

第10回ギャンブル等依存症対策推進関係者会議
2022年6月16日

依存症治療の進展

国立病院機構久里浜医療センター
松下 幸生

治療目標

断ギャンブル？

節ギャンブル？

ギャンブル障害から回復するには

- **ギャンブルを止めることが最も安全**
- **依存に共通した症状（再発）のため、再度ギャンブルを始めれば元のギャンブルに戻るからである**



しかし、ギャンブルを止める気がないことを理由に治療対象としない、再度ギャンブルを始めたことを責めることは援助者として慎むべき

依存の治療には『動機づけ』が重要

- 自分では問題に気づきにくい
- 周囲からコントロールしようとしても難しい
- 自分の意思で行動を変えていくように援助

診断基準該当率

	DSM-5ギャンブル障害診断基準	該当率 (%)
1	興奮を得たいがために、賭け金の額を増やして賭博をする欲求	80.2
2	賭博をするのを制限する、減らす、または中止するなどの努力を繰り返し成功しなかったことがある	89.1
3	賭博をするのを中断したり、または中止したりすると落ち着かなくなる、またはいらだつ	43.1
4	しばしば賭博に心を奪われている	84.7
5	苦痛の気分の時に、賭博をすることが多い	48.0
6	賭博で金をすった後、別の日にそれを取り戻しに帰ってくる人が多い	91.1
7	賭博へののめり込みを隠すために嘘をつく	96.5
8	賭博のために、重要な人間関係、仕事、教育、または職業上の機会を危険にさらし、または失ったことがある	63.4
9	賭博によって引き起こされた絶望的な経済状況をのがれるために、他人に金を出してくれるよう頼む	89.6



ギャンブル依存にみられる認知の偏り（１）

- **自分にはギャンブルで勝つ能力があると思い込む**
- **迷信**
 - お守りなどを持っていると勝つ確率が増える
 - ある行動や儀式が勝つ確率を増やす（例：特定のスロットマシンを使うなど）
- **解釈の偏り**
 - “**ギャンブラーの錯誤**” 負けが続いている状況を勝ちが近いと解釈する（“このマシンに全く当たりが出てないので大当りは近い。もし十分に長くプレイすれば勝てるだろう”）
 - 負けを取り返す唯一の方法はギャンブルを続けることと信じる

ギャンブル依存にみられる認知の偏り（２）

- **選択的記憶**

選択的に（特に大勝）勝ったことを思い出し、負けを思い出すことが困難なこと

- **予測スキル**

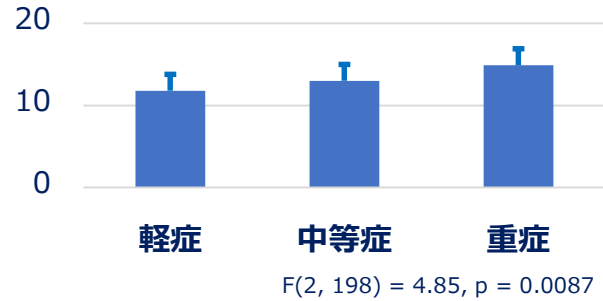
ギャンブルについて主観的に意味のある手がかりに基づいて決める。手掛かりには内的なもの（身体感覚、直観など）、外的なもの（前兆、気象現象、偶然の出来事など）、他のギャンブラーの行動がある

- **運をコントロールできるという錯覚**

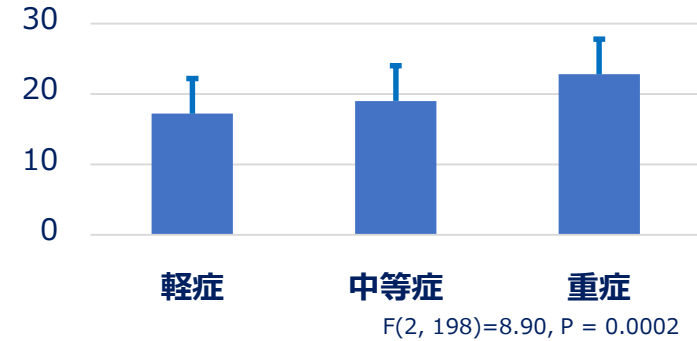
特定の場所でギャンブルをする、まじないを行うなどの方法でギャンブルの結果をコントロールできると信じる

GRCS（ギャンブル認知）と重症度

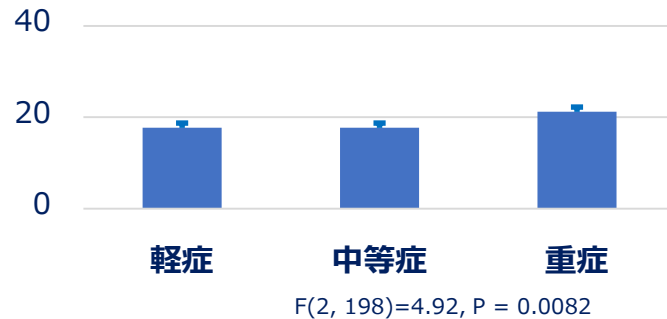
ギャンブルに対する期待



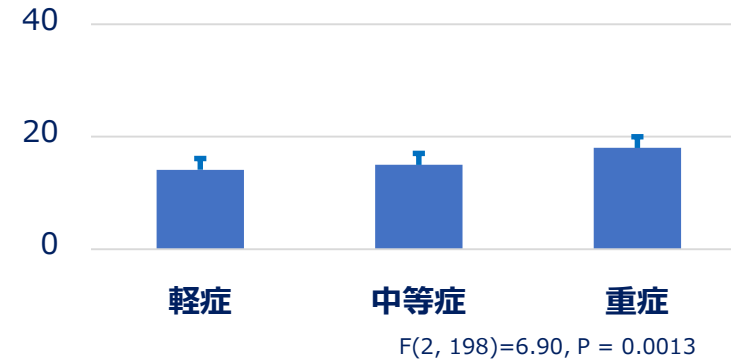
ギャンブルを断つことの放棄



誤った統計的予測

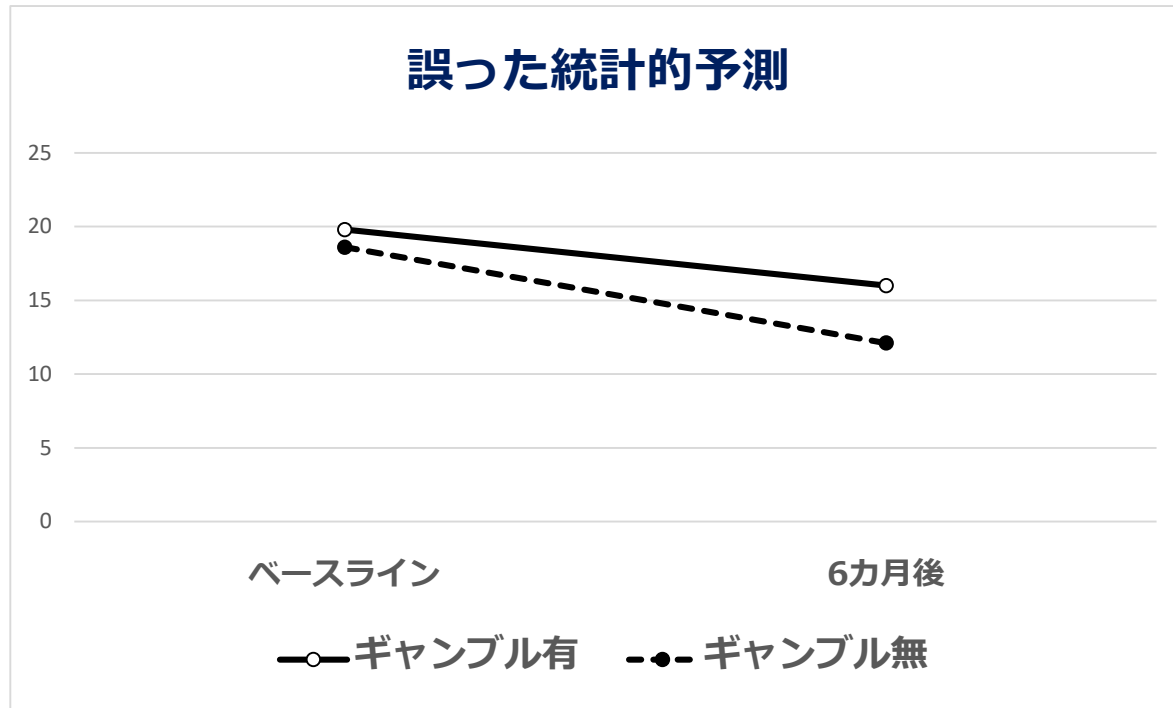


偏った解釈

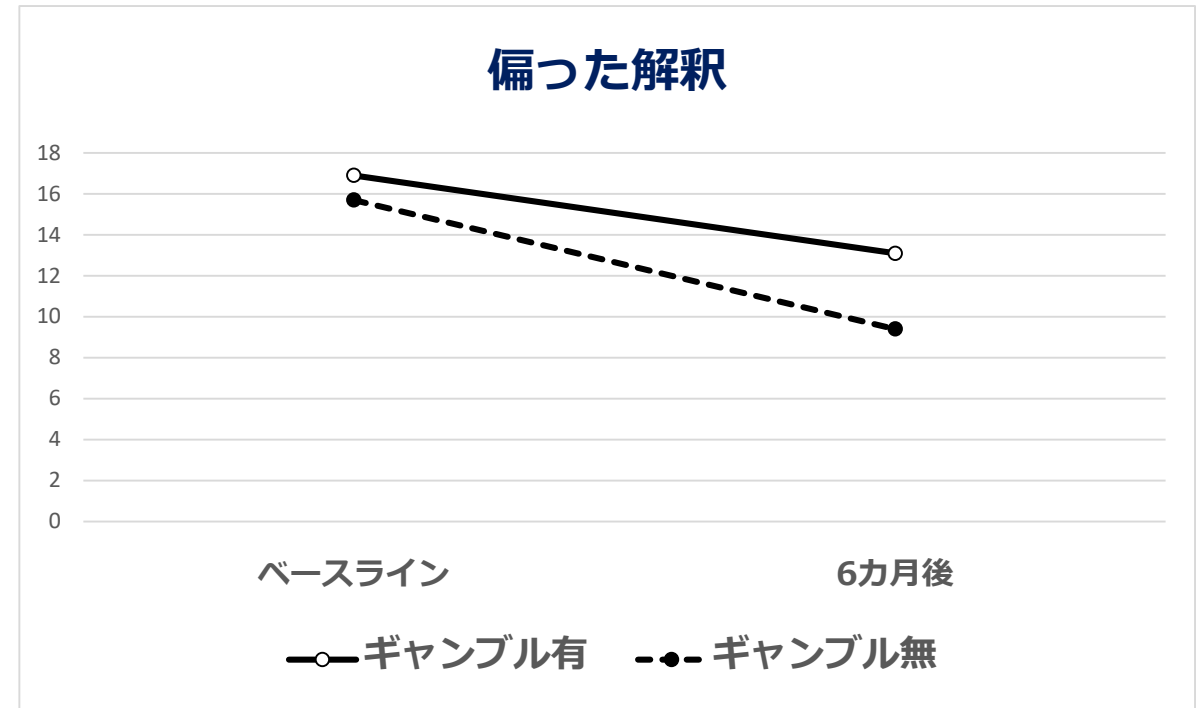


GRCS点数の変化

～ギャンブルの有無による比較～



$p < 0.05$



$p < 0.05$



ギャンブル依存の認知行動療法

- **行動療法**は、ギャンブル依存を学習した強化パターンとみなし、機能的関係の修正に焦点を当てる。すなわち、逃避的行動を減らす、ハイリスク状況への曝露、認知の歪みの検証、様々な場面でのスキルの習得（自己主張、問題解決、リラクゼーション）
- **認知療法モデル**は、ギャンブルに関連した認知の歪みの修正を目的とし、特に①勝つ可能性の過大評価、②ギャンブルの結果をコントロールできるという幻想的解釈、③負けが続けば勝つという思い込み、④勝ったことはよく覚えているという選択的記憶などの修正に焦点を当てる

