

# SBIRTS（エスバーツ）って、なんだろう？

## SBIRTS は難しくない！ 断酒会の酒害相談と同じ

SBIRT（エスバート）は専門医療の間では、依存症の医学的治療のコンセプト（概念）として定着したものであるが、このコンセプトには自助グループの存在が欠落している。

短期的予後の改善だけなら、これでOKかもしれないが、依存症は進行性の慢性疾患であり、長期的な予後ケアするには自助グループの存在が欠かせない。

そこで、SBIRTに自助グループ（Self-help-group）の「S」を連結して、依存症治療の流れを完結させようというのがSBIRTS（エスバーツ）の考え方である。

横文字を並べてエスバーツなどと呼ぶので、何か難しい理論のように見えるが、中身は、断酒会が日常行っている酒害相談の流れと全く変わらない。

難しく考えないで、これまで通り、断酒会の自然体で普及に取り組みたいものである。

### 比較表

	SBIRTS	酒害相談
S	Screening 飲酒度をふるい分ける AUDIT、KAST、CAGE等を使用	どれくらい飲んでいる？ 何を飲んでいる。いつ頃から飲み始めた？ 家族はなんと言っている？ 奥さんご主人のこと、どう思ってる？
BI	Brief Intervention 簡易介入 相談、節酒・断酒指導、生活指導 “危険な飲酒”患者には、節酒を勧め、 “乱用”や“依存症”患者には断酒を勧める	もうそろそろ考えないかな。 自分でどう思ってる？ 止めてみたことあるか？ 休肝日作れるか？ 思い切ってやめてみるか？
RT	Referral to Treatment 専門医療紹介 専門治療の必要な患者には「紹介」を行う	やはり一回専門の医者に診てもらった方がいい。 俺が世話になっている医者を紹介しよう。 奥さん、首に縄つけても連れていかなあかんわ。 なんなら俺もついていくよ。
S	Self-help-Group 自助グループへ繋げる 医療機関や健診機関のスタッフが強力に自助グループを紹介する	○医者が嫌なら断酒例会に出てみたら？ 同じ仲間がたくさん頑張っているよ ○病院で一旦、酒が止まっても続けるのは大変。 仲間と一緒に例会で話したり聞いたりするのが回復の秘訣。だまされたと思って通ってみなさい。

### (SBIRTSは医師・患者・自助グループ会員の信頼関係が大切)

1. アルコール依存症の受診患者が順調な長期的回復を実現するためには、自助グループに参加することが望ましい。
2. そのためには、治療にあたる医師が、積極的に、患者と自助グループの構成員との出会いの場を演出し、患者自身の持つ偏見を取り除き、自助グループへの抵抗を和らげるよう努力することが大切である。  
自助グループは、これに応じて、受け入れ態勢を整えなければならない。
3. 視点を変えれば、医師による治療のための出会いの場の演出（患者と回復者の）という側面と、自助グループによる医師への治療支援という二つの側面があるといえる。