

ネット・ゲーム依存の現状と対策

松崎 尊信

国立病院機構久里浜医療センター精神科

2000年以降のインターネットとスマートフォンの普及に伴い、インターネットやゲームをやめられず日常生活に支障をきたす症例が世界で多数報告されるようになった。このような依存行動を示す症例に対して、既存の診断基準にあてはまる疾病項目は存在しなかった。2019年5月世界保健機関は、国際疾病分類の改訂版（ICD-11）で、様々なインターネットコンテンツのうち、ゲーム障害を「物質使用および嗜癖行動による障害」に分類した。この分類項目には、アルコール等の物質使用による障害も含まれている。ゲーム障害は新しい疾病概念であり、まだ標準的な治療法は確立していない。しかし、これまでの依存症治療の知見を参考に、世界各国で様々な治療法が試みられている。2011年国立病院機構久里浜医療センターは、国内初のネット依存専門診療を開始した。外来あるいは入院における精神療法やカウンセリング、認知行動療法やデイケア、入院治療等を通して、本人の治療への動機づけ、目標の設定、ネットやゲームがなくても過ごせる生活をイメージしてもらい、依存からの回復につなげている。2014年からは、毎年夏に国立青少年教育振興機構と共催で、8泊9日の治療キャンプを試みており、インターネット時間の減少など一定の効果が報告されている。