標準的治療 プログラム

テキストご希望の方は
日本アルコール関連問題学会事務局まで
メールでお申し込みください。
arukanren@alpha.ocn.ne.jp

送料はご負担いただきますが、テキスト
は無料でお送りいたします。
できましたら10部単位でお申込みいた
だけますと幸いです。

標準的治療 プログラム

Standardized Treatment Program for Gambling Disorder (STEP-G)

日本医療研究開発機構 (AMED)

「ギャンブル障害の疫学研究、生物学的評価、医療・福祉・社会的支援のありかたについての研究」班

目次

-
- 第1回 あなたにとってギャンブルとは？
 - 第2回 ギャンブルの「引き金」について
 - 第3回 引き金への対処とギャンブルへの渴望
 - 第4回 生活の再建・代替行動（ギャンブルの代わりになる活動）
 - 第5回 考え方のクセ
 - 第6回 まとめ
-

第1回 あなたにとってのギャンブルとは？

1 セッションのはじめに

初目であるこのセッションでは、ギャンブル障害がどのようなものなのかを知って、これまでギャンブルがあなたの生活にどのように影響を及ぼしてきたかについて振り返ってみましょう。そのまえに、あなたがこれからどうなりたいか、ギャンブルの問題をどうしたいかについて考えてみます。

いま、あなたは自分のギャンブルをどうしたいと思っているでしょうか。治療を続ける中で、目標が明確であれば、改善していく可能性が高まります。あなたの目標をできるだけ具体的に書いてください。

わたしは、

あなたが、上記目標を立て、自身のギャンブル行為を変えたいと思っているその理由を重要な順に3つ挙げてみてください。

-
-
-

1

をしてい
うでした
ンブルを



をつけてみ

し障害が

えてみる
かや感情、
ンブル
ような影
し、全く

められ
報酬系」
などは、
強く反応

なことが
話のあっ

れ感にな
しだけで

ことがあ
感じるこ

台)を見
い)とい



3

前になって
じ始めてい
らくギャン
ていること
「デメリッ
をする」デ
「①ギャン
われないよ

たちはデメ
ですが、い
トが長期的
がちです。



りする名刺
「メリッ

を見てみる
どを振り返
をつけて、
これから

日	月	日

9

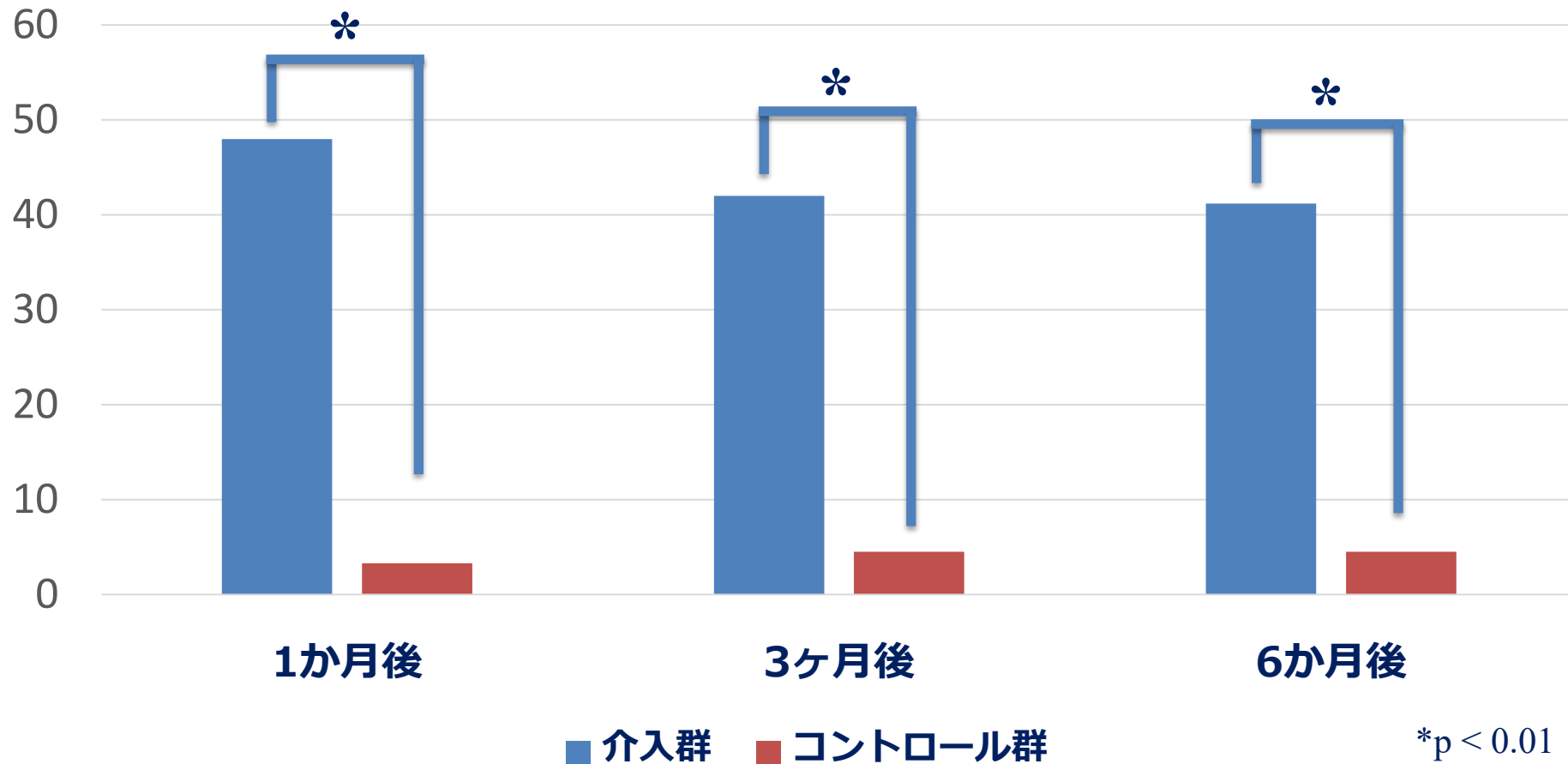
参加者の背景 (N=187)

