

愛知県 精神医療センター ニュース



DPAT



認定看護師+CERTIFIED NURSE

TALK の原則で自殺予防 ~“死にたい”という SOS に、どう応えるか?~

[シリーズ] 教えて先生『ゲーム依存症』

INFORMATION

CONTENTS

愛知県精神医療センター広報誌

2020.02
Vol.07

シリーズ
教えて先生!? 5
5

ゲーム依存症

日本では2008年にiPhoneの販売が開始されて以降スマートフォンのシェアが急速に拡大し、現在では日本人のおよそ95%近くが携帯電話にはスマートフォンを利用し生活に欠かせないものとなっている。現代の子供たちは小さな頃からスマートフォンに慣れ親しんだ環境により、総務省統計では小学生のスマホ所持率は約45%、中校生では約70%にのぼるとのことである。

こうした状況下で現在問題となっているのが、スマートフォンにおけるゲーム依存である。特にオンラインゲームの盛んなアジア地域にゲーム依存症が集中していると言われ、とりわけ中国や韓国では社会問題化しており、近年ここ日本でも同様の傾向が見られている。

オンラインゲームの多くは最終的なゴール（クリアする）がなく、ゲーム内での地位を高めていくことなどで達成感や満足感を得るために、他者よりも多くの時間を費やすなくてはならない。終わりもなくやめるタイミングも難しいため、食事や入浴、睡眠といった生活に欠かせないことも二の次となってしまう。こうした背景から、WHOが2018年6月18日に公表したICD-11（国際疾病分類 第11版）では、「物質使用症（障害）群または嗜癖行動症（障害）群」および「衝動制御症候群」のカテゴリーにおいてゲーム症（障害）が採用され、ゲーム依存が一つの精神疾患として捉えられるようになった。ここで言うゲームとは、デジタルゲームまたはビデオゲームを指し、インターネットを使用したゲームも含まれている。

久里浜医療センターの樋口医師によると、私たち



安 成根 医師

【好きな食べ物】ぶどう

【マイブーム】猫

の行動は本能を司る大脳辺縁系と理性を司る前頭前野によってコントロールされており、通常は前頭前野が優勢な状態で平衡が保たれているのだが、依存状態にある脳は大脳辺縁系が優位な状態となっており、欲求や行動を自らの意志でコントロールできなくなってしまうとのことである。前頭前野は乳幼児期から8歳ころまで年齢とともに緩やかに増大し、8歳から15歳の思春期前後で急速に増大する。この期間は特に脳が脆弱であるため、スマートフォンゲームの影響を受けやすく、前頭前野機能低下により依存を形成しやすいと考えられる。

学校へのスマートフォン持ち込みを許可する自治体も現れているが、治療的観点からみると強制的であるがスマートフォンから離れる時間を作るということは必要である。また、そもそもスマートフォンを所持する当時の段階において使用する時間をあらかじめ設定する等の対策を講じておく必要があるのではないかだろうか。今後、当院外来においてもこうしたゲーム依存の患者が増加する可能性もあり対応を検討していく。

INFORMATION



病院内には売店や院内カフェが併設されています。院内カフェは就労支援の場として、就労継続支援A型の作業所が運営しており、パスタや唐揚げ弁当が美味しいと評判です。天井に配置された県産木材が印象的なこのカフェスペースでは、明るい中庭を眺めながらゆったりとお茶を楽しむことができます。売店や院内カフェはどなた様でもご利用いただけますので、お気軽にお越しください。



