

ま と め

- 成人一人当たりの平均消費量は10年以上前から漸減しているが、依然として高い水準にある。
- 飲酒人口の多様化が進行しており、特に女性の飲酒量の増加は顕著である。
- 飲酒者割合の漸減傾向が示唆されているが、未成年者飲酒は依然として大きな社会問題である。
- 既存の横断研究から、アルコールは多くの健康・社会問題を引き起こしていることが示されている。
- これらの問題は一部の例外を除き、過去数十年にわたって増加してきていることが示唆されており、今後の注意深いモニタリングが必要である。

41

【スライド 41 アルコール関連問題の現状に関するまとめ】

以下が、わが国におけるアルコール関連問題の現状に関するまとめです。

1. 成人一人当たりの平均消費量は 10 年以上前から漸減していますが、依然として高い水準にあります。わが国の水準は、現在米国のそれとほぼ同じレベルです。米国が必ずしも世界の基準とはいえませんが、体重の差やアルコール分解酵素の差などを考慮すると、わが国のレベルが低くないことを理解いただけたと思います。
2. 飲酒人口の多様化が進行しており、特に女性の飲酒量の増加は顕著です。また、これに加えて、高齢者や未成年者などでも飲酒量が増えていると推測されています。
3. 飲酒者割合の漸減傾向が示唆されていますが、未成年者飲酒は依然として大きな社会問題です。
4. 既存の横断研究から、アルコールは多くの健康・社会問題を引き起こしていることが示されています。これについては、スライドで幾つか例示しました。健康問題では、がん、肺炎、うつ病、認知症など他にも多数の問題があります。また、社会問題でも、家庭内外の暴力、自殺、事故等大きな問題の背後に飲酒が潜んでいます。
5. これらの問題は一部の例外を除き、過去数十年にわたって増加してきていることが示唆されています。未成年者の飲酒等も含めて、今後の注意深いモニタリングが必要です。

一般診療におけるアルコール の問題

地域医療振興会市立伊東市民病院研修センター

八森 淳

一般診療における アルコールの問題

一般医療機関、プライマリケアでの アルコール問題への関わりの重要性

プライマリケアは臓器障害、疾患のみならず、心理社会的側面にも配慮し、全人的に個人をとらえ、家族機能、社会との関わりをも考慮して健康問題に対応し、予防の視点を重視する。

- 地域の飲酒文化による飲酒土壌
- 多量飲酒者の有病率の高さ
 - Common problemとしてプライマリケアで取り扱う問題
- アルコール関連問題として身体疾患、血液データの異常などプライマリケアで最初に気づく機会がある
- 家族機能、家族背景、社会支援の状況にも影響を受ける
- アルコール依存、多量飲酒により、家族機能、子供への影響が大きい
- 継続的ケアと地域資源を活用した社会支援体制が重要

2

【スライド1】

表紙

【スライド2】

樋口らの研究では、多量飲酒者の割合は男性が 13.4%、女性が 4.0%、アルコール依存症の疑いのある者が男性 7.1%、女性が 1.3%とアルコールに關係する健康問題は頻度が高いにも関わらず、一般診療、プライマリケアの現場では見過ごされている可能性が高いと思われます。プライマリケアは臓器障害、疾患のみならず、心理社会的側面にも配慮し、全人的に個人をとらえ、家族機能、社会との関わりを考慮して健康問題に対応し、予防の視点を重視するとされています。アルコールによる健康被害がある患者は、肝機能障害をはじめ血液データの異常や、倦怠感などの身体的症状をもとに受診することが多く、日常診療の中で多量飲酒に関してスクリーニングし、早期に介入ができれば、アルコールに伴う健康被害も食い止めることが可能と思われます。また、親や家族の多量飲酒、アルコール依存による飲酒問題は家族機能に影響を与えると考えられます。このような家族機能の調整もプライマリケアの重要な役割といえます。また、アルコールの問題は継続的に係わる必要がありますし、地域の社会資源をうまく活用していく必要があります。

Common Problemと 認識することから

3

不適切な飲酒者の推計数(2003年実態調査)

