

第49回 中国断酒ブロック（広島）大会

長尾澄雄院長先生（呉みどりヶ丘病院）の講演「内観について」その1

主管：広島県断酒連合会

於：上野学園ホール

平成26年4月6日（日）

PDFにて閲覧プリントできます。

ご紹介に預かりました、長尾でございます。

本日は第49回中国断酒ブロック広島大会、沢山の方にお会い出来、少し喋れという事で上がっておりますが暫くの間お付き合いをお願いしたいと思います。

えーと、先程の話にもありましたように昨年末にはアルコール健康障害対策基本法とかいう長たどしい法律が国会の方を通りまして成立し。

まあ聞く処によりますと、これの肉付けを今からやっていかないかと。

その肉付けも上手くいかなきゃ案外、その大変な事になるかも解らんという事のようにございます。

皆さん方の検討をお願いしたいと思いますし・・・。

そこでアルコール依存と今ではそういう言い方をしておりますけれども。

昔はアルコール中毒という呼び方をしていたわけですが、現在でもこれが果たして、あのうこの病気の実態いうものが人にはっきり理解されているか？

考えてみました場合にあんまりこの病気の実態を知っている人が非常に少ないわけがございます。

まあ、私は医者になります前に、アルコール中毒というのを・・・まあ、授業をちょいちょいサボっておりましたんで、その間にあったのかもしれないんですが、あんまり診て習った記憶が無いわけですね。

現在でもそんなもんでないかと思うんですよねえ。

だから医者が一番ねえ、この実態を良く知っておりませんな。

それから、まあ一般の人と。

それからその中間にアルコール依存症の方本人という事。

あんまりこの病気の事を知って無いと言えるかと思うわけです。

一昔前迄は先生が一所懸命になってくれても、性格やからね治りゃせんと。

いらん事しんさんなど忠告してくれる患者さんもおりましたけれども。

最近あんまり聞かなくなりましたがねえ。

まだ一般の認識はそういうもんでないかと思うんですね。

しかし、私も精神科の医者としてはちょっと片輪（かたわ）でございます。

アルコールに偏ったあれで五十何年間か来ておるわけですが。だからといって他の精神病を知らないわけでもないと思うんですけれども。えー、それは、まあアルコール依存というものに対する認識は五十数年前と私自身はかなり現在変わって来ておるわけですねえ。

どう変わって来ているかと言え、これはもう治らない病気じゃないんだと。

治らない、治せないのは医者 of 野暮なんだというねえ。

これ、あのうアルコール中毒というのは人工的にねえモルモットの実験なんかでも作り出す事が出

来ますけどね。
慢性中毒や。

しかし、アルコール依存というのはねえ、これはあのうこんな人工的にねえ、一所懸命、酒飲ましたら誰しもなるもんじゃないわけで。

結局これは心の問題だと。それが決して病的な心を最初から持っていたわけでは無いんだというような事が言えると思うんですね。

もう以前はその病的な性格というようなものが問題になっていた。

どういう性格か言えば、人間としての状態性言いますかね。

こういう事やれば迷惑だとか、或いは倫理観、道徳心の欠けた人がアルコール中毒という風になるんだという考え方に一般的になっていたんですね。

それでアルコール中毒というあれ、これは果たしてどういうあれか？と、病気か？性格異常か？とやるとこれは病気じゃない。性格異常だと。

だから一所懸命手を尽くしても治らんと。

こういう風な言い方する精神科の医者が殆どだったと。

一昔前まではね。

ある種の・・・それでその性格的な問題というのは精神病質、生まれつきの性格のねえ、陰陽性の為に問題がある為に上手く社会に適用出来なくてねえ。

社会を非常に悩ますとか。自分自身が悩むとか。

こういうのは精神病です。

生れ付きのものだというようなねえ。

これもドイツ流の考え方で、そういうのが蔓延（はびこ）ってた。アルコール依存、アルコール中毒の患者というのは殆ど精神病質者だとか、こういうな言い方をしてたわけですねえ。

