

# 池袋オーリーブメンタルクリニック

## 精神科クリニックにおけるHAUDY（ハウディ）導入と アルコール依存症治療の実践



池袋オーリーブメンタルクリニック

院長 **松島 幸恵**（まつしまさちえ）先生

精神科専門医・MBSR（マインドフルネスストレス低減法）認定講師

（取材日：2026年2月2日、取材場所：池袋オーリーブメンタルクリニック）

### アルコール依存症の患者さんはどのくらいいらっしゃいますか？

アルコール使用症／アルコール使用障害（AUD）の疾患啓発CMやYouTube番組などをご覧になって受診される方が増加傾向にあり、当クリニックでは、新患の約半数がAUDの患者さんです。

また、患者さんが勤務されている企業によってはアルコールチェックが義務化されているケースもあり、アルコール多飲者に対する社会の目が厳しくなってきたことも、受診増加の一因になっているのかもしれません。

以前は、ご家族の強い勧めにより付き添われて受診というケースが多くみられましたが、今は患者さんご自身で自覚され来院されるケースがほとんどで、皆さまの意識も大きく変わってきたと感じています。

### 従来のアルコール依存症の治療法はどのようなものでしたか？

軽症の患者さんに対しては、患者指導箋を用いた心理社会的治療や薬物治療を中心に行なっていました。

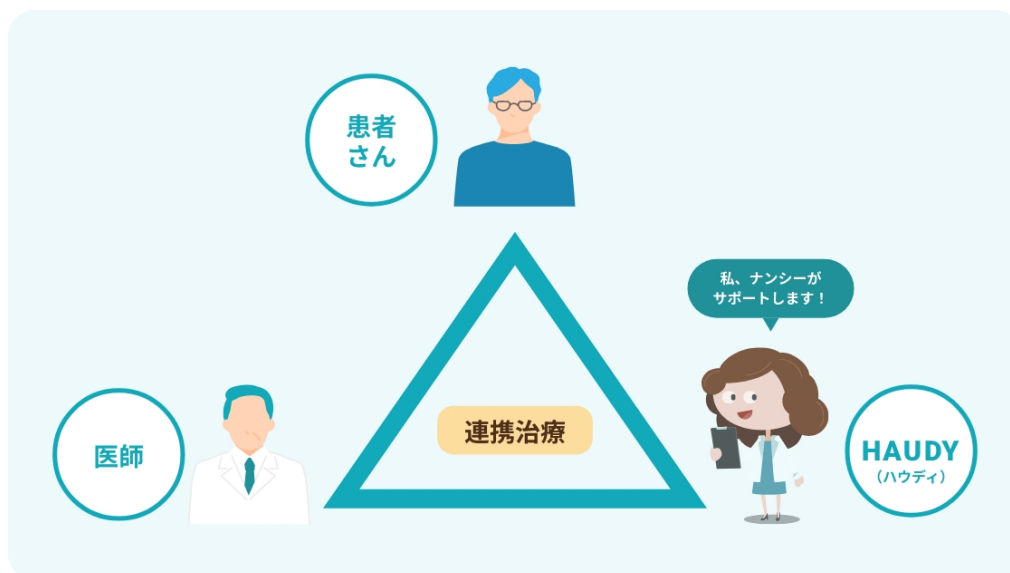
一方で、重症の患者さんについては、入院施設やデイケアを併設する専門医療機関に紹介せざるを得ない状況でした。

## HAUDY（ハウディ）を導入したきっかけを教えてください。

アルコール依存症の治療において、従来の治療法では一定の限界があると感じていました。当クリニックではデイケアを併設していないため、補助的な心理教育の実施が困難です。また、患者さんもフルタイムで仕事している方や経営者の方が多いので、時間的に余裕がなく、断酒会やAA（アルコホーリクス・アノニマス）に参加できないといった方がほとんどでした。

HAUDY（ハウディ）を導入すれば、オリジナルキャラクターの「ナンシー」が心理教育やマインドフルネス<sup>※1</sup>などを教えてくれ、アプリが患者さんと医師の架け橋となることで連携した治療が行えます。その上、医師の時間的な負担も少ないことが、導入に踏み切ったきっかけです。

