

【ポスター発表】

プレアルコホリック間自己報告に基づくハーム・リダクションと そのフェイディング

—利用者意向に基づく低侵襲的介入と援助方略帰結の検討—

○ NPO 法人だいち・国際医療福祉大学 渡辺 修宏 (6034)

中西 正人 (国際医療福祉大学・8479)

キーワード3つ: ハーム・リダクション, プレアルコホリック, フェイディング

1. 研究目的

アルコール使用障害または依存症に近い状態、すなわち、「何らかのアルコール関連の問題を有し」、「連続飲酒をしたことがなく」、「離脱症状を経験したことがない」者は、プレアルコホリック（依存症者ハイリスク飲酒者）に該当する。現在、このプレアルコホリックは我が国に1000万人以上いると指摘されており（斉藤，2020）、近年、プレアルコホリックへの効果的な介入方法の研究が進められている。特に、即時的な断酒を目指すのではなく飲酒量の低減を図る手法、いわゆる Harm reduction（以下、ハーム・リダクション）と呼ばれる援助が注目されている。

プレアルコホリックの多くは積極的には受診せず、しかるべき援助機関（病院や施設等）ないし援助者につながりにくい。そのため、プレアルコホリックが「気軽に」に援助者にアクセスでき、また、彼らが「手軽に」援助過程に参加できるための手続きについて検討する必要があるといえる。そこで本研究は、プレアルコホリック同士の援助展開とその援助効果に着目し、彼らの日毎の飲酒量の報告がもたらす飲酒頻度、飲酒種類、飲酒量への効果を検討した。なお、そのような本人らの意向に基づく低侵襲的介入となった援助の帰結を企図したかわり（以下、フェイディング）として、月毎非飲酒日数の報告を彼らに求めたので、その結果についても検討した。

2. 研究の視点および方法

参加者は、飲酒問題を抱える40代の男性、xとyの2名であった。連続飲酒が半年以上続いていたxとyの月毎の平均飲酒量（1日あたり）は、xがおおよそ1400ml、yがおおよそ1750mlであり、WHOが作成したAUDITによるとxは20点、yは23点であった。よって彼らをプレアルコホリックとみなした。介入は、SNS又は口頭による毎日の飲酒量の、彼ら自身による報告であった。また、その報告は「研究者と参加者xまたはy間」だけではなく、「参加者間」でも、すなわちxとyがお互いに、当日ないし翌日中に、日毎の飲酒量を報告しあった。従って、「自己報告」と「報告相手からの報告」の2つがパッケージ化された（介入1）。介入1の途中から参加者の意向により、研究者との協議のもと、非飲酒日を報告する「休肝日報告」をつけ足した（介入2）。さらにxにおいては、「酒（以下、缶でないしコップ）を飲む間隔があきそうになったら、缶でないしコップを冷蔵庫にその都度戻す」、yにおいては「缶でないしコップを空にして新しい飲酒を始めるどこかのタイミングに

において、1日1本のノンアルコールビールを飲む」という条件をつけ加えた（介入3）。従属変数は、彼らの「報告の有無」と、その報告内容である「飲酒の有無および飲酒量、飲酒の種類」、そして、彼らの「飲酒に対する不安」であった。なお、研究デザインは ABCD デザインであり、20XX年4月から翌々年7月までの約2年4ヶ月間に研究は実施され、その後、フェイディングとして、月毎に非飲酒日数（月内休肝日数）の報告を求めた。

3. 倫理的配慮

x と y に対し、本研究の目的と手続きについて口頭及び文書で説明するとともに、参加・実施の同意を得た。また、彼らに対していつでも研究参加を辞退することができることも伝えた。なお、本研究は、日本社会福祉学会研究倫理規程を遵守して行われた。

4. 研究結果

介入の結果、個体差はあるものの x と y の両名において月毎平均飲酒量は低下し、月毎休肝日率（非飲酒日の割合）は上昇した。伴って、介入前の彼らの月毎平均飲酒量を越える月毎飲酒日率の低下がみられた。

介入1開始後、介入前の彼らの月毎平均飲酒量を越える月毎飲酒日率は、X は3%以下に、Y は10%以下に低下し、介入2および3においても低減および維持がみられた。なお、彼らの飲酒報告の遂行率は、介入1期において x は100%であったが、y は97-100%で推移し、6ヶ月目に55%に低下した。但し、介入2以降、両名とも高い遂行率を維持した。そして彼らの飲酒に対する「不安」は、両名とも介入前より低減した。

介入を開始して半年後（介入2開始直前）の AUDIT によると、x は20点から15点に、y は23点から16点に、介入3開始直前におけるそれは x が14点に、y は15点に低下した。また両名とも、介入前よりアルコール度数が低いものを飲酒するようになった。さらに、x と y の希望により介入を終了させ、その後、フェイディングとして月毎に求めた非飲酒日数（月内休肝日数）をみると、両名において飲酒低減効果の増大または維持がみられた。

5. 考察

本研究の結果、「自己報告」と「報告相手からの報告」のパッケージを基本とする介入によって、x と y の両名における飲酒習慣に一定の改善が図れた（ハーム・リダクション）。このような結果に至った理由として、本研究の手続きがいわゆる自助グループや当事者団体への参加と同じような、もしくはそれ以上の作用をもたらしたからと考える。すなわちピアサポート効果である。また、彼らの意向をもとに考案したこのような非侵襲性介入を経た後の月毎報告の結果から、彼らの飲酒改善の維持およびさらなる低減効果がみられたことから、利用者意向に基づく非侵襲性介入は、彼ら自身による彼ら自身への援助の形成をもたらした可能性が考えられる。それは、セルフヘルプというよりむしろ、よりよい生活習慣形成といったほうが適切なのかも知れない。なお、本研究で取り扱ったデータは全て参加者による報告に基づいているので、その信頼性には疑義が残る。