項目	男性割合	女性割合	推計数
多量飲酒者 (60g/日以上)	13.4%	4.0%	860万人
アルコール依存症疑い (KAST)	7.1%	1.3%	440万人
アルコール依存症者 (ICD-10)	1.9%	0.1%	80万人
アルハラ被害者	31.3%	26.3%	3,040万人
アルハラ被害者 (生き方・考え方に影響)	12.7%	14.0%	1,400万人

樋口ほか: 2003年実態調査

4

【スライド 3】

Common Problem と認識することから

【スライド 4】

プライマリケアでは頻度の高い健康問題に対応することが求められますが、アルコールによる健康被害や多量飲酒も頻度の高い健康問題 (Common problem) と認識することが重要です。表のように多量飲酒者は 860 万人、アルコール依存症の疑いがあるものは 440 万人もいることが推定されています。また、1. 飲酒の強要、2. 一気飲ませ、3. 意図的な酔いつぶし、4. 飲めない人への配慮を欠くこと、5. 酔ったうえでの迷惑行為などのアルコールハラスメント(アルハラ)の被害者は男性で 31.3%、女性で 26.3% と多く、その後の生き方、考え方に影響を受けた人は男女それぞれ 12.7%、14.0% と女性に多いことがわかります。このようなアルコールに関する問題は本人の問題のみではなく、他者への被害も含めると多くのかたに関する健康問題といえます。このように頻度の高い健康問題 (Common problem) であることを認識して、プライマリケア、一般診療で対応していく必要があります。

一般病院での入院患者における調査

- 設定：6つの一般病院の内科、外科、
整形外科、産婦人科
- 期間：昭和63年12月～平成2年10月
- 対象者
 - 入院患者 1945名(男性1204名、女性741名)
- 調査項目：
 - 飲酒頻度、飲酒に対する考え方、
 - 自分の飲酒と現在の疾患との関連、KAST

我が国のアルコール関連問題の現状—アルコール白書— 監修：厚生省保健医療局精神保健課

一般病院での調査研究

今まで飲酒したことがないと回答した者を重篤問題飲酒者でないとしての重篤問題飲酒群の男女別分布の割合（％、括弧内は実人数）

KASTの点数による区分	男性	女性	総数
重篤問題飲酒群 (2点以上)	26.9(324)	3.1(23)	17.8(347)
重篤問題飲酒群以外 (2点未満)	73.1(880)	96.9(718)	82.2(1598)
合計	100.0(1204)	100.0(741)	100.0(1945)

一般人口における重篤問題飲酒(多量飲酒)群の推計値

- 余暇開発センター調査：男女合わせて3.7%
- 日米共同研究の調査：男性7.0%、女性0.5%、男女合わせて3.6%

**多量飲酒者からの疾患罹患による入院が79.6%と推定
全入院患者のうち14.7%が多量飲酒に起因するものと推定**

我が国のアルコール関連問題の現状—アルコール白書— 監修：厚生省保健医療局精神保健課

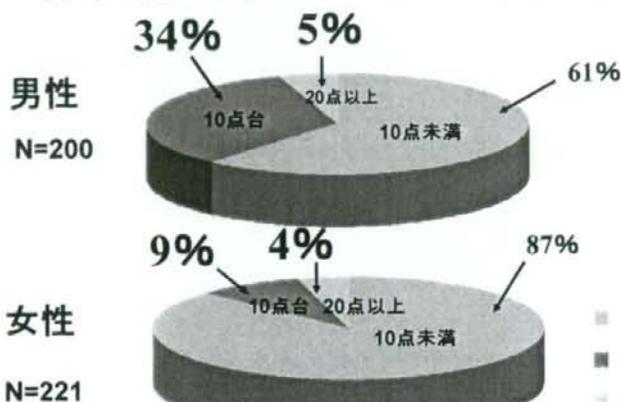
【スライド5】

一般病院での入院患者についての調査の報告はほとんどありませんが、昭和63年から平成2年にかけて行われた一般病院の内科、外科、整形外科、産婦人科の入院患者1945名に対して、飲酒頻度、飲酒に対する考え方、自分の飲酒と現在の疾患との関連、KAST(久里浜式アルコール症スクリーニングテスト)を行った報告があります。

