

平成 30 年 6 月 8 日現在

機関番号：13301

研究種目：基盤研究(C) (一般)

研究期間：2014～2017

課題番号：26463483

研究課題名(和文) 女性アルコール依存症者の死への転帰を予防するための断酒継続プログラムの確立

研究課題名(英文) Establishment of alcohol refinement continuation program to prevent female alcoholic dependents' outcome to death

研究代表者

河村 一海 (KAWAMURA, Kazumi)

金沢大学・保健学系・准教授

研究者番号：50251963

交付決定額(研究期間全体)：(直接経費) 3,800,000円

研究成果の概要(和文)：断酒することを決心した女性アルコール依存症者が、断酒継続した生活を過ごす中でどのような心理過程をたどり、うつ状態に陥ることなく、日々過ごしてきたか、何が断酒継続への効果につながっているかを明らかにすることを目的に面接を継続的に行った。その結果、飲酒していたときと物事のとらえ方や自分自身に対する見方が少しずつ変化し、自己を振り返りながら1日1日を一生懸命に生きていくことで、自然に断酒を継続していくことが出来ていた。また家族が自分を認めてくれるようになったことが生きることの支えになっていた。また定期的に女性AAミーティングに参加し続けることが断酒継続に大きな役割をもっていたと認識していた。

研究成果の概要(英文)：Female alcoholic dependent determinants deciding to drink what kind of psychological processes were traced as they spent living continuing to stay away from alcoholic drinks and they stayed day by day without falling into depression? We continued to interview with the aim of clarifying whether it led to the effect. As a result, when you were drunk, how you looked at things and how you looked at them changed little by little, you can continue to live yourselves naturally by living one day a day while looking back on your self I was able to go. In addition, the fact that family members acknowledged ourselves was a support for living. I also recognized that continuing to participate in women's AA meetings regularly had a major role in continuing to stay away from alcohol.

研究分野：精神看護学

キーワード：女性アルコール依存症者 断酒継続プログラム 死への転帰の予防 認知行動療法

1. 研究開始当初の背景

近年飲酒と薬物の併用による事故あるいは自殺企図の可能性のある死亡がマスメディアの世界でも頻回に取り上げられており、アルコール依存症者は依存症ではない人と比較し自殺の危険性が約 6 倍高く、アルコール依存症と気分障害が合併した場合の自殺のリスクは高くなるといわれている。

一方、近年女性のアルコール依存症者が増えてきており、社会的な問題にもなっている。アルコール依存症は長期の飲酒歴によって起こることが特徴であるが、女性の場合、短期の飲酒歴でかつ飲酒量が比較的少量でも急速にアルコール依存症となってしまう危険があり、男性以上に生活の破綻や生命への危機にもつながりやすい。また女性の場合、アルコール精神病や重篤な身体的合併症(肝硬変など)は少なく、犯罪や警察問題などの反社会行動も少ないが、感情障害などの精神症状を呈しやすく、自殺の危険が男性より高いとも言われている。

女性のアルコール依存症の特徴については、女性のアルコール関連問題についての偏見が男性以上に強いことの報告や女性の問題飲酒にはライフサイクルや性役割意識が関与していると言うことでの報告がある。またアルコール依存症の回復における自助グループの重要性についてはいくつかの先行研究で報告されているが、女性アルコール依存症と自助グループに関する研究は非常に少ない状況にある。

女性のアルコール依存は男性アルコール依存とは違った様相で生じるともいわれており、女性アルコール依存症者の回復に対する看護や支援には、社会的な背景や性役割など男性アルコール依存症者とは異なる視点での介入が必要であると考えられる。

そこで我々は先の研究で、断酒継続できている女性アルコール患者が、女性だけのメンバーで構成されている自助グループに参加することで、アルコール依存症からのうつ状態を予防することにどのように影響しているかを明らかにすることを目的に分析を行った。その結果、彼女らは、それまで生きているということを否定的にとらえていたが、自助グループに参加することで新しい生き方を知ったり、仲間が必要とされる感覚を得たことで生きることに対する肯定的な考えをもつことができるようになり、自分が生きていくことに自信をもたらしただのではないかと考えられた。

2. 研究の目的

前回の研究で得られた知見を参考に、本研究は、それを発展させ、断酒継続に成功している女性アルコール依存症者の特徴を参考に断酒継続プログラムを確立することを目的とする。

3. 研究の方法

1) 断酒継続に成功している女性アルコール依存症者に対し、AA ミーティングに参加した後の時間を利用して

断酒は継続できているか

日々の生活の様子と前回面接から今回面接の間で飲酒したいと思ったことはなかったか

どのような気持ちをもって生活をしているか

を中心に半構造化面接を行った。分析には質的記述的手法を用いた。

2) AA レディースミーティングに 1 回でも参加したことがあるがその価値を見出せず、断酒継続できていない女性アルコール依存症者の特徴をアンケートの結果から導き出した。

4. 研究成果

1) 断酒前と断酒継続後の違いについて、自分自身に対する見方、家族との関係、女性ミーティングに対する認識という 3 つの視点から明らかになったこととして

自分自身に対する見方

- ・ 飲酒がやめられないのは親や生育環境のせいだと思っており、自分の弱さや逃げ道にお酒を使っていたということを認めることができるようになっていた。
- ・ 入院したことで振り返りができ、将来のことも考えられ、社会復帰したいと思えた。
- ・ 社会復帰ができたことで自分自身が変わ

