

断酒生活半年を迎えて

(断酒に至るまで)

今年の2月末で、「つくし」に通い続けながら断酒生活半年を迎えることが出来ました。

私は、断酒継続に至るまで2度入院しました。

1度目の入院は、去年の7月下旬にみぞおちらへんが痛いのを我慢しつつ仕事をしている最中に熱中症で意識を失いそのまま病院へ救急搬送され、検査の結果γ-GTPの数値が非常に高く、後日アルコール専門病院へ姉達に連れられて検査をしに行きました。姉達と「先生が入院を進めたら入院をする」という約束を交わし検査を受けました。結果はアルコール依存症・急性肝炎・急性胆のう炎・急性膵炎と診断され入院が必要という事になり渋々入院することになりました。

入院当初は、膵臓が痛く食事もまったく喉を通らず点滴を打ちながら、ただ膵臓の痛みを我慢しているだけでしたが3日目くらいだった頃から、徐々に体調も良くなり食事も取れるようになりました。院内では、飲酒欲求も沸かなかつたので「退院してもこのままお酒を飲まないでいられるだろう。」と断酒をあまくみていました。

体調も良くなり、「もう退院しても平気だろう」と自己判断をし、主治医から退院許可をもらい10日程で退院しました。

退院日に病院から、自宅の近くのコンビニにまで姉に車で送ってもらいました。コンビニに入っただけで私の脳内で眠っていた飲酒欲求が目覚まし、お酒と凍りとつまみを買ってカゴへいれ他の商品には目をくれずレジで清算を済ませ、自分の部屋へ帰るなり再び浴びるようにお酒を飲み続けました。

退院した頃とお盆休みがちょうど重なったということもあり、私は自宅で飲酒・睡眠を四六時中繰り返していました。当然のことながら次第に、体調も悪くなり再び膵臓が痛くなり1週間後には自ら病院へ赴き入院の手続きをし、その日に2度目の入院をしました。

入院中「退院したら間違いなくまたお酒を飲んでしまおう」と思い、病院のベッドの中で「どうすれば断酒が出来るようになるのか」を真剣に考えました。考えたところで「酒の存在しない国に行くしかない」と非現実的なことしか思いつきませんでした。

ある日、主治医から外出許可をもらい、自分の部屋へ用事を済ませに帰った時があったのですが、ものの数分もしないうちに急にお酒が飲みたくなり、また気分も悪くなったので早々と用事を済ませ部屋を出ました。後に看護師さんから聞いた話によると「パブロフの犬」という症状だとのことでした。私にとって私の部屋は「飲酒場」であり脳が「部屋＝飲酒」という条件反射をしていたのです。

私は、入院中家族や親戚や友達にお見舞いに来てもらいましたが、特に母親にお見舞いに来てもらったときは本当に情けない気持ちになりました。本来でしたら年齢的に母親がなにかしらの病気になり入院をし、私がお見舞いに行き看病をするのが自然の流れです。それが自分の欲求のままにお酒を飲み続け、挙句の果てにアルコール依存症になり急性肝炎・急性膵炎で入院をし、その哀れな姿を母親に見せるのが本当に惨めでありませんでした。

1回目の退院の祝いで姉達が今後の生活が少しでも良くなるようにと気づかって、洗濯機と冷蔵庫を買ってくれました。私はそんな姉達の思いも見事に裏切り、姉達にも「会わず顔がない」と本当に反省しました。

今思えば、あんな惨めで情けない思いはもう2度としたくありません。

入院中特に印象的な出来事が2つありました。

1つ目は、入院患者とカウンセリングの先生との会話を横で聞いていたときにカウンセリングの先生から「お酒は麻薬ですから」と発せられた言葉。

2つ目は、緊急入院してきた私と同年代ぐらいの患者が数時間後には亡くなりその方のご両親が目から涙を流しながら病院関係者と話しをしている姿です。

2回目の退院が9月1日でした。不思議なことに自分の部屋へ帰ってもお酒を飲みたいとも思わず、コンビニでお酒を見てもお酒を飲みたいと一切思いませんでした。

私にとっては本当に不思議な現象でした。母親にもう惨めな姿を見せたくないという気持ちと、姉達にも迷惑をかけたくないという気持ちと、入院中の印象的な出来事が私の意識の中に潜在し飲酒欲求が沸かなくなったのかもしれない。

この飲酒不欲求の現象を私は「神様が私に与えてくれた最後のチャンス」だと思い、「つくし」にもお世話になりながら断酒生活を継続させて行きたいと思います。