しかし、これがだから治らんのだというに決め付けていたわけですがけれども。

治る人が出て来たわけですねえ。

ご存知のようにA。Aの創始者のあの二人さん。

そうずっと医者が泡食つとる。治らん言よったのに治るんが出てきたらねえ。

それは根本的にこう直さないかんと。こういう事になって泡食って来たというのが。

それでもアルコール依存っていうのがねえ。

・・・アルコール依存というより前に、薬物依存いうのもあったわけですねえ。

薬物いうのは麻薬であるとか、覚醒剤であるとか、或いはシンナー、まあ今日日の薬物ですね

。睡眠薬とか安定剤とか、こういう風な鎮痛剤と、ノーシンとかセデスとかね。

ああいう類（たぐい）の・・・こういうものを吸引する。

こういうのがあって、こういうのを薬物依存と。

そういうのを総称してね言ってたわけですがけれども。

この中にアルコールも後で加えて貰ったと。それで依存というものの中に加えられたとこういう事

ですわ。

依存いうのはその薬の効果と、それからもう一つはその薬の効果を楽しむという人間がおりましてね、その両方の気持ちをマッチとしましてねえ。

必要以上にそいつを用いるとか。

或いは用いちゃいかんの解ったりながらに使わざるを得ないと。

そういう風なものを薬物依存というとする。そのうちにその薬の効果と飲んだら気持ち良くなるとかね、あのう目の前がバラ色になるとか、こういう風な気持ちになれるとかいうような。そういう風になるからその苦しみを忘れる為にそいつを用いざるを得ないと、こういう風なのを急吸？中毒というんですねえ。

その薬を使ったが為にそういう効果が出てくると。

中には薬がもうねえ用いなくなっても具合が悪いと。こういうのが・・・まあ中に居るんね。特に麻薬中毒とか、マリファナ、ヘロイン、モルヒネ、これアフガニスタンとかね、その辺が原産地でございますが。そういう風な麻酔中毒になって来ると、モルヒネというのは鎮痛剤ですわねえ。今でも癌の末期の患者さんなんかにどの薬を使っても効果が無いっていう場合にはモルヒネを使ってねえ、痛みを和らげてますけど。

これの麻薬のモルヒネ中毒っていうのは痛いから使うっていう人はいないんですねえ。所謂、禁断症状と。そいつが薬を使わないと非常に調子が悪いと。

こう辛い状態になって来るのを紛らわすという事で使わずにおれんという事でね。これが今日日の薬物中毒の中に全部あるんですよえ、睡眠薬とか安定剤とか。

これ皆禁断症状です。身体が中毒起こしている。

まあセデス中毒だとかね。セデスを用いないと気分がイライラ、イライラして落ち着きが無いと。そいつを飲んだら頭が痛いのが治るんじゃなしに、気分がすっきりしてシャンシャン仕事が出来るとかこういう状態ですよえ。

これが切れて来ると物凄く体がだるくてねえ、これと同じような症状がアルコールに診られるんでねえ。

そういう狭い意味での薬物に似た状態を起こしてくるから、こいつを一色単にしようというてねえ。今日日の薬物依存の中にアルコール依存という格好になってくる。

ご存知のように、このアルコールの前には禁断症状というのが出てきますわねえ。

ああ、使わないようにする。夜が眠れない。

気持ちがすっきりしない。

それから世の中が全部ボォーとしてね。

こう気持ちの何かやろうかいう事がはっきり出来ないよ。

まあ、キッチンドリンカーの奥さん方は朝起きてても何にも手に付かんと。

これで一杯飲んだら、非常にテキパキと仕事が出来ると。

掃除も出来るし、買い物にも行けるしねえ。洗濯も出来るし、と。

それで酒が切れて来ると又だるくなって、どうにもならなくなって又手を出すと。

夕方旦那さんが帰って来る時には、あのう鼻から提灯出して大の字になって寝ていると。やはりこ

うというのがやっぱりアルコールによる禁断症状。身体的な症状ですね。

こうというのがまあアルコールには起こって来ると。

特に女性の場合は男性よりも早くそういう症状が起こると。

こうというのが言われている。

でえ、アルコール・・・今日日の薬物の場合にはこいつの酷い症状というのがねえ、癲癇を起こす。引付を起こすとか。それから、聞こえもしない声が聞こえて来るとか。或いは最終的にはその姿とか。

