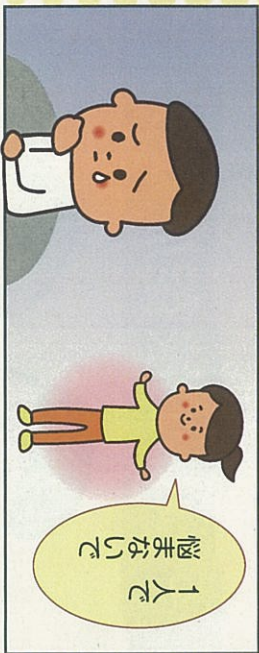


# 「依存症」って？

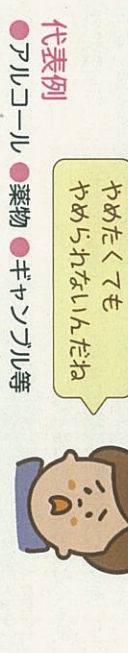
つづき



依存症について学んでいこう

## Q 依存症って何？

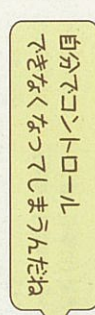
「依存」する対象は様々ですが、特定の物質や行為を「やめたくても、やめられない」状態を、「依存症」といいます。依存症になると、本人や家族が苦痛を感じたり、生活に困りごとが生じたりすることがあります。



※医学的定義では、ある特定の「物質の使用」に関して「やめたくても、やめられない」状態を依存症と呼びますが、本レポートでは「行為」に関するそのような状態も含めて「依存症」と表現しています。

## Q 原因は？

人は、不安や緊張を和らげたり、嫌なことを忘れたりするために、ある特定の行為をすることがあります。それを繰り返しているうちに特定の行動をコントロールする脳の機能が弱くなり、自分の意思ではやめられない状態になってしまいます。



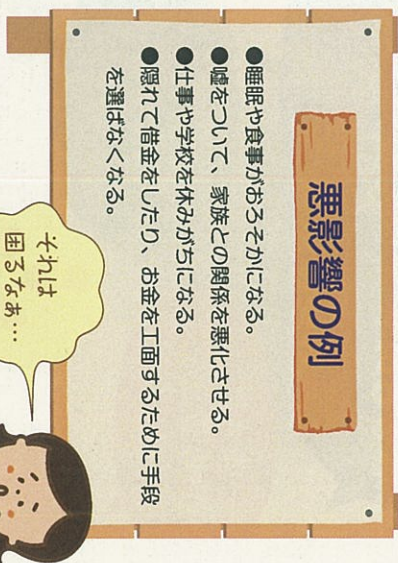
## Q なりやすい人はいるの？

いろいろな病気と同じように、誰でもなる可能性があります。「根性がない」とか「意志が弱い」からではありません。



## Q どんなことが起きるの？

飲酒や薬物使用、ギャンブルなどの行為を優先し、他の活動がおろそかになっていきます。その結果、自分や家族の健全な社会生活に悪影響を及ぼす可能性があります。



## Q なおるの？

様々な助けや理解により、「飲酒や薬物使用、ギャンブルなどに頼らない生き方」をしていくことができます。依存症は回復が十分可能な病気です。そのためには、しっかりと対応することが大切です。