【スライド6】

KASTによる重篤問題飲酒群の割合は、一般病院における入院患者のうち男性で29.6%、女性で3.1%でした。一般人口における調査では、男性約7%、女性1%前後であるが、圧倒的に一般病院の入院患者で重篤な問題飲酒(多量飲酒)者の割合が高いことがわかります。これらの数値などから、多量飲酒者からの疾患罹患による入院が79.6%と推定され、全入院患者のうち14.7%が多量飲酒に起因するものと推定されています。このことは、多量飲酒者は身体疾患による入院のリスクが非常に高いこと、入院患者の約7人に1人が多量飲酒が関係した身体疾患により入院していると考えられ、入院時の飲酒状況の確認と介入が必要な対象者であるといえます。ひとつの研究からの結果ではありますが、入院患者のアセスメントと退院時の指導の在り方を検討する必要性を示唆するものです。

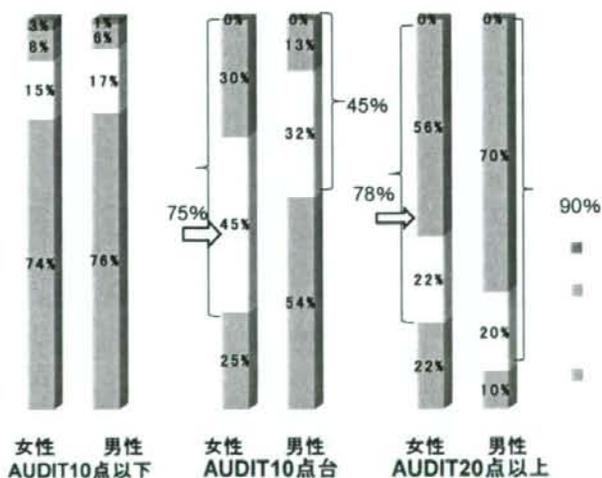
- ・ 沖縄県中北部に位置する4つの総合病院のある1日の外来患者513名 (20歳以上、65歳未満の男女)
- ・ アンケート調査(横断研究)
- ・ 【有効回答数】421名(男性200名 女性221名)、有効回答率82%



沖縄県中部・北部の総合病院を受診する人に対する飲酒問題調査
玉城美紀ら、2008年2月17日 第29回 沖縄精神神経学会

7

減酒に対する教育希望



沖縄県中部・北部の総合病院を受診する人に対する飲酒問題調査
玉城美紀ら、2008年2月17日 第29回 沖縄精神神経学会

8

【スライド7】

また、一般外来における飲酒状況の報告は少なく、沖縄県で行われた総合病院における身体疾患が主訴の外来患者における調査を示します。AUDIT10点台が多量飲酒者、20点以上がアルコール依存症の疑いのある者を指します。男性ではアルコール依存の疑いのある者が約5%、多量飲酒者が約34%を占めました。一方、女性ではアルコール依存の疑いのある者が約4%、多量飲酒者が約9%を占めました。

2003年に久里浜の樋口らが行った（5000人規模の一般住民を対象にした）全国調査から推定すると、一般住民においてはアルコール依存の疑いあるいは多量飲酒者の割合は男性15%、女性2%と推定され身体疾患を主訴に外来受診する患者は多量飲酒者の割合が高く、これは単に沖縄の地域性を反映したものだけではないと思われます。このように一般診療において介入が必要と思われる多量飲酒者が多いにも関わらず十分な情報もないままにすることが推察されます。

【スライド8】

「お酒の量を減らすためのコツがあれば、それを教えて欲しいと思いますか」という質問に対して、多量飲酒者（AUDIT10点台）の女性75%、男性45%、アルコール依存症の疑いのある（AUDIT20点以上）女性の78%、男性の90%が酒の量を減らすコツを希望しています。併せて6割以上のものがすでに飲酒量を減らしているということもデータとして得られており、節酒に関心のあるもの（関心期）、すでに節酒に関心があり節酒を行っているもの（準備期～行動期）が多く、節酒希望やコツを知りたいと思っている方が多いことがわかります。

