

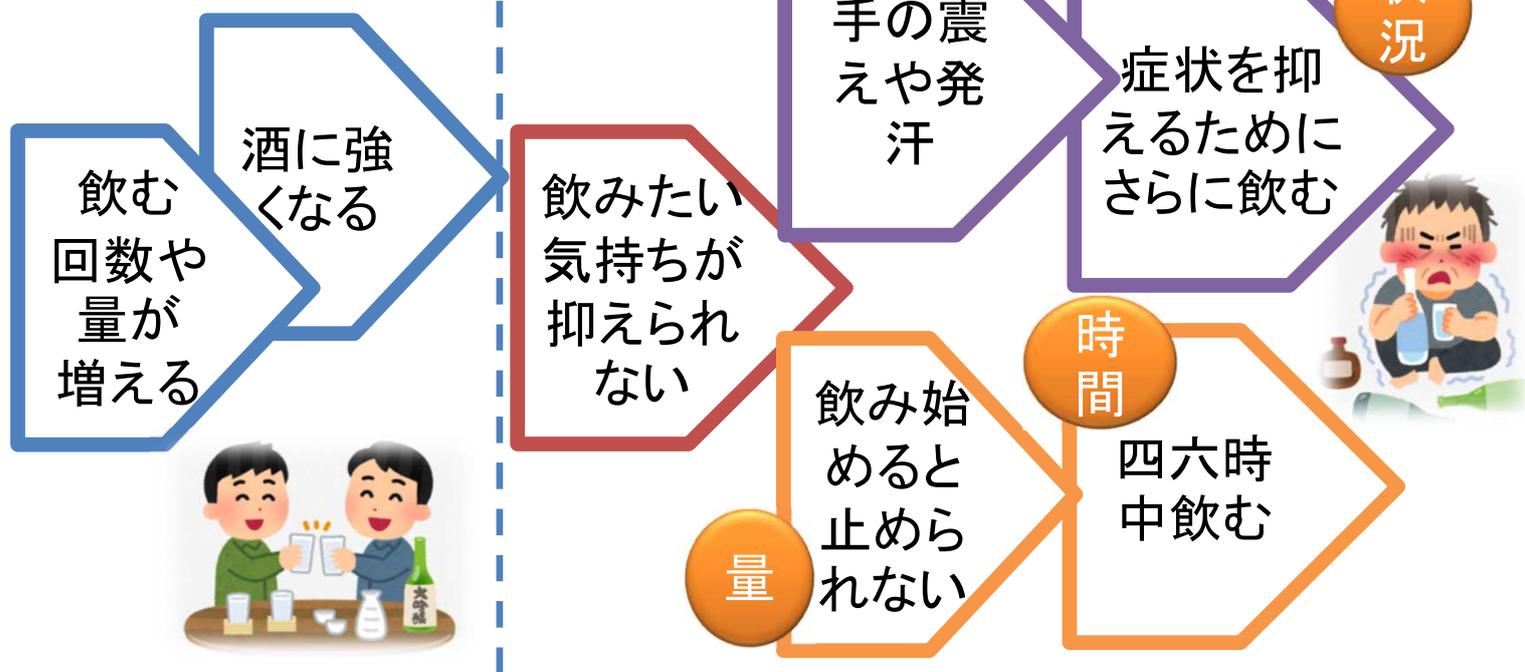
どこからがアルコール依存症？

—11月10日～11月16日はアルコール関連問題啓発週間です—

「お酒が好き」と「アルコール依存症」の境界線は明確にはありませんが、多くの場合は症状が進行するにつれて「お酒を飲む量・時間・状況」の3つを自分でコントロールすることが徐々に困難になります。

ここまではお酒が好き

ここからがアルコール依存症



こんな兆候が現れたら危険信号！

- ☹️ 飲み始めると止められなくなる
- ☹️ ストレスを感じるとお酒に頼ってしまう
- ☹️ お酒を飲んで、記憶をなくしたことがある

このような兆候が現れたら自分の意思では止められません。
早めに専門の医療機関などに相談しましょう！

アルコールによるさまざまなリスク



<心身への悪影響>

- ・肝機能障害
- ・がん
- ・肥満、高血圧、糖尿病
- ・脳や認知機能障害
- ・胃炎、すい炎



<社会的な影響>

- ・深酒をして仕事に遅刻したり欠勤したりする
- ・事故や事件を起こしやすい
- ・うつ病と合併すると自殺の危険性がある

★過剰な摂取は、さまざまな弊害を生じさせる危険があります。

★アルコール依存症は回復できる病気です★

アルコール依存症は意思が弱いためお酒をやめられないのではなく、脳の機能が弱っている状態です。病気なので自分の意思ではもうやめられません。回復のためには人の助けが必要です。方法については専門機関に相談してください。

「もしかして？」と思ったら迷わず相談を！



相談窓口

機関名	相談受付時間	対応地域	電話番号
大津市保健所	平日9:00-17:00	大津市	077-522-6766
草津保健所	平日9:00-16:00	草津市・守山市 栗東市・野洲市	077-562-3534
甲賀保健所	平日9:00-16:00	甲賀市・湖南市	0748-63-6148
東近江保健所	平日9:00-16:00	近江八幡市・東近江市 日野町・竜王町	0748-22-1300
彦根保健所	平日9:00-16:00	彦根市・愛荘町・豊郷町 甲良町・多賀町	0749-21-0281
長浜保健所	平日9:00-16:00	長浜市・米原市	0749-65-6610
高島保健所	平日9:00-16:00	高島市	0740-22-2419
滋賀県立精神保健福祉センター	平日9:00-16:00	県内全域	077-567-5010
滋賀県断酒同友会		県内全域	0748-72-3792

アクションセミナーのご案内

奇数月の第3火曜日に精神保健福祉センター主催のアルコール依存症などに関する講義がオンラインで開催されています。ご自宅でオンライン環境がない場合などは、長浜保健所でも受講していただけます。講師に直接質問することもできます。

詳しくはQRコードから
ご確認ください>>

