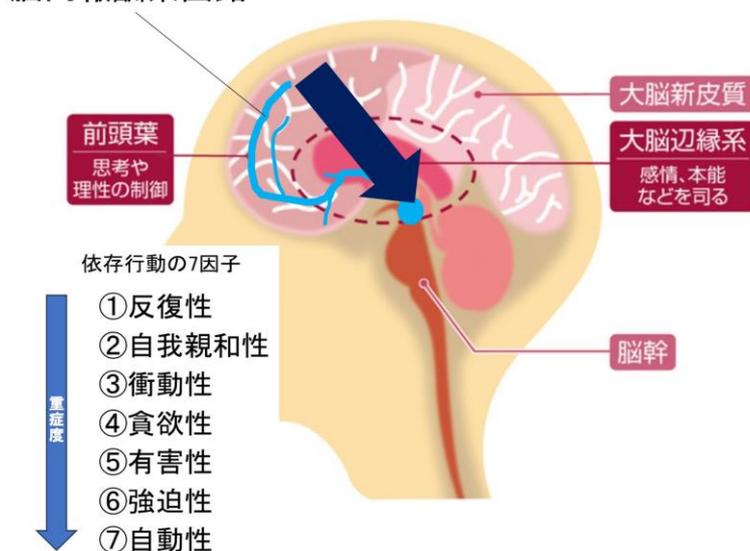


6月 依存症家族勉強会のお知らせ

行動の見え方について（7）－依存行動の見え方4－

脳内報酬系回路



脳内報酬系は私たちを欲しいものに向かって駆り立てる神経回路です。「快感中枢」と言われることが多いのですが、誤解を生む説明でよくありません。自分にとって報酬になるものが手に入るのではないかと期待させるシステムなので、むしろ「期待中枢」と言う方が正確です。もともとは種の保存のために必要な食欲や性欲などの本能的な快感を報酬として認識し、その報酬を求め続けるために用意されました。人間はそれ以外に学習された多くの報酬を持つようになります。代表的なのはお金でしょうか。他からの評価や社会的地位もそうですね。さまざまなものが報酬になるため、長期的にその人を不健康にする行動を追い求めることにもなります。依存行動はその一つです。

図の水色の線が脳内報酬系回路です。人間の脳は生命維持の中枢である脳幹（別名「爬虫類脳」）、感情・記憶などの中枢である大脳辺縁系（「哺乳類脳」「情動脳」）、思考・理性の中枢である前頭葉（「理性能」）を貫くシステムです。脳神経細胞全体の20万分の1しかない神経回路ですが、このシステムが人間の行動を支配していると言っても過言ではありません。このシステムが活発に活動し、行動に駆り立てます。その行動によって脳の全ての層の反応が起きます。報酬が強ければ「生きていてよかった」と思えるほど深い体験になります。依存行動はそこまでの報酬を与える行動です。だから、簡単に修正できないのです（このへんの話は2019年2月から7月にかけて連載した「依存行動の3層構造仮説」につながっています）。

依存行動の重症化は脳がどの傾向を獲得するかで決まります。左図にあるように、依存行動の7因子の⑥⑦の獲得が最終段階です。強迫性はやらなければ気が済まない傾向です。その行動が正の報酬を与えるかどうかはもう問題ではなくなっています。（以下、次号）

家族勉強会Aについて 参加ご希望の方は、当院アディクション委員まで連絡いただくか、アンケート用紙にその旨を書いて郵送してください。参加できるかどうか折り返し連絡します。
※動画配信について 家族勉強会Aに参加できない方のために勉強会を録画しています。これまでと同じ形で配信します。

家族勉強会Bについて 参加ご希望の方は当院アディクション委員までご一報ください。

6月 8日(土)AM10時～家族勉強会B(意見交換会) / 依存症研究所・研修ホール
6月22日(土)AM10時～家族勉強会A(講義) / 依存症研究所・研修ホール