

## 2014年度 橋本ゼミ課題 読書感想文

『人はなぜ依存症になるのか 自己治療としてのアディクション』

著：E・J・カンツィアン M・J・アルバニーズ 訳：松本俊彦

経済学部経済学科2年

真野友華

「自己治療？ それはごくごく当たり前のことなのではないのか？」というのが、私が初めにこの本のタイトルを見たときの印象であった。

何故なら、自分の辛い境遇・悩み・苦しみを和らげるためにある特定の物質や行動に依存してしまう、というロジックは当然のように存在すると思っていたためである。薬物が脳に快楽を与えたり、アルコールが気分を高揚させたりすることで現実から逃避するというは何ら不思議とは思わない。この本はそんな当たり前のことを書いているだけなのだろうか、という疑問は、読み進める間しばらくのうちに頭に残っていた。

この本の中で、著者は薬物やアルコールをはじめとする依存症を「自己治療仮説」に基づいて論じている。ここで言う「自己治療」とは、簡単に言えば抱えている心理的苦痛をつかの間和らげるために依存性を持った物質の乱用や行動に出ることである。つまり、世間一般に存在する通説のような単なる快楽や自己破壊の追求が依存症に陥る原因ではないという点が自己治療仮説における重要なポイントなのである。

そしてもう一つの要素として、心理的苦痛を和らげるための物質の選択には個人差が存在する、ということが挙げられている。依存性を持つものとして代表的な薬物には、不安を取り去ったり、自分でもコントロールのできない強すぎる感情を鎮静させたりするなど様々な効果を持つものが存在する。そのため、自己治療仮説においてはその人が抱える心理的苦痛の性質によって選択する物質が変化するとされている。例えばうつ病であったり、気力が湧かないことを苦痛に思ったりしている人にとっては中枢刺激薬と呼ばれるコカインなどの意欲を高める効果が魅力的なものとなる。

また、この本の中では依存症とその他の精神障害の間に密接な関係がある、ということも強調されている。著者の臨床体験から多数の症例が紹介されており、うつ病やPTSDなどの精神障害を抱えた患者ほど、依存症に罹患する確率が高いということが分かる。特にトラウマが存在する場合についてはよりはっきりと自己治療を目的とした依存症が見られる傾向があるために個別に章が設けられ、より詳しい議論が展開されている。

さらに、心理的苦痛を自己治療するという意図があるのならばなぜ結果として苦痛を長引かせるような行動を続けるのか、といった自己治療仮説に対しての反論に対する答えとして、心理的苦痛の自己治療のために心理的苦痛の永続化を求めているためである、という一見矛盾した論理が展開されている。これは依存症を単なる快楽の追求として捉えていては到底出てこない論理であり、非常に興味深いものであった。

その他に使用者人口の極めて多い依存性を持った物質としてニコチンとマリファナにおける自己治療仮説が論じられ、そして他の嗜癖的行動（薬物やアルコールなどの物質ではなく、セックスやギャンブルなどの行動に依存すること）についても自己治療仮説が成り立つという点についても考察されている。そして最後には精神的側面からだけではなく神経生物学的側面からも依存症を捉え、依存症の治療にはそれらの視点を複合的に利用することが最も効果的であるという、治療に際した指針が提示されている。

さて、冒頭でも述べたように。私はこの本を読む前、「自己治療」という概念は当たり前のことであって、今一度論じられている意味がよくわからないという疑問を抱いていた。

しかし、次に引用した文章を読んだことで、当たり前だと捉えていたこの「自己治療」という概念を自分が捉えきれていなかったのではないかと気づくことになった。

「実のところ、彼らとかかわり、その治療を行うようになるには、私たちは何よりもまず、「依存症とは(たとえ本人はそのようなことは意識していないとしても)社会にとって危険かつ有害な存在である」という自分自身の内なる偏見を克服しなければならない。」(p.61 14-18行目)

著者は二人とも精神科医としてトレーニングを受けており、その中には課題として患者に否定的な感情を抱くことを克服する、というものがあつたと述べられている。果たして、患者を助けるために必要な精神医学を学んだ人間であってもこのような偏見を意図して取り除くことが必要であるのに、私たちのような特別知識を持たない、所謂そのような依存症罹患者について無知な人間が、偏見を持たないことなどありうるのだろうか。

麻薬、覚醒剤、アルコール、煙草……これまで私が中学や高校で目にしてきた保健体育の教科書にはこれらの代表的な依存性を持つ物質が人体に及ぼす影響や、中毒になるとどのように人生が壊れてしまうのかが掲載されていた。軽い気持ちで一度使用すると一時の快樂の後は禁断症状に苦しみ、その物を手に入れるために犯罪に手を染め、また物が切れれば禁断症状がやってくる……という負のループから抜け出せずに人生が破綻する、というある種お決まりの図である。覚醒剤や麻薬の項目には継続使用による脳の萎縮を示した脳の輪切り写真や、健常者と中毒者にうずまきを描かせた時の差が掲載されていた記憶がある。