※1：意図的に、今この瞬間に、評価や判断をせずに注意を向けること



## HAUDY（ハウディ）が適するのはどのような患者さんですか？

現役で就労している方、もしくは過去に就労経験があり、比較的規則正しい生活が送れている方が適していると思います。加えて、アプリを使うことに抵抗感がなく、かつ治療意欲が高い方に向くと思います。なかでも最大のポイントは、「治療意欲が高い方」です。主体的に治療へ取り組もうとする意欲がある方ほど、アプリを活用した治療の効果を引き出せると感じています。

## 患者さんにHAUDY（ハウディ）を紹介するタイミングや声かけはどのようにされていますか？

患者さんの約6割は、自らHAUDY（ハウディ）の使用を希望して来院されます。残りの4割は既存の患者さんで、減酒や断酒が思うように進んでいない方や、肝機能の数値などからもう少しケアの強化が必要だと判断される方に積極的にお勧めしています。アプリによる治療は、投薬に抵抗感がある患者さんにも勧めやすく、治療の選択肢が広がる点が一番のメリットです。「まずはアプリで6ヶ月取り組んでみて、十分な効果が得られなければ薬物治療という選択肢もあるので、検討してみてもいいですか」とお伝えしています。

アルコール依存症の病態やHAUDY（ハウディ）に期待される治療効果、具体的な使用方法の説明には、沢井製薬が提供する冊子「減酒治療スタートブック」を使用しています。患者さんによっては、ブラックアウト<sup>※2</sup>があると、かなり進んだ状態だという認識がないケースも多いので、この冊子を用いて丁寧に説明しています。漫画形式で構成されているためとてもわかりやすく、患者指導に役立っています。

さらに、アプリの継続が難しい患者さんには、『とにかく続けること』の大切さをお伝えしています。

※2：飲酒時に一時的に記憶を失うこと

HAUDY（ハウディ）の販売名は「CureApp AUD 飲酒量低減治療補助アプリ」です。



## HAUDY（ハウディ）の使い勝手についてお伺いします。まずは、患者さんが「患者アプリ」を使用開始するまでのオペレーションを教えてください。

アプリの処方コードの発行は、私が行なっています。すぐ脇にプリンターがあるのですが、患者さんによっては印刷することなく、その場で二次元コードを読み取ってアプリをインストールして、処方コードを入力されることもあります。手間はほとんどかかりません。

当クリニックはWEB予約制を採用しているため、そういったことから比較的ITリテラシーの高い患者さんが多いのかもしれませんが、アプリのインストールからHAUDY（ハウディ）の問診の入力が終わるまでの所要時間は平均10分くらいです。

導入当初はアプリのインストールや問診の入力に、看護師の補助が必要になるのではと思っていましたが、補助が必要な患者さんはいらっしゃいませんでした。

## 次に、「医師アプリ」の使い勝手について教えてください。

使いやすいです。HAUDY（ハウディ）を導入する以前は、持参していただいた飲酒記録をスキャンしたり、飲酒日などの割合を手計算したりと、時間と手間がかかっていました。

しかしHAUDY（ハウディ）を導入することで、休肝日が何日あるのか、飲酒量がどの程度かといった情報を、短時間で確認することができます。

そして、患者データの貼り付け機能により、カルテ記載の負担が軽減されています。

## HAUDY（ハウディ）を使った患者さんの反応はいかがですか？

患者さんの反応は良好です。HAUDY（ハウディ）オリジナルキャラクターの「ナンシー」が患者さんの治療に寄り添い、「私、ナンシーがサポートします！」というフレーズが患者さんの心に響いているようです。アプリが単なる記録ツールにとどまらず、伴走者のような存在として受け止められているようです。

現在では、記録を紙媒体に記入するよりも、スマートフォンで完結させる人が多くなってきているので、その点からもHAUDY（ハウディ）は患者さんのニーズに合っているのだと思います。

また、精神科領域ではMeasurement Based Care（MBC）が重要だと言われており、自分の状態や症状の変遷を追い、医師と共有することが、症状改善に寄与すると考えられています。HAUDY（ハウディ）は、患者さんが日々の飲酒量やその時の気分状態などを継続的に記録することで、MBCに基づく治療を実践できるツールです。さらに、患者さんの日常の状態を医師と共有することが可能となり、よりきめ細やかな治療介入につながります。これらの積み重ねが、結果として患者さんご自身の治療への主体的な姿勢を育てているのではないかと考えます。

