
- 借金をつくり、誰かに金を無心した など

依存症対策全国センターHPより



依存症には、他にも薬物依存症、ゲーム障害、買い物依存症、盗癖症など、さまざまな種類があります。いずれも依存症が「否認の病気」とも呼ばれるように、患者本人が病気だとは認めたくないのが特徴です。そのため、自分で専門相談窓口や専門医療機関を受診するのが最適ですが、家族など周囲からの働き掛けが重要となります。

依存症の兆候に気付いたら、悩まず専門相談窓口か医療機関に相談を。家族や周囲の人だけでも、専門相談窓口か医療機関に相談してみましょう。