**Тест AUDIT**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1.Как часто Вы употребляете алкогольные напитки?** | | | | | | | | | |
| Никогда (0) | Раз в месяц или реже (1) | | | 2-4 раза в месяц (2) | | 2-3 раза в неделю (3) | | | 4 раза в неделю и чаще (4) |
| **2.Сколько алкогольных напитков (стандартных порций) Вы употребляете в типичный день, когда выпиваете?**  **Одна стандартная порция (СП)** содержит 10 граммов этилового спирта.  В таблице ниже представлены примеры одной СП. Если в типичный день Вы употребляете несколько разных алкогