

アルコール依存症スクリーニングテスト

最近6ヶ月の間に次のようなことがありましたか？

	(男性用)	(女性用)	チェック
1.	食事が不規則である	私のしていた仕事をまわりの人がするようになった	
2.	糖尿病、肝臓病、または心臓病と診断され、その治療を受けたことがある	医師からアルコールを控えるようにと言われたことがある	
3.	酒を飲まないで寝付けないことが多い	酒を飲まないで寝付けないことが多い	
4.	二日酔いで仕事を休んだり、大事な約束を守らなかったりしたことが時々ある	酒の量を減らそうとしたり、酒を止めようと試みたことがある	
5.	酒をやめる必要性を感じたことがある	自分の飲酒についてうしろめたさを感じたことがある	
6.	酒を飲まなければいい人だとよく言われる	酒を飲まなければいい人だとよく言われる	
7.	家族に隠すようにして酒を飲むことがある	飲酒しながら、仕事、家事、育児をすることがある	
8.	酒がきれたときに、汗が出たり、手が震えたり、いらいらや不眠など苦しいことがある	せめて今日だけは酒を飲むまいと思っていても、つい飲んでしまうことが多い	
9.	朝酒や昼酒の経験が何度かある	-	
10.	飲まないほうがよい生活を送れそうだと思う	-	

チェック数	0	1～2	3以上
判定結果	正常群	要注意	アルコール依存症の疑い