ああ、自分を雁字搦（がんじがら）めに縛られてね、火葬場の籠の中に入れられたと。まあ、まさに今火を付けられそうになる、そういう状況異常に置かれている。

そういう症状が出て来るっていうのが一番最終的なねえ、あのう禁断症状なんですねえ。

誰でも起こって来るっていうのが最近では解って来た。

この禁断症状っていうのは昔はアルコール精神病って言うておりましたけれども、現在では禁断症状である。

皆起って来るんだ、そういう症状はねえ。

最近唯一起らんのは同じ類（たぐい）の薬という事でアルコールに似通った薬、安定剤。

特にバランスっていう奴が良く売ってますがねえ。

それから、アルコール依存症いうものからバランス中毒に一時なっちゃうと。

・・・それで禁断症状が出てくるのを予防するという事も出来ると思いますけれども。

まあ、最近でもその内科辺りへ入院しとりますとねえ、大抵あのう、癲癇発作を起こして高血圧やなかろうか？

脳腫瘍じゃなかろうか？何じゃかんじゃいうて色々検査しとるうちに、まあせん妄状態（[意]意識混濁に加えて幻覚や錯覚が見られるような状態）で暴れ出す。

ああ、病院の窓から飛び出そうとするとかね。

他の患者さんのベッドへ入り込むとかね。色んな事で難儀するようなケースが出てくる。

これはアルコールだったんだと理解出来る場合が出て来るんですけれども。そういうのが今でも一般病院に入院したりしますとそういう症状を起こしてくる。これはやっぱり禁断症状ですねえ。

