

高齢者の飲酒

ちょっとしたことで、ライフスタイルは変わる。コロナのせいで外出を自粛する。簡単に悪い習慣がつくられる。元には、なかなか戻せない。

76歳のGさん。軽い脳梗塞で通院中

だ。丸々とした奥さんの横で、細い体をさらけ出して話している。「センス。なかなか言うてやってくださいよ。このひと、朝から酒ばかり」と、声まで大きい。

Gさんは、若い時から酒を飲まない日はない。それが、コロナのせいでライケアにも行かなくなった。家では何もする事がない。日増しに、奥さんは口うるまくなる。つい、アルコールに手が伸びる。

飲酒量は、日本酒に換算して1日3〜4合。血液検査で肝機能異常はない。でも、頭のMRI（磁気共鳴画像）では、脳梗塞のほか、脳の萎縮もみられる。新しいことを記憶する能力も低下している。もちろん、それらの異常は、多量飲酒が直接の原因かどうかは分からない。

だが、ある統計によれば、飲むアルコール量が多いほど脳の萎縮はひどくなる。認知症も脳梗塞も起きやすくなるという。しかも、高齢者では、寂しい日が増え、何をすることもない時間が多くなる。それで、多量飲酒になりやすいのだ。

奥さんは、お酒を適量でやめられないGさんに、「禁酒しかない」と手厳しい。だが、酒好きのひとにいきなりの禁酒って、ちょっと残酷すぎないか。

というところで、試しにワッシーが禁酒してみることにした。それが、3日目以降か、もう3週間も経った。というのに、まだ続いている。依存症でない限り、しばらくの間の禁酒なら難くはないのだ。

でも、この頃、ちょっとヘンだ。毎日、なんとなく楽しくくない。というか潤いがない。これもストレス。良い習慣は本能を抑制することでつくられるという。Gさんにも、禁酒はちょっと無理か。

（石黒修三＝いしぐろクリニック・脳神経

外科専門医…3/1北國新聞掲載）