

ネット依存症について

久里浜医療センター 三原聡子

嗜癖 (Addiction)

物質依存 (Substance dependence)

依存(物質)

- アルコール依存
- ニコチン依存
- 睡眠薬依存
- 違法性薬物依存
-

行動嗜癖 (Behavioral addiction)

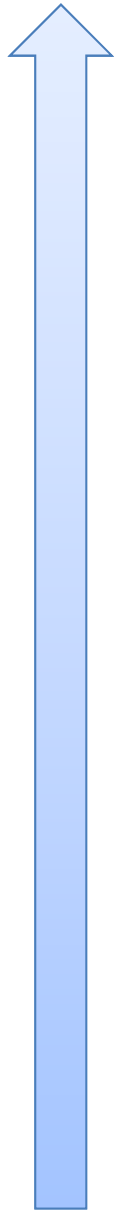
行動・関係の嗜癖

- ギャンブル嗜癖
- 買い物嗜癖
- インターネット嗜癖
- 女性・男性嗜癖
-

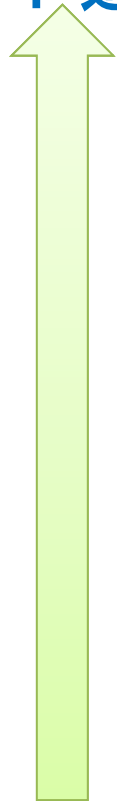
インターネット嗜癖(依存)の診断基準

- 現時点では、ネット依存の正式な診断ガイドラインは存在しない
- ICD-10(世界保健機関)
 - F63.8 その他の習慣および衝動の障害
- DSM-5(アメリカ精神医学会)
 - 他の特定される秩序破壊的, 衝動制御, 素行症 (312.89)
 - インターネットゲーム障害 (Section 3)