以上のようなことから、外来患者において多量飲酒者に対する節酒の介入は患者が望んでいることだということを臨床医は知り、対応する必要があると思われます。

家族・家族機能への 影響

9

アルコール依存の親の子供への影響

- 子供時代の外傷的体験は、抑圧された後も身体的に蓄積され、成人後の生活に影響する。
- アルコール依存の親をもつ子どもの精神的影響
 - 高い不安感情、低い自尊感情、行動障害
 - 表面にはみえず、「責任を背負い込む者」「順応者」「なだめ役」だったりする

• Miller A(山下公子訳). 魂の殺人(親は子どもに何をしたか)東京:新曜社.1983.

• Anderson EE, Quast W. Young children in alcoholic families. A mental health needs-assessment and an intervention prevention strategy. J.Primary Prevention 1983;3:174-187.

• Hughes JM. Adolescent children of alcoholics parentsand the relationship of Alateen to the Children. J.Consulting and Clinical Psychology 1977;5:946-947.

• Steinhausen HG, Gobel D., Nestler V. Psychopathology in the offspring of alcoholic parents.J.American Academy of Child Psychiatry 1984;23:465-471.

10

【スライド9】

家族・家族機能への影響

【スライド10】

これまでのスライドで身体疾患を主訴に来院される外来患者で、アルコール依存か多量飲酒者の割合を示しましたが、アルコール依存の親をもつ子どもへの影響について考えてみたいと思います。一般に子供時代の外傷的体験は抑圧された後も身体的に蓄積され、成人後の生活に影響するといわれています。特にアルコール依存の親をもつ子どもの精神的影響としては、見た目では素直に見える「順応者」であったり、「責任を背負い込む者」であったり、何か問題があった際には「なだめ役」であったりと表面にはみえないけれども、高い不安感情を抱いていたり、自尊感情が低かったり、何かしらの行動障害を伴うような精神的影響を受けるといわれています。

アルコール依存の親の子供への影響

対象: S県の男女共学高等学校4校の2年生から
ランダム抽出された579名

方法: 自記式アンケート法(CAST日本語版、CMI等)
回収率: 95.2% (572名: 男 255名、女 317名)

- 親の飲酒問題に係わる体験をしており、
親はアルコール依存症であると考えられるもの: 17.7%
- 親の飲酒問題に係わる体験をしているが
親はアルコール依存症とは考えられないもの: 33.7%
- 親の飲酒問題に係わる体験をしていないもの: 48.6%

山崎茂樹. CAST(Children of Alcoholics Screening Test)日本語版と親の飲酒が子どもたちに及ぼす影響. 日本公衆衛生学会雑誌 43:1045-1054, 1996

飲酒と健康問題

—特に生活習慣病との関係から—

【スライド 11】

山崎は CAST(Children of Alcoholics Screening Test)日本語版などを用い、親の飲酒問題にかかる体験と親のアルコール依存の有無を推察する調査を高校生 579 名に行っています。その結果、17.7%の高校生が親の飲酒問題に関係した体験をしており、しかも、親がアルコール依存であると考えられ、子供の将来の精神的影響が危惧されます。アルコール依存とは言えないものの、多量飲酒によるものを含め、飲酒に関係する体験をしたものを加えると 50%の高校生が飲酒問題に係わる体験をしていることとなり、地域住民、職域での保健活動、ならびに臨床医が日々遭遇する外来患者において日常的に飲酒行動を取り扱うことは、家族機能、子供の将来を考えただけでも重要なことと考えられます。予防的に係わる視点、家族機能と健康についてとらえる視点からもプライマリケア、一般診療において飲酒問題を取り扱うことは重要だと思われれます。

