

被災者の心悲鳴

広がるうつ・アルコール依存 地域での支援必要

被災地では、うつやアルコール依存の予防への取り組みも始まっている。

久里浜アルコール症センターでは、避難所で「健康教室」を開くなど、住民も保健師、医療関係者らに

アルコ依存への関心と知識を高めてもらう活動を続けている。松下幸生副院長は、うつやアルコール依存の最大の要因は孤独だと指摘する。「地域のコミュニティが残る被災地では、互いに支え合うことが支障につながる」と話す。精神科専門病院としての実績を持つ東北会病院(仙台市)の石川

達院長によると、被災者が避難所から仮設住宅などに移って一層、うつやアルコール依存の危険が高まっているという。「保健師が長期間同じ人の悩みを聞き続けていく体制が必要だが、被災地では保健師が足りない。周囲で気になる人がいたら早めに受診を勧めてほしい」と訴えている。

東日本大震災の被災者に、うつやアルコール依存が広がっている。家族や家を失った喪失感や先の見えない暮らしへの不安、避難所や仮設住宅の生活でのストレスが原因だ。専門家は、「コミュニティや地域社会によるケアの必要性を訴えている」。

「生きてるのがやだなあ」

家に戻れず悲観

「死んだ方がいいのかも。生まれてからずっと(同じ)町に住んでいた。そして死にたい」。東京電力福島第一原発から約25キロの緊急時避難準備区域にある福島県広野町から同県いわき市のホテルに避難した女性(86)がつぶやいた。

5年前に夫を病気で亡くした。30年以上住んだ家に戻れる見込みはない。避難後、眠れなくなつて睡眠薬を処方されているが、最

近は効かなくなり、1時間ごとを目覚め。1日1回は「生きてるのがやだなあ」と思うと言

宮城県気仙沼市の元甲板長の男性(88)も追い詰められている。津波から逃げる際、渡った直後の橋が落ち、後ろにいた若い女性が波にのまれたのを見た。その女性や、津波で命を落とした同僚たちが夢に出てくるという。「1つに

い」と呼ばれる夢を見る。恐ろしくて眠れない。男性は避難所でよく夜に叫ぶ。他の避難者から「いい加減にしてほしい」と言われるという。

福島県会津若松市などの避難所を7月まで巡回していた京都府の「心のケアチーム」は262人を診察した。このうち震災が原因とみられる反応性うつと診断された患者は51人(19.6%)だった。

いわき市の精神科・心療



内科専門の新田目病院では新規患者が2割増えた。うつは自殺の要因にもなる。同県内の5、6月の自殺者の人数は計118人と昨年の1.2倍だった。

「朝8時40分からコップ2杯」

仕事なく酒量増

アルコール依存症患者も目立ち始めている。

「今日、お酒は何時ごろから飲み始めましたか」「朝8時40分ぐらいか

ら。コップ2杯だ」

7月中旬、久里浜アルコール症センター(神奈川県)の「心のケアチーム」が、岩手県大船渡市の仮設

専門家訴える予防

遺影や家族の写真に囲まれた仮設住宅で朝から焼酎を飲む男性。入院は「絶対に嫌だ」という岩手県大船渡市、岡崎写す(画像は一部加工しています)

は、妻の遺影や離れて暮らす子どもの写真が並ぶ。男性のそばには、2・7リットルの焼酎の瓶が置かれていた。元とび職。若いころから仕事が終わると飲んでいた。震災後は、がれき除去の仕事が入らない限り、やることがない。集落の仲間を訪ねては、朝から飲む日が続く。

別の仮設住宅でも、一人暮らしの男性(67)が酒を飲みながら待っていた。マグロ漁船に乗っていたが、11年前に足を痛め、仕事を失った。「酒をやめたら、何が

楽しみなんだ」

同チームの真柴里仁(ましばしりひと)精神科医長によると、継続訪問している20人中、8人がアルコール依存問題を抱えているという。「朝から飲む人は入院が必要なので、定期的に見守ること、少しでも抑止力につながれば」と話す。

(青木美希、岡崎明子)