# HAUDY（ハウディ）の導入を迷っている他の先生方にメッセージをお願いします。

クリニックとして導入して良かったと思っています。HAUDY（ハウディ）を導入する時は、多少の抵抗感がありましたが、実際に使ってみると操作は簡便かつ、治療に役立っています。

HAUDY（ハウディ）の導入によって、アルコール依存症の治療で重要な日常生活の記録と心理教育が補完されるので、アルコール依存症を専門とするクリニックでなくても、より丁寧で、きめ細かな診療の実践が可能になるという印象を持っています。

私たちのようなデイケアを併設していないクリニックにこそ、HAUDY（ハウディ）が有用だと思いますし、今後も多くの患者さんの治療に役立てたいと考えています。

## 【使用目的又は効果】

アルコール依存症患者の飲酒量低減治療補助

### <使用目的又は効果に関連する使用上の注意>

関連学会の作成した「新アルコール・薬物使用障害の診断治療ガイドライン」、「新アルコール・薬物使用障害の診断治療ガイドラインに基づいたアルコール依存症の診断治療の手引き」及び「飲酒量低減治療マニュアル ポケット版」等に基づく飲酒量低減治療の補助として、本品を適切に使用すること。

## 【使用方法等】

医療従事者は患者が本品を使った治療の管理下（医療従事者の指導に基づき、患者の治療が継続されていると判断できる状態）にあることを確認する。管理下であることが確認できない場合、医療従事者の判断で患者アプリの使用を停止することができる。使用停止までの期間は、医療従事者が管理下であることを確認した日（基準日）から128日以内とする。

### <使用方法等に関連する使用上の注意>

- 患者アプリ
  - ネットワークに接続した状態で使用する場合は、マルウェア感染及び情報の漏洩には注意して使用すること。
- 医師アプリ
  - ネットワークに接続した状態で使用する場合は、マルウェア感染及び情報の漏洩には注意して使用すること。
  - 医療機関は国が定める「医療情報システムの安全管理に関するガイドライン」に準拠すること。

電子添文の  
詳細はこちら



## 【使用上の注意】

### 1. 使用注意（次の患者には慎重に適用すること）

- 入院による治療が必要な患者
- 飲酒に伴って生じる問題が重篤で社会・家庭生活が困難な患者
- 臓器障害が重篤で飲酒により生命に危機があるような患者
- 現在、緊急の治療を要するアルコール離脱症状（幻覚、けいれん、振戦せん妄など）のある患者

[いずれも、飲酒量を低減しても症状/問題が悪化する可能性がある]

### 2. 重要な基本的注意

- 使用前に、アルコール依存症治療に関する研修及び治療補助アプリを用いた診療に関する研修を受講すること。
- 必要に応じて専門医療機関と連携すること。
- 著しい自殺念慮が認められる患者については安全確保に十分注意すること。
- 患者の認知機能を確認した上で使用すること。

### 3. 不具合・有害事象

#### 不具合

以下の不具合が発生する可能性がある。  
ソフトウェアの問題（フリーズ、中断、ダウンロード不可）、表示不良、動作不良

### 【製造販売業者及び製造業者の氏名又は名称等】

製造販売業者：株式会社 CureApp 電話番号：03-6231-0183  
（添付文書の問い合わせ先も同じ）

取扱説明書等を必ずご参照ください。

本DI欄は電子添文から抜粋して作成しています。  
詳細は電子添文をご参照ください。  
電子添文の改訂にご留意ください。

2025年5月（第1版）電子添文より

承認番号：30700BZX0034000

区分：管理医療機器

一般的名称：アルコール依存症治療補助プログラム

製造販売元

CureApp

東京都中央区日本橋小伝馬町12-5  
小伝馬町YSビル 4F

発売元

沢井製薬株式会社

大阪市淀川区宮原5丁目2-30

お問い合わせ窓口  
CureApp カスタマーサポート

TEL:03-6855-6591  
お問い合わせフォームはこちら



HAUDY（ハウディ）の販売名は「CureApp AUD 飲酒量低減治療補助アプリ」です。

AUDD005MI01 2026年4月作成