

地域連携ニュース

2014年11月18日
VOL3

河渡病院
地域連携室発行

わたしたちの身近に常にあるお酒が、実は「薬物」であることをご存知でしょうか？何気なく手に取ったお酒は私たちをリラックスさせ、人間関係をスムーズにさせるものでもあります。しかし、そのマイナスの影響を知らぬままに日常的に使用を続け、睡眠薬代わりに、または憂さ晴らしに、使用を続けますといつしか大切な「脳」の機能を低下させ病気へと進行していくことになります。

大切なことはそのプロセスを知り、実態を理解して病気へと進行するのを予防することです。今回は全4回シリーズのうち、第3回目です。

第3回 テーマ

第2回は『河渡病院の治療と受診のポイント』をお送りしましたが、今回は『一般の方に知って頂きたいこと』をご説明したいと思います。

ご自身のお酒の飲み方について、当てはまることや感じることはありませんか？

それでは、以下の項目をチェックしてみましょう。

本人（ご家族）の気持ち

- ◎お酒を止めたい。（お酒を止めさせたい。）
- ◎今の状況を何とかしたいと感じている。



周りの人から注意を受けていませんか？

- 1. 家族
- 2. 職場
- 3. 友人・近所の人
- 4. 医師



はあ～・・・
思い当たる所
あるなあ。

さらに裏面もチェック
してくださいね！

日常生活の場面ではどうでしょう？

- 1. 仕事に遅刻する
- 2. 職場の人、周りの人から「酒臭い」と言われる。
- 3. 飲酒運転をする。
- 4. 約束をよく破ってしまう。
- 5. 離婚の問題がある。
- 6. 隠れて飲酒をする。
- 7. 嘘をつくようになった。
- 8. 怒りっぽくなった。
- 9. 前は良い人だったと言われる。

お身体の調子はいかがですか？

- 1. 医師にお酒の飲み方について注意されている。又は止めるよう言われている。
- 2. 眠る為にお酒を飲んでいる。
- 3. お酒を飲まないといライラする・汗が出る。
- 4. 健康診断で引っかかった。
- 5. 飲酒して怪我をしたことがある。

実は寝酒は睡眠の質を悪くします！



皆様、いかがでしたでしょうか？

これらの項目は皆様に是非知って頂き、確認頂きたいことです。

ひとつでも当てはまるものがあれば、お気軽にご相談ください。

…実は気付いていませんか？

- 1. お酒を飲んでも気分が晴れない。
- 2. 無理やり飲んでいる。
- 3. お酒を止めたいけど止められない。
- 4. 淋しくて飲んでしまう。

お酒を飲んでも全然楽しくないの…



< 予約受付又は電話相談 >

TEL：025-274-8211

(平日 9時 00分 ~ 16時 30分)

※ 受診は予約制です。

※ 代表電話となっておりますので「受診予約」か「受診相談」かをお伝えください。

※ 予約状況により、予約受付から受診日までお待ちいただく場合もございます。予めご了承ください。

第4号（最終号）は・・・

『アルコール依存症 Q&A』です。

河渡病院 地域連携室 / 相談室

(代) 025-274-8211

お電話は、平日 9時 00分 ~ 16時 30分