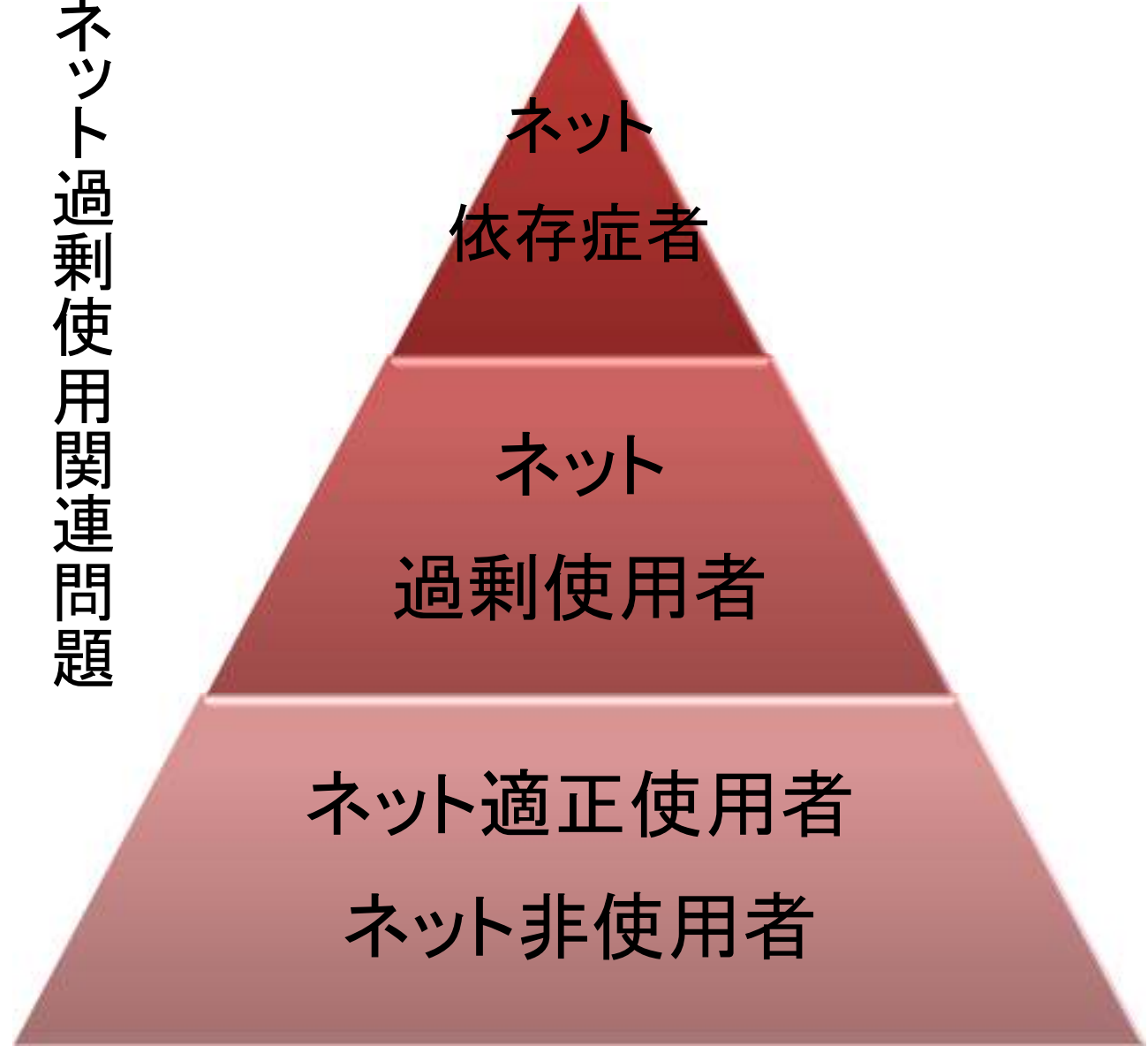
ネット過剰使用関連問題とネット依存症



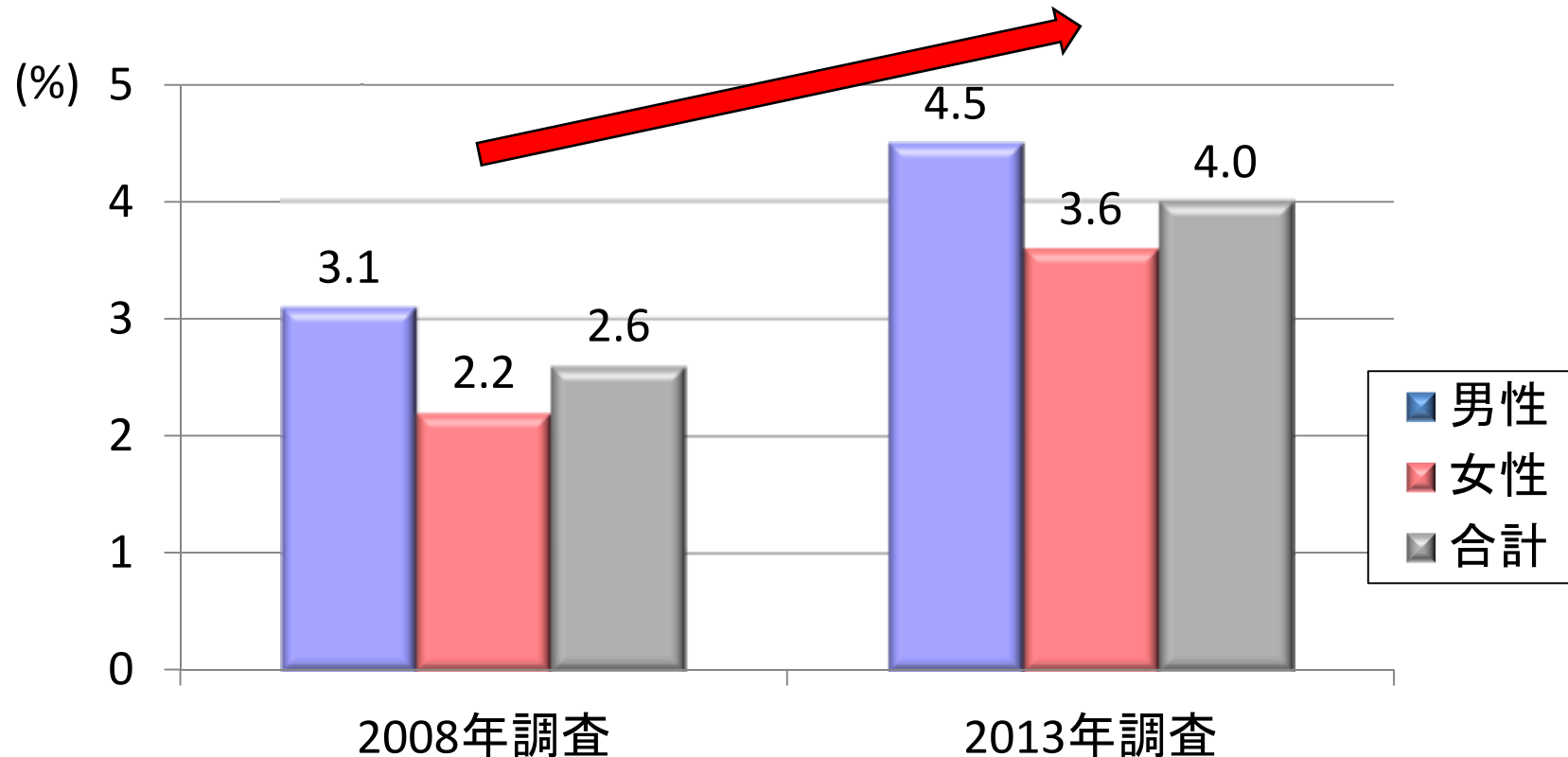
ネット使用量



ネット過剰使用関連問題



成人におけるネット依存傾向の有病率変化



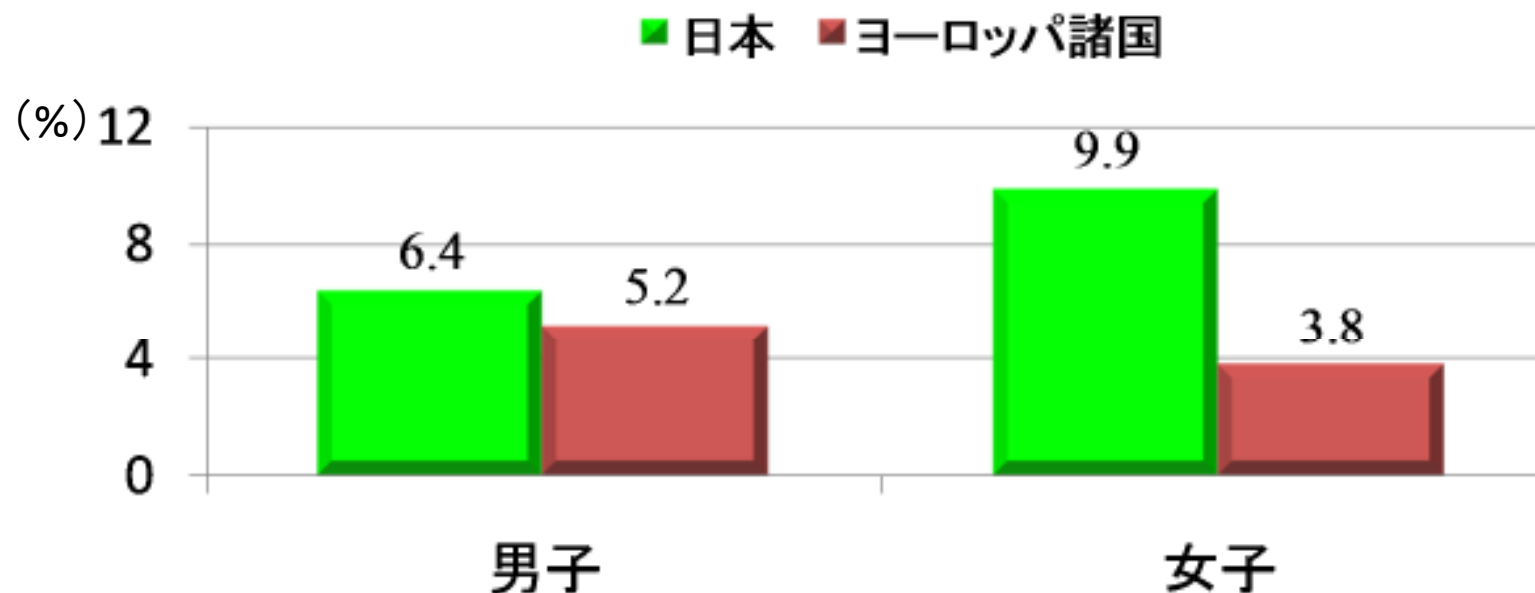
	2008年	2013年
男性	158万人	229万人
女性	117万人	192万人
合計	275万人	421万人

- ・ ネット嗜癖の評価には、Internet Addiction Test (Young, 1998)を使用した。
- ・ 割合は、それぞれ2008年、2012年の日本人人口で補正してある。

中高生に対する飲酒・喫煙に関する 2012年全国調査

- 全国の中高生に対する大規模な調査が、厚労科研の一環として1996年以後、4年に1回(2008年以降は2年に1回)行われている。
- 2012年調査では、全国の中学校約1万校、高等学校約5千校から無作為に中学校140校、高等学校124校を抽出し、学校長宛に無記名の調査票と密封封筒を送付した。
- ホームルームの時間に、担任の教師にお願いして、生徒に調査票と封筒を配布し、教室内で記入してもらい、学校ごとに返送いただいた。
- 過去5回の調査(1996, 2000, 2004, 2008, 2010)では対象者数約14万人、回収数約10万人であった。
- 2012年の調査では、中学生38,900名、高校生62,300名から回答を得た。これは、わが国の全中学生の約1%、全高校生の約2%にあたる。

インターネット依存有病率のヨーロッパ諸国との比較



わが国の中高生のネット依存の推計数: 約52万人

ヨーロッパ研究

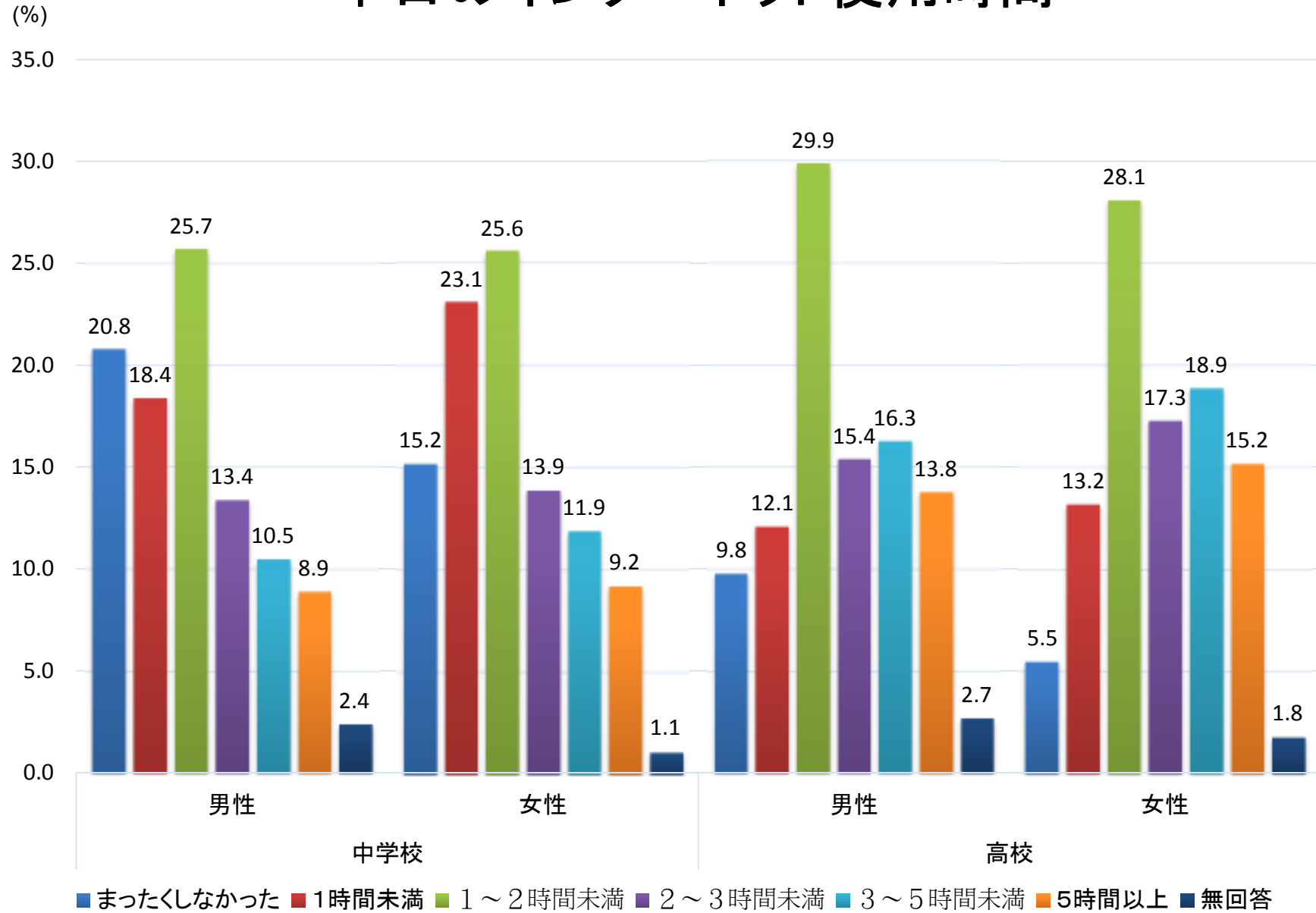
調査対象者: 約12,000名

平均年齢: 約15歳

参加国: オーストリア, エストニア, フランス, ドイツ, ハンガリー, アイルランド, イタリア, ルーマニア, スロベニア, スペイン, スウェーデン

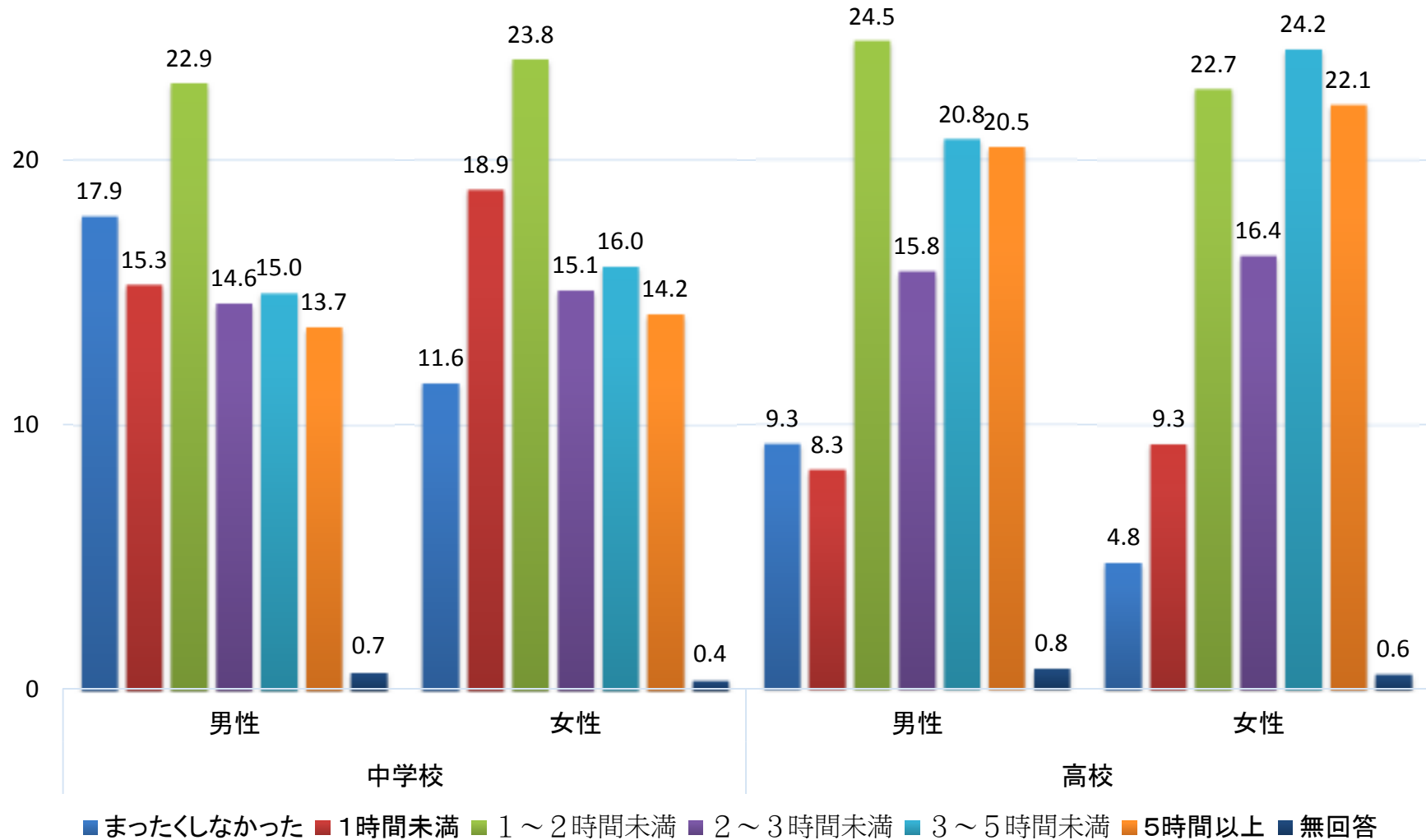
Durkee T et al. Addiction, 2012.

平日のインターネット使用時間



休日のインターネット使用時間

(%)
30



ネット依存者に発生してくる問題

身体的健康	体力低下、運動不足、骨密度低下、栄養の偏り、低栄養状態、肥満、視力低下、腰痛、エコノミークラス症候群など
精神的健康	睡眠障害、昼夜逆転、ひきこもり、意欲低下、うつ状態、希死念慮、自殺企図など
学業・仕事	遅刻、欠席、授業/勤務中の居眠り、成績低下、留年、退学、勤務中の過剰なネット使用、解雇など
経済	浪費、多額の借金など
家族・対人関係	家庭内の暴言・暴力、親子の関係悪化、浮気、離婚、育児放棄、子供への悪影響、友人関係の悪化、友人の喪失など

わが国でも包括的対策が必要

- 1) ネットへアクセス制限
 - ・ネットへのアクセス可能時間の制限(一部試行)
 - ・有害サイトのフィルタリング
- 2) サービス提供側の倫理的配慮
- 3) 地域・学校での介入・カウンセリングサービス
 - ・予防教育マニュアルの作成
(文部科学省が手引きを作成。2014年より使用開始)
 - ・予防教育やカウンセリング提供システムの構築
 - ・人材の育成(当院主催で全国研修を実施予定)
 - ・Rescue schoolの日本版(2014年8月より年1回実施)
- 4) 医療サービスの充実
 - ・ガイドライン・マニュアルの作成
(2014年8月当院主催でWHO専門家会議開催)
 - ・医療システムの充実
 - ・サービス提供間の連携