



ギャンブル依存症ってどんな病気？

いわゆるギャンブル依存症は、1970年代後半にWHOにおいて「病的賭博」という名称で正式に病気として認められました。その後の研究によってこの病気への理解が進み、ギャンブルがやめられないメカニズムはアルコール依存症や薬物依存症と似ている点が多いことがわかってきました。このため、アルコール依存症等と同じ疾病分類（物質使用障害および行動嗜癖）に「ギャンブル障害」として位置づけられ、依存症として認められるようになりました。

ギャンブル依存症の症状は、

- ギャンブルにのめり込む
- 興奮を求めて掛金が増えていく
- ギャンブルを減らそう、やめようとしてもうまくいかない
- ギャンブルをしないと落ち着かない
- 負けたお金をギャンブルで取り返そうとする
- ギャンブルのことで嘘をついたり借金したりする

といった症状が特徴的です。

ギャンブルをする人は誰でもギャンブル依存症になりえます。リスク因子としては、若い人、男性、ストレスへの対処がうまくない人、ギャンブルが身近にあるなどの環境要因などが指摘されています。

また、パチンコやスロットのような電子ゲーム機の場合は、機械そのものに依存させる要因があります。例えば、あと一步で当たる場面を見ると、脳の中の高揚感を感じる部位（「報酬系」と呼ばれ、ドーパミンという物質が関係しています）の働きが活発になってギャンブルを続けたいと思わせてしまいます。また、パチンコ台やスロット台の画像や音響には、負けていても勝っているかのような錯覚をおこさせて脳内の報酬系を活発にする効果があります。

最初のうちは、このような報酬系の反応が関与してギャンブルを繰り返しますが、依存が形成されるとやめたいと思いつつもなかなかやめられない状態へと移行していきます。

ギャンブル依存症の方々は、負けが続いても最終的には勝てると確信していたり、負けた時のことはよく覚えていないのに、勝った時のことはよく覚えていたり、迷信的な行動で運をコントロールできると信じたりするように、ギャンブルに対する考え方が偏っている場合がほとんどです。従って、ギャンブル依存症の治療では、このような考え方の偏りを見直したり、金銭管理をはじめとした日常生活を変えたりすることでギャンブルをしたい気持ちを低減させたり、効果的な対処法を身につける認知行動療法と呼ばれる治療プログラムが有効です。また、ギャンブラーズ・アノニマス（GA）というギャンブル依存症の人達の自助グループが全国にあり、GAミーティングに参加することも病気からの回復の助けになります。

参考文献：

松下幸生 「ギャンブル障害 現状とその対応」 精神医学 60;161-172, 2018

[当センターについて](#) [このサイトについて](#) [著作権について](#)

依存症対策全国センター

所在地: 〒239-0841 神奈川県横須賀市野比5-3-1 電話：046-848-1550（代表） [お問い合わせフォーム](#)
Copyright © 2018独立行政法人国立病院機構久里浜医療センターAll Rights Reserved.