項目	介入群 (n=95)	コントロール群 (n=92)
平均年齢	41.3	44.5
男性の割合 (%)	79.0	81.5
既婚者 (%)	59.0	65.2
教育 >12年 (%)	54.7	45.7
就労 (%)	84.4	92.3
平均年収 (万円)	410	440
生涯借金、平均 (万円)	570	310
ギャンブル開始年齢、平均 (歳)	19.3	20.7
ギャンブル問題開始年齢、平均 (歳)	24.2	27.3 *
DSM-5の合致項目数、平均	6.6	6.2

* P value <0.05

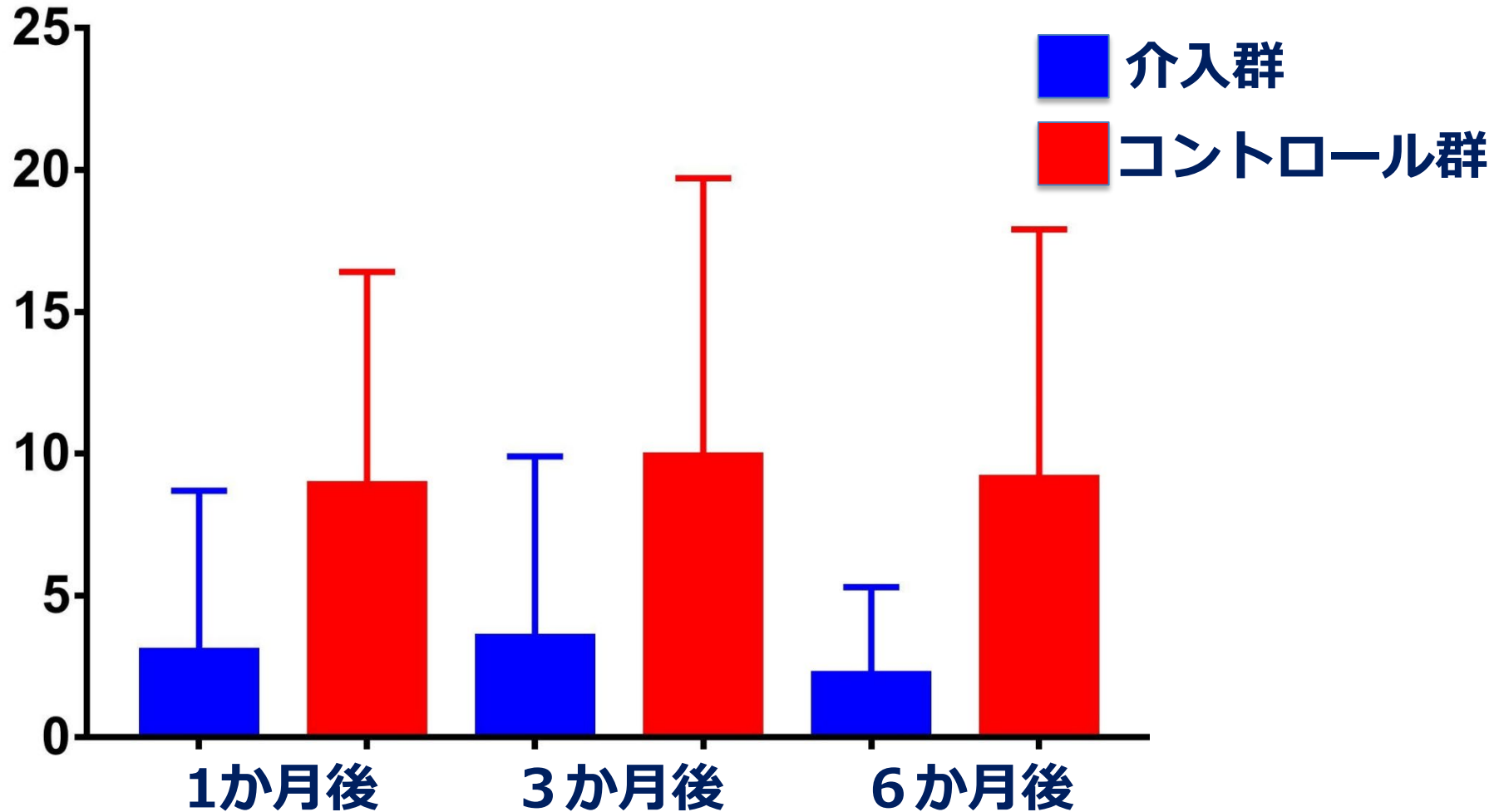
RCTの結果（予備解析）

調査前 1 カ月間にギャンブルを止めていた割合（%）

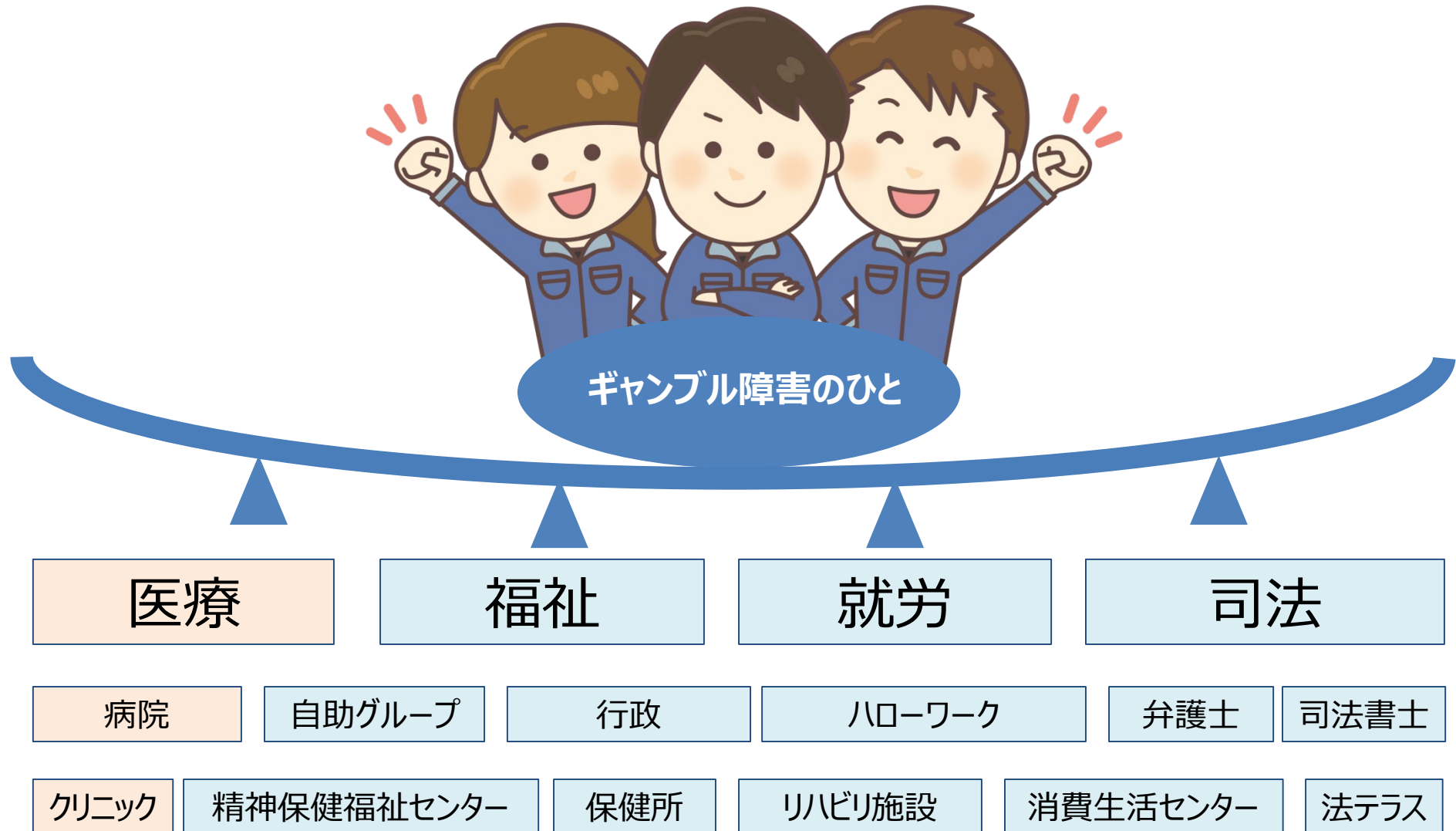


RCTの結果（予備解析）

調査前 1 カ月間にギャンブルをした回数



