

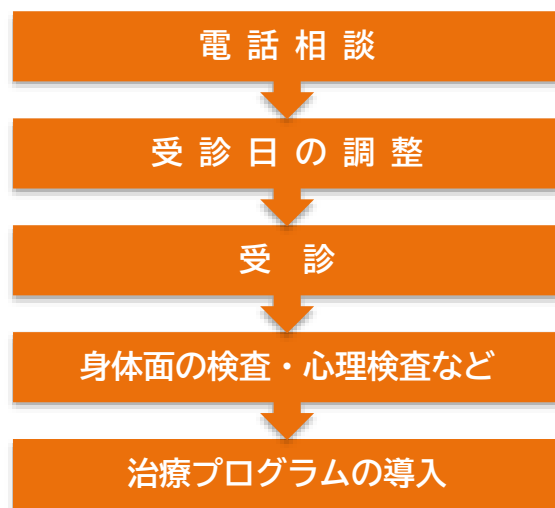
○ こんなお悩みはありませんか？

「お酒を控えるように言われた……」
「健康診断の結果が気になって……」
「ストレスでつい飲みすぎてしまう……」
「これ以上、お酒で後悔したくない……」

「お酒を減らすことができれば、もっと健康で前向きな暮らしができるのかな？」
「お酒のない生活は想像できないけど、このままではいけない気がする」

⇒ 皆さんのお悩みや変わりたい気持ちを、チーム一丸となってサポートいたします。より豊かな生活や人生を送るために何ができるか、一緒に考えていきましょう。

○ 治療の流れ



まずはお気軽にご相談ください。

プログラムの詳細はこちら

○ 外来減酒支援プログラム

「いきなりお酒をやめるのはハードルが高い」
「まずはお酒とうまく付き合う方法を知りたい」
「お酒の習慣を見直して、将来の健康や生活の困りごとを予防したい」

⇒ 外来では、お酒とうまく付き合うことを目的とした短期プログラムを行っています。

・面談（2～4週間おき、計3回）

診察後、担当心理士と5～15分の面談を行います。現在の飲酒習慣などについてワークブックを使って振り返り、ご自身のペースに合った目標を探していきます。

・飲酒日記

次の面談までの間に飲酒した日や量、習慣を変えるためにやってみた工夫など無理のない範囲での記録をお願いしています。

・プログラム後のフォロー

定期的な通院の中で、最近の生活の様子やお困りごとについてご相談いただけます。また、お酒に関する知識を学びたい方には、役立つWebツールや資料をご紹介します。

※ 希望される場合には、断酒のためのワークブックに取り組んでいただくことも可能です。回数等が変更になりますので、一度ご相談ください。



○ 入院治療プログラム

「お酒をやめるためのプログラムを受けたい」
「生活や体の状態をリセットして立て直したい」
「お酒と心身の健康・仕事・人間関係の困りごとについて、じっくり考えたい」

⇒ 当院の入院治療では、断酒を目標とした治療プログラム（3か月）を実施しています。

I 期： 身体的治療（約1か月）

長く大量の飲酒を続けると、お体の不調が生じている方が少なくありません。血液検査などでお体の状態をチェックし、不調の改善を図ります。

II 期： アルコール治療プログラム（約2か月）

8週間のプログラムを通して、これまでの生活を振り返り、お酒のない人生についてスタッフや他の患者様と共に考えていきます。

月	運動療法	身体機能の回復や、お酒以外の楽しみ・ストレス発散法の発掘を目指します。
火・木	学習会	お酒や依存症に関する知識を学び、対処法を考えます。
金	断酒ミーティング	お酒に対する考えや、退院後の生活について話し合います。
	栄養指導	食事や栄養の大切さ、健康的な食生活について、実践を交えて考えていきます。

※内容は変更となる場合があります。

○ 家族相談について

「体を壊しそうな飲み方が心配で……」
「お酒のことで衝突してしまいます……」
「本人のことで、家族も困っています…

⇒ ご本人が受診を希望していない場合でも、ご家族だけで悩まず、一度ご相談ください。お話をうかがいながら、問題解決の方法を一緒に考えさせていただきます。

○ Q&A

Q. 費用はどのくらいかかりますか？

A. 各市町の医療費補助制度があります。
当院にお気軽にお問い合わせ下さい。

Q. 周囲の人に知られたくないのですが……

A. ご相談いただいた内容を、許可なく外部に伝えることはありません。
共有が必要な場合には、事前に確認させていただきます。安心してご相談ください。

Q. 強制的にお酒をやめさせられるのでは？

A. お酒や生活に関する目標は、最終的には
ご自身に決めていただきます。

状況によっては断酒を提案する場合がありますが、強制することはありません。
納得できる方法で、今後のご自身にとって
ベストな道を一緒に探していきましょう。

Q. お酒を減らせる自信がありません……

A. 迷うことは、変化の第一歩です。

一人でお酒の問題や生活習慣を変えていくのは難しい場合もあるかと思います。多職種チームがサポートしますので、現状のふり返しから始めていきましょう。



お問い合わせ

〒729-2361 三原市小泉町 4245 番地
TEL (0848)66-3355
担当:地域医療連携科

ケ ア シ ス ト

K-ASSIST

アルコール治療
包括プログラムのご案内

お酒との付き合い方、
見直してみませんか？



医療法人 仁康会 KOIZUMI HOSPITAL 小泉病院