

[アルコール依存症]

アルコール依存症ほど原因のはっきりしている病気は珍しい。文明とともに増え続け先進的な国では重大な社会問題になりつつある。

誰でも大量に酒を飲み続ければ依存症になる。成人男性が毎日清酒を5合飲み続けると3年で、3合飲み続ければ10年で依存症になるといわれている。毎週末に大量に飲酒する人も依存症になる。

大量飲酒者とは一日あたりビール中びん3本、日本酒3合弱の量に相当する人である。

酒は適量に飲めば健康によい。適量とは、ビール中ビン1本、清酒1合、ウィスキーならダブル1杯、焼酎で3分の2合である。

アルコール依存症は人間がアルコールに絡め取られた状態であり、心の病気であり、進行性の病気である。

依存症は手や舌の震え、発汗、吐き気、微熱、高血圧などの離脱症状がでて始めて診断される。

しかし離脱症状がでないからといって依存症ではないとはいえない。依存症であっても酒は1週間でも1ヶ月でもやめていられるが次の飲酒の機会を待っている限りアルコールの呪縛から逃れているとはいえない。

愛知淑徳大学健康医療科学部 教授
愛知淑徳大学健康相談室 室長
愛知淑徳大学クリニック糖尿病内科 医師

井口 昭久