確かにこれらは依存症のおそろしさを端的に示す材料である。しかしそこから、依存症に陥った人々のバックグラウンドはひとつも見えないのだ、ということに、この本の記述を通して初めて気づいた。さらに、近年では危険ハーブと呼ばれるドラッグを原因とする交通事故や事件が日本で問題になるなど、報道においても依存性を持った物質について取り上げられた回数は多かったように思えるが、使用者にどのようなバックグラウンドが存在するのかについては知る機会がなかったし、知ろうともしていなかったように思う。私は「自己治療」という言葉を一つの逃避のように考え、彼らが「こんなに悪い影響があるということが分かりきっているのに、それに手を出した軽率で意思の弱い人間」であると決めつけていた。依存症の人々も苦しんでいる、という「当たり前」の事実がぼやけて見えなくなっていたのである。

「当たり前」のことを大切に、治療に生かそうとするのが自己治療仮説なのである。第7章の最後に書かれた下記の文章からは、そのことがはっきりと読み取れる。

「自己治療仮説は、依存症という、一見漠然としながらも破壊的な性質を持つ障害を、よりよく理解し、治療するうえで、希望の持てる理論である。同時に、そこには患者に対するやさしさもある。すなわち、自己治療仮説は、援助者が物質乱用・依存といった事態を、「患者が自分で引き起こしたもの」と決めつけるのではなく、「まちがった方法であつたかもしれないが、問題を解決するための試みであつた」と捉えることを可能とするのである。」(p92 10-16行目)

この捉え方は、もっと世間に広まってほしいと思う。依存症から脱却したあと、または脱却するのに、その人が抱えている苦痛を理解している人が多くいるということは確実に良い方に働くだろう。依存症が困難な障害として存在するには、世間が持つ依存症罹患者は異常であるという認識も多分に影響しているように思える。あまりに依存性を持つ物質が悪いものであって、依存してしまつたら大変であるということのみが蔓延しており、依存症罹患者についての世間の注目がその社会的な危険性のみ

に向いてしまっている現状では、周囲の環境が一度依存症になってから脱却して本人の望むような生活に戻るための障害になってしまいかねない。

もう一つ、この本を読んで驚いた点がある。先に述べた心理的苦痛の自己治療のために心理的苦痛の永続化を求めるといふ理論である。この文章は一見矛盾しているようにしか見えないが、この本の中では臨床における症例や、先行研究を取り上げることでこの理論の妥当性を証明している。そのまとめとして、次のような記述がある。

「依存症に見られる独特なパワーの少なくとも一部と、それが持つ強迫的な性質は、苦痛を永続化させようとする必要性から生じたものである。その場合、それまでの耐えがたい感情的苦痛を緩和するという動機から、感情——言語化困難な、自分で困惑してしまうほどのあいまいな感情——をコントロールするという動機へとスイッチが切り替わるわけである。」(p122 1-6 行目)

すなわち、自分ではコントロールできない心理的苦痛と、薬物が原因でもたらされる苦痛とでは、どうして苦痛を覚えているのかが明確な苦痛の方を志向してしまうということなのである。そういった感情の働きが、より依存症からの脱却を難しいものにしてしまっている。何とも複雑な話である。この視点は、依存症が心理的苦痛を軽減する目的で発現しているということよりもさらに周囲の理解が得られていない点ではないだろうか。確かに依存性のある物質といわれるように、その物質に含まれる成分自体がすでに脳に依存を促すようなメカニズムを内包しているのは事実であるが、このような感情の面での依存形成のメカニズムも決して見逃してはならない点であろう。

この本を読んで、依存症について知らないこと、知らなければならないことが多すぎると痛感した。なんとなく依存性を持つ物質は危険だという認識では見えないものがたくさんあった。依存症を抱える人々、その家族の持つ辛さという視点はこの本を読んで初めて得た視点だと思う。本文中で述べた日本の危険ハーブについての問題や、アメリカの一部の州でマリファナが合法化されるなど、じわじわと依存性を持つ物質がはらむ問題を目にすることも増えている中で、依存症に対しての知識を蓄えることは非常に重要なことであると思う。そして、この本は精神医学の面が特に重視されたものであるが、神経生物学の面から見た本についても読んでみることも必要なのではないだろうか。より多くの面から依存症を見ることで、少しでも依存症に関する理解が深まればよいと思った。