【スライド 12】

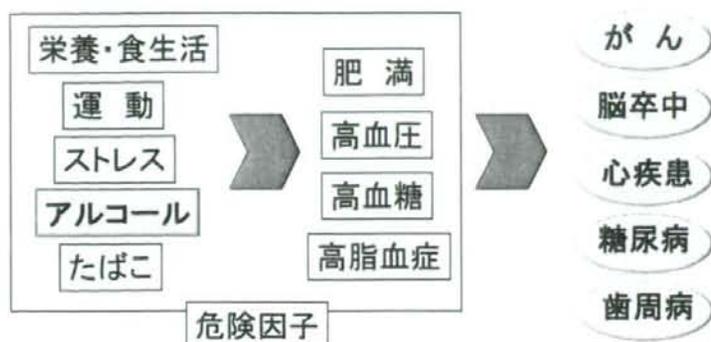
飲酒と健康問題－特に生活習慣病との関係から－

生活習慣病につながる危険因子

生活習慣

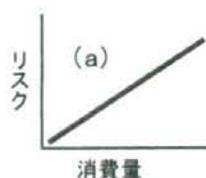
基礎疾患等

生活習慣病

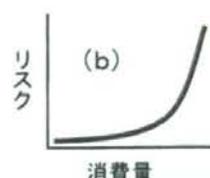


13

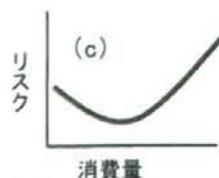
アルコール消費と生活習慣病等のリスク



例: 血圧、高脂血症、脳出血、乳癌



例: 肝硬変、肝障害



例: 虚血性心疾患、脳梗塞、2型糖尿病

14

【スライド 13】

臨床医が最も遭遇するのが、生活習慣が関与する身体疾患といえるでしょう。また、受診の動機が健康診断や検診においてのデータ異常や生活習慣病で、その中で飲酒行動の問題が見えてくることも少なくないのではないのでしょうか？がん、脳卒中、心疾患、糖尿病、歯周病などが影響を受けるといわれますが、これらの疾患とアルコールとの関係についてみてみたいと思います。

【スライド 14】

アルコールの消費と生活習慣病との関係について3つのパターンに類型化することができます。(a)容量依存性に線状の相関関係を示すものとして、高血圧、高脂血症、脳出血、乳癌などがあげられます。また、(b)指数関数型に関係するものに、肝硬変、アルコール性肝障害があげられます。(c)Jカーブ型に関係するものが、虚血性心疾患、脳梗塞、2型糖尿病などが挙げられます。このタイプは適量の飲酒が疾患に対してよいことを示すものです。

アルコールと血圧

-高血圧治療ガイドライン2004-

編集: 日本高血圧学会高血圧治療ガイドライン作成委員会

- 飲酒が血圧を上昇させることはよく知られている¹⁾。1980年の循環器疾患基礎調査²⁾では、男性においては多量飲酒者ほど血圧が高く、毎日飲酒する者は飲む習慣のない者に比較して10歳の加齢に相当する血圧値を有していた。さらに、INTERSALT研究³⁾では、飲酒はその他の要因とは独立して、血圧との間に正相関が認められた。特に男性では飲酒は脳卒中の危険因子であり、脳梗塞ではなく脳出血が飲酒との関連性が強いとされている。アルコール単回投与は数時間持続する血管拡張により降圧をきたすが、節酒は血圧を下げる⁴⁾。節酒の降圧効果は1~2週間以内に現れる。大量飲酒者は急にアルコール制限を行うと有意の血圧上昇をきたすことがあるが、アルコール制限を継続すれば数日後には血圧は下がる。エタノール換算で男性は20~30ml、日(日本酒換算1合前後)、女性は10~20ml、日以下にすべきである。

