

# アルコール依存症 を克服する人たち

パートII

前回パートIでは、アルコール依存症の方々の治療について、治療の原則を述べました。

そして「この病気はきちんとした方法を取れば治すことができる」と述べましたが、その方法とは、

- ① 通院すること
- ② 抗酒剤を飲むこと
- ③ 断酒会など自助グループへの参加

です。

詳細は述べられませんが、治療の過程で、自分の行動、生活に問題があったことを認め、現実を受け入れられる方々を見ていると、まずここに大いなる勇気があることがわかります。習慣行動をやめる決意をするわけですから。

最も有効な支えは家族です。家族

への思いから、しっかりと断酒の決意をする人が多いのです。自身の生活についても前向きに考えられるようになります。そうやって初めて断酒生活がスタートします。

断酒会は断酒を継続するために極めて有効なグループ活動と言われています。

自身の過去の体験を通して、他人の断酒を進める働きをしています。「自分の体験が人のためになれば」と勇んで会合に参加し、また新たな断酒会員に励ましを送る人たち。勇氣ある行動です。これを継続していくことのご苦労も感じます。

断酒を続けていくためには、このような「人間としての生きがい」と「自己肯定感」が大切であり、それ



副院長  
ながぶち ただふみ  
長 瀧 忠文

は断酒会などの自助グループ活動の中に見ることができません。

私の外来にもこのようにして、アルコールを克服している人たちが来られます。私はその方々の姿に勇氣を得て、新たな患者様への挑戦をさせていただいています。



## 西伯病院図書コーナーのご案内

玄関ホールに図書コーナーを設置しました。ご来院の際にはご利用ください。



玄関ホールの一式飾りが「妖怪ねずみ男」にかわりました。法勝寺自治会(6区)の皆さま、ありがとうございました。

