

# 依存症とは？

はじめは軽い気持ちで始めたつもりでも、気が付くとやめることができなくなり、自分自身の生活が送れなくなったり、自分ではコントロール出来ない状態になるのが「依存症」です。

原因として、脳が同じ刺激を受け続けた結果の症状であり、適切な治療により、回復できる病気なのです。



## 回復のために！

- 依存症は病気です
- 専門的な治療が必要です
- 治療には病院受診や自助グループへの参加が効果的です。
- 本人が相談・受診しない場合には、まず、家族だけでも相談に行きましょう。

# 依存症はなぜ怖いのか？

放っておくと

生活がメチャメチャになる

自分の身体をこわす

借金が増え経済的に破綻する

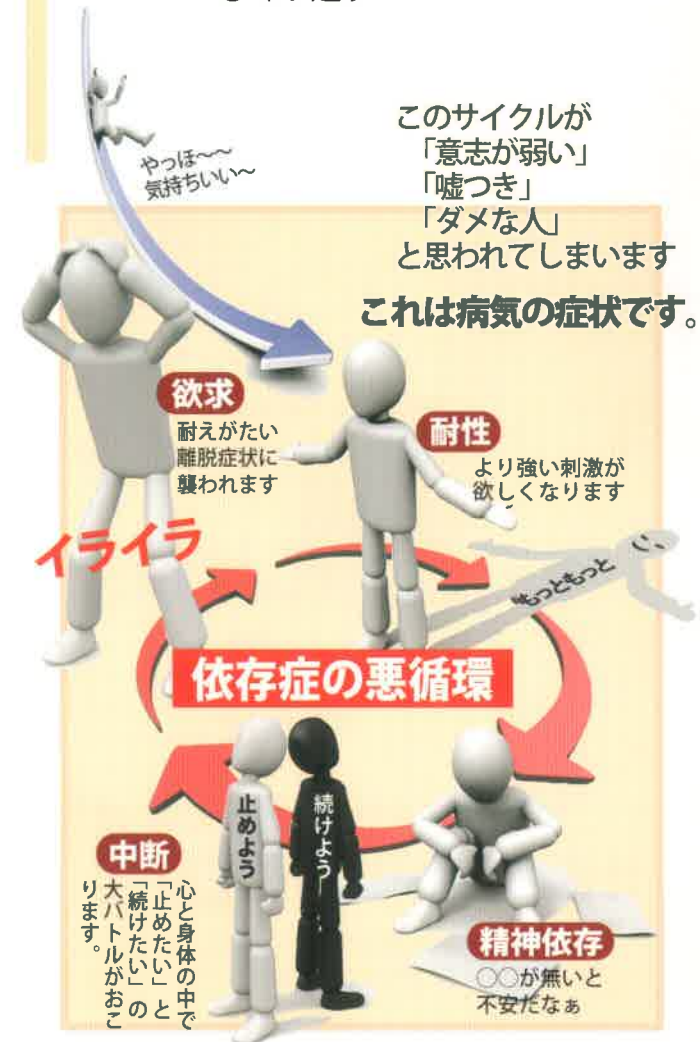
犯罪につながる

生命にかかわる

家族や他人も巻き込みます

# 依存症になるとこんな行動がみられます！

- より強い刺激を求める
- いつも頭から離れない
- やめようとしてもやめられない
- くり返す



困っていませんか？



- ・アルコール
- ・薬物
- ・ギャンブルで



※保健師による相談を随時実施しています。

**北海道北見保健所** 健康推進課  
健康支援係

〒090-8518 北見市青葉町6番6号  
☎0157-24-4171 (代)

もしかしたら

# 病気 (依存症)かも?

病気だったら良くなるかも!

依存症は本人の意志・性格の問題ではありません

お気軽に **ご相談ください**

相談機関

依存症

(アルコール・薬物・ギャンブル)など

- 北見市保健福祉部 健康推進課  
☎0157-23-8101
- 美幌町保健福祉グループ  
こころの相談  
☎0152-73-5755
- 津別町保健福祉課  
☎0152-76-2151
- 訓子府町福祉保健課  
☎0157-47-5555
- 置戸町地域福祉センター  
☎0157-52-3333

北見保健所では「こころの健康相談」を  
毎月1回精神科医により行っています。

- 相談日/月1回(要予約)
- 場所/北見保健所  
☎0157-24-4171



アルコールや薬物、ギャンブルなどの依存症からの回復には、同じ体験をした当事者(本人や家族)が集まり、お互いの体験を安心して語る事ができるグループへの参加が効果的です。

当事者により運営されているグループを自助グループと呼んでいます。

アルコール (北見)

## ■北見断酒会

代表 森本 篤司  
☎: 0157-22-7464  
携帯: 090-5073-1757

ギャンブル (北見)

## ■GAオホーツク 北見グループ

代表 ヤス  
携帯: 090-6444-2456



大勢の人が回復しています

薬物 (十勝)

## ■とかちダルク

しゅくわ たつひで  
代表 宿輪 龍英  
☎: 0155-67-0911

## 依存症 治療医療機関

- ・北見赤十字病院 ☎0157-24-3115

## 依存症 相談医療機関

- ・医療法人社団拓美会  
玉越病院 ☎0157-24-3323
- ・医療法人社団潤清会  
端野病院 ☎0157-56-3151