15

1. Miyao M, Furuta M, Sakakibara H, Kondo T, Ishihara S, Yamanaka K, Yamada S Analysis of factors related to hypertension in Japanese middle-aged male workers., J Hum Hypertens 6巻3号 Page193-7 1992
2. Ueshima H, Ozawa H, Baba S, Nakamoto Y, Omae T, Shimamoto T, Komachi Y Alcohol drinking and high blood pressure: data from a 1980 national cardiovascular survey of Japan., J Clin Epidemiol 45巻6号 Page667-73 1992
3. Marmot MG, Elliott P, Shipley MJ, Dyer AR, Ueshima H, Beevers DG, Stamler R, Kesteloot H, Rose G, Stamler J Alcohol and blood pressure: the INTERSALT study., BMJ 308巻6939号 Page1263-7 1994
4. Ueshima H, Mikawa K, Baba S, Sasaki S, Ozawa H, Tsushima M, Kawaguchi A, Omae T, Katayama Y, Kayamori Y, Ito K Effect of reduced alcohol consumption of native Japanese to American Men., J Clin Epidemiol 43巻 Page1407-14 1990

16

【スライド 15】

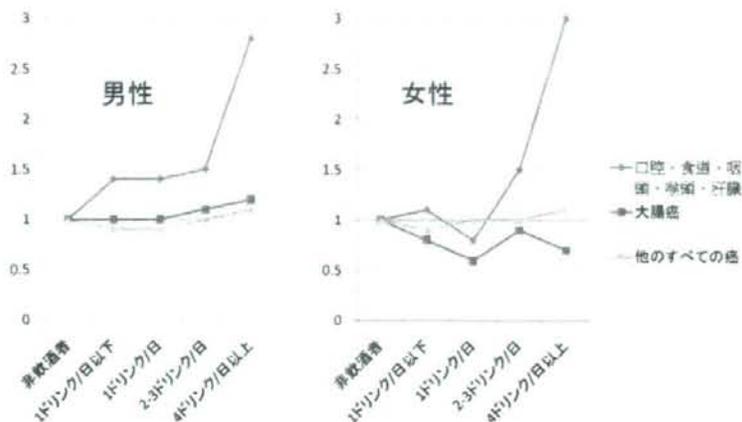
アルコールと血圧については線状の正の相関を認めます。男性においては多量飲酒者ほど血圧が高く、毎日飲酒する者は飲む習慣のない者に比較して 10 歳の加齢に相当する血圧値を有しているという報告もあります。また、節酒の降圧効果は 1~2 週間以内に現れ、大量飲酒者は急にアルコール制限を行うと有意の血圧上昇をきたすことがあるが、アルコール制限を継続すれば数日後には血圧は下がるとしています。高血圧治療ガイドラインでは、以上のことを踏まえて、エタノール換算で男性は 20~30ml、日（日本酒換算 1 合前後）、女性は 10~20ml、日以下にすべきであるとしています。

【スライド 16】

高血圧とアルコールについての参考文献をします。

アルコールと癌死亡

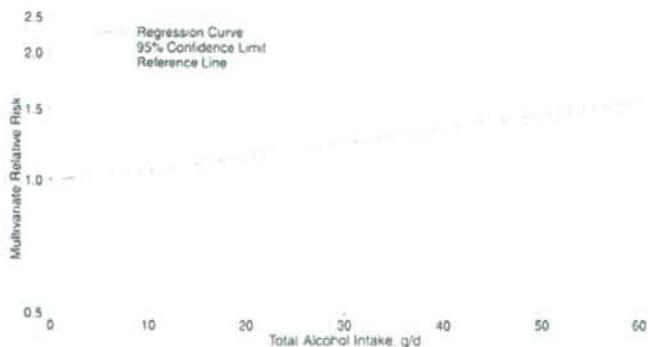
490,000人のコホート研究、9年間追跡、年齢30-104歳(平均56歳)、米国



Thun, MJ, Peto, R, Lopez, AD, et al. Alcohol consumption and mortality among middle-aged and elderly U.S. adults. N Engl J Med 1997; 337:1705. 論文中データから作成

アルコール摂取と乳がん

10g, 日の飲酒ごとに9%乳がんの発症リスクを高めるという結果



Smith-Warner, S. A. et al. JAMA 1998;279:535-540.

国外の6つの前向き研究のメタ分析結果: 322,647人の女性を追跡し、4335人が乳がんと診断。