一旦酒を切って再飲酒したりしますとそういう症状が出てくる。

こういう風に今はなつて来とるわけです。

まあこういう風にももしない全く非現実的な状態が起こって来ると。

酒飲んだ時の方が、又薬飲んだ時の方が真面にねえ、精神的に安定している。

こういう状態、こういうのが起こってくる。これがアルコールの特徴なんですねえ。

そういうので所謂、禁断症状というのがこの場合には麻薬のようにねえ活発に起こって来ないようなんですけれども。

アルコールの場合には非常にバラエティに富んでおる。

こういう事があるわけです。

しかし、それが誰しも出てくると。そういう事になっておると。

・・・何でそんなにねえなるまで飲むんか？という。

まあ所謂精神依存、精神的にやり切れんから酒を用いなければならん。

こういうんがあるんですねえ。

そうなって飲んでやると言えれば結局普通の人間でもねえ、面白くない時やけ酒を飲む。こういう時

は殆どの方が体験を持っております。

酒にそういう効果があるから酒飲むわけでねえ。

そういう効果が無ければノンアルコールいうんを飲むと一緒にやからねえ。

酔うのが目的で飲む人がノンアルコール飲んでおる。これはしょうがないと。

ただおかずをねえ、ちょっと食べるのにいきなりご飯を食べたんじゃあ、生き辛いから。そのお、おかずを食べるのに酒を飲んでたというのが所謂晩酌ですな。

そういう飲み方の方はノンアルコールの方がある程度効果があるか解らん。

ただの氷水飲むよりかはちいとはそれらしい気になれるとあるかと思うんですけども。酔うのが目的で飲むという人が方法が無いねえ。

返って味も何もない方が呼び水になりましてねえ。

又やってしまう事になる。

そういうのがあるんですね。

それで酔うという効果が無ければこれムキになるわけ。

何で酔いたいのか？いえば嬉しいから酔いたいというのは少ないですなあ。

大抵面白くないから酔いたい。忘れたい時、こういうのが多いんで。

こういうになる前が多いんですねえ。

これで動物実験でアルコール中毒を作り出す事は出来る。

モルモットとかマウスとかねえ。

・・・中毒症状を引き起こしてきます。これは離脱症状とか身体症状とかそういうものを引き起こしてくるけれども。

或いは自分から勧んで酒を飲むという事は絶対に無いわね。

アルコール依存いうんはやっぱり本人の心と、依存いうのにはこいつを用いたいという片一方の要求とこういうものが必要なんですわねえ。

中毒いうのは中毒症状を起こす薬だけを飲む。

それに一方的に責任を負わせておるようですけども。

依存いうのはそういう薬のそういう症状とその薬の効果を味わいたいという人間の気持ちというものが合致致しまして両方に責任があるところ言われていますよねえ。

普通人間いうのは自分に損になると。

これはどっちがプラスにならんとと思うと改めるのが普通ですわね。

それから「酒を飲んでメタボリック・シンドロームだったかな、或いは腎臓、肝臓が悪いですよとか心臓に問題がありますよ。」

とか言われますと「酒を控えなさいと。」

言われると酒を控える人の方がまあ殆どだと思っただけですけども。でも、酒止められない。これがちょっと問題だと言うんですね。

こういう風に自分にとってプラスにならないと解っているのにそいつを適当な量に控えるとか止めるとかが出来ないとかが依存の一つのあれになるわけですね。

これ何で出来ないかと言えば、どうも私はその良心の呵責に責められているんだろうと。

本質的な問題では人間的な苦しさモロに味わつとるからね。
そいつを忘れたいから飲まないかんというのが依存だと。
普通の呑み助いうのはちょっと飲んだ方が気持ちが楽になるからだろうと。

飲む事によって自分が損するいうんだつたら止めると。こういうのが普通ですね。
そこが違ふと。何でそんなに辛いかなと言えね、まああのう自分の生き様いうものによって立場いうのが非常に辛いになっていると。
こういうなのが目の前にあるという事がいえるかと。
それ以外なのが酒だと。
こういうのが言えると思うんですね。それでえ、あのう内科医というのは己主導であると。

己いうのは自分で良く解つてるように皆思つてるんですけども。
自惚れているんですけど、実際は良く解つていないと。
自分自身。こういう方が多いわけです。
でえ、この自分、「ワシが、ワシが・・・。」という姿勢ね。こういうものが我々を悩ます元なんだというね。
こういう方は何か御釈迦さんが言っているらしいですね。
「人の一生又苦であれ。」これは楽しいから苦で無いんでね。
思い通りにいかんから苦しい。
苦しいのは何であるか？自己中心的な姿勢と。
「ワシが、ワシが。」という姿勢。自分の利益を求めようと。

そいつが求められない。これが早く言えば「人が死んでも自分だけ死にたくない。」
つて言つたつていずれ死なないといけないね。
「ああいう憎たらしい人間と会いたくない。」
言うたつて会わんといかんとかね。
それから「別れたくない親子である。」
とか「妻子」とかね。これも別れないかん。
これらも自分の思い通りにいかんのが人生なんですがね。

そいついかんから飲むいうんじゃこれどうしようもないですわね。無い物ねだりばかりしとつたら悩みばかり起こつてくる。
ね。これが自分の願い事を叶えて貰いたいという邪（よこし）まな気持ちと。
こういうのが根にあるからだという。これ無くすのにどうしたらええか？
そういう気持ちは無い。出来ないものは出来ない割り切れる気持ちになればいいわけですねえ。
そういう風に苦しみの元いうのは自分の過信であると。

こういう苦しみを無くすにはどうしたらええか？これは「出来ないものは出来ない。」
言うんですわねえ。
これは「自分の思い通りに人が動いてくれん。」と。
言うたつてそれは相手の立場いうのもを考えてみななければいけないしねえ。
それから、それをまあ客観的に見て合い入れられるものであるか？どうであるか？よしんば自分が

正しい事を言っても、といつを理解してくれない相手がいたとしましても、これはまあ相手の人が
こういうのを理解出来ないのを哀れんでとかね。

気の毒に思うとか。

そういう人に対して、むしろ自分の方に問題があったんだという考え方をすれば腹が立たんだろう
ねえ。

言う事聞いてもらえなくても。そういう風に姿勢を返る事が大事なんだという、こういう事をまあ言
っておるんですねえ。

PDFにて閲覧プリントできます。