- れた。
- ・ 仕事をする事が自分の生かされている意味だと思えるようになった。
 - ・ 人のよいところに目を向けられるようになり、イラつかなくなった。

家族との関係

- ・ 家族に自分のことを話せるようになった。
- ・ 父親が仕事の愚痴を聞いてくれるのでストレスをため込まなくて済むようになった。
- ・ 父親が自分に失望していなかったことがうれしく、頑張ろうと思えた。
- ・ 家族が自分の前で普通に飲酒しても、自分が飲みたいと思わなくなった。そのような自分の変化がうれしかった。
- ・ 家族の飲酒の様子を見て、自分の課題がまた一つクリアしたなと思ひ、本当にありがたかった。

女性ミーティングに対する認識

- ・ 女性の AA グループは仲間ともわかり合えると感じるし、雑談できるミーティングも大事だが、信頼し合える仲間というふうに思えることがすごく大事だと思う。
- ・ 女性のミーティングが一番合う、和がある、和みの和、ギスギスしていない、女性だから男性だからとかじゃないけど理解しやすい。
- ・ AAは嫌になることもあるかもしれないが、忘れちゃいけないことだし、同じ過ちを繰り返す予防、防止になると思って来ているように思う。
- ・ AAに来ることもストレスに思うこともあるが、自分を見つめ直したり人の話を聞いたりすることで自分も過去に病んでたことを思い出すし、他の人の話で病み傾向にあるなど思うこともあるので、定期的には絶対行こうと思っている。

といったことがあげられた。すなわち飲酒していたときと物事のとらえ方や自分自身に対する見方が少しずつ変化し、自己を振り返りながら1日1日を一生懸命に生きていくことで、自然に断酒を継続していくことができたり、家族や職場において、自分の存在の意義を理解することで人生の行路を見出していったと思われる。

また、定期的に女性 AA ミーティングに参加し続けることによって、日々忘れていたお酒のことを思い出すことができ、それによって断酒の必要性を再認識したり、また、仲間と分かち合うことができることが自分たちの特権と感じ、感謝の気持ちをもって生きていることを実感していた。

2)断酒継続できていない女性アルコール依存症者は前回の研究で導き出されたような「女性のみでのミーティングでは混合ミーティングでは出来ない話が出来てホッとしたことがある」「女性ミーティングでは仲間の話から、

自分のことについて新しい発見があった」「女性ミーティングはまわりが女性ばかりなのでリラックスできる」「ミーティングの存在が心のよりどころ」といった思いや「女性しかないの安心して泣いたり、吐き出したり出来る場所の確保」といった思い、また「会って分かち合える同性の人が存在することの喜び」といった思いを感じていなかった。

以上より、女性のアルコール依存症者が断酒継続出来ていくためには<断酒に対する強い決心><公私ともに自分自身の存在の意義を見出すこと><自分自身を見つめるためのAAへの参加継続>が重要であることが示唆された。一方で断酒継続出来ていない女性アルコール依存症者にもAA参加の意義を認めていない点も多かったとはいえ、「アルコール依存症になってしまった女性が助けを求めたときに、女性ミーティングが続いていればよいと思う」という客観的な部分では女性ミーティングの価値観を認めていたり、「ある程度の年齢になったら、家に閉じこもっているのはよくないと思う」という「引きこもりによる病状悪化の予防」を感じていたりし、また「自分が必要とされる居場所があることが大切だと思う」と「自宅以外の居場所の確保」ということでのミーティングの存在の必要性を感じていることが導き出されたことから、このような思いをより強化できるような関わりが今後必要ではないかと考えた。また今回は集団に入ることが苦手である対象者に対しての個人への介入方法の検討までは出来なかったため、この介入方法については今後の課題であると考えている。

5. 主な発表論文等

(研究代表者、研究分担者及び連携研究者には下線)

[雑誌論文](計1件)

河村一海、長谷川雅美、女性アルコール依存症者の AA 女性ミーティング参加に

よるうつ状態予防に関する認識の変化、
日本精神保健看護学会誌、査読有、第24
巻1号、pp51～58、2015.

〔学会発表〕(計1件)

河村一海、女性アルコール依存症患者が
断酒を決定してからの心理的特徴、第14
回日本アディクション看護学会学術集会、
2015年9月5日～9月6日、創価大学中
央教育棟(東京都八王子市)

〔図書〕(計0件)

〔産業財産権〕

出願状況(計0件)

名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
出願年月日：
国内外の別：

取得状況(計0件)

名称：
発明者：
権利者：
種類：
番号：
取得年月日：
国内外の別：

〔その他〕

ホームページ等

6. 研究組織

(1) 研究代表者

河村 一海 (KAWAMURA, Kazumi)
金沢大学・保健学系・准教授
研究者番号：50251963

(2) 研究分担者

北岡 和代 (KITAOKA, Kazuyo)
金沢大学・保健学系・教授)
研究者番号：60326080

長田 恭子 (NAGATA, Kyoko)
金沢大学・保健学系・助教
研究者番号：60345634

(3) 連携研究者

なし

(4) 研究協力者

なし