ギャンブル障害のひとに対する支援



ギャンブラーズ・アノニマス (GA)

- 1957年にロサンゼルスで始まる
- 世界55か国で活動
- 12のステップ、12の伝統プログラムを実践
- ギャンブルに無力でギャンブルを断つことを認める

家族支援について

目標と目的

- 当面は本人が受診すること
- 家族の金銭的被害を止める
- 家族を精神的にサポートする
- 家族も依存症を理解する

家族がすべきこととすべきではないこと

すべきこと	すべきではないこと
家族が支援を受ける (医療機関、自助グループなど)	叱責、説教、取引
家族の財産を管理する	問い詰める
家庭内窃盗を防止する	監視する
本人に伝える	ギャンブルを止めるよう強制する
お金は出さないこと	借金の肩代わりをする
治療には協力すること	無理やり金銭管理する
自分の生活に集中する	自分の生活を本人に合わせて変える

コミュニケーションを変える

	悪い例	望ましい言い方
借金を断る	いったい何度お金を出せば気が済むんだ！	本当に困っているようだけど、もうお金をあなたに貸したり立て替えたりすることは良くないとわかりました。だから、お金はもう出せません。
肯定的に話す	あなたギャンブルを止めなかったら、もううちは破産よ！そうなってもいいの？	あなたがギャンブルを止める努力をしてくれたら、お金の心配がなくなって安心できると思う。
具体的に言う	相談に行くと言って、ちっとも行かないじゃない。一体いつになったら行くつもり？	来週の月曜日、一緒に相談に行かない？
相談を勧める	今度の借金だって、どうせパチンコでしょ。一体いつになったらやめてくれるの？	借金のことはショックだけど、言ってくれてよかった。相談にいきましょう。
望ましい行動を強化する	隠れてお金をごまかしたりしてないでしょうね？	約束通り金銭管理を続けてくれているので、安心して過ごせる。それがうれしい。

**肯定的コミュニケーション
とお金を出さない行動**

この両立が決め手

