論文番号　２１８

担　当

滋賀医科大学　福祉保健医学講座

題　名（原題／訳）

アルコール健康教育のコツ

執筆者

樋口 進、 久富暢子

掲載誌（番号又は発行年月日）

医学の歩み　Vol.193 No.8 2000. 5. 20 690-691

キーワード

アルコール教育、 エタノールパッチテスト

要　旨

アルコール関連問題は問題そのものが予防可能であることと、一度発症すると依存症をはじめとする対象疾患が治療困難であることなどから、その予防が重要である。また、予防すべき問題の種類は対象者によって異なるので、それに合わせて教育内容を考えなければならない。

すでに多くの子供たちが飲酒を始めており、一部の者はすでに習慣化している。しかし、医療に携わっている者として、この現実に迎合せず、未成年者にはまったく飲酒しないよう指導すべきである。保護者は子供達の飲酒問題を軽視していることも多い。まず彼らには、子供の現実を認識させ、ともに考えていくよう教育していく。職域や地域住民では、高血圧や肝障害など体の問題が話の中心となることが多い。それが結果的に依存症の予防にもつながる。

問題飲酒者の例としては職場の検診で高γ-GTP 値を示す者、ハイリスクグループの例としてはアルコール依存症の子供などがあげられる。いずれも教育がもっとも効果を上げることのできる集団であると考えられる。しかし、彼らに実際教育を行う場合、前者についてはアルコール問題について回るスティグマに、後者については彼らの受けてきた深い心の傷に十分注意する必要がある。

アルコール教育は「…・してはいけない」が多く、説教調になりがちである。しかし、受ける側は誰しもそのような話を好まない。調子を和らげ、教育の効果を上げるために、スクリーニングテスト、心理テスト、ワークシート、課題学習、討論、ロールプレイ、エタノールパッチテスト、スライド、ＯＨＰ，ビデオ、事例報告などが役に立つであろう。心理テストやエタノールパッチテストは教育の導入に使うと良い。課題学習や討論は学校でよく使われる。視聴覚教材や事例報告はうまく使うと効果が飛躍的に上がる。

一回のアルコール教育が受講者の飲酒行動や考え方にどのような影響があるのかを、神奈川県下の高校で調べたところ、単発の教育は飲酒に関する知識の向上や考え方の変化をもたらすが、飲酒行動の修正には至らなかった。行動の変化のためには継続的な教育が必要であると考えられる。

アルコール教育には、柔軟性をもって教育する、楽しく参加できるものであること、目標をあまり高くしないこと、の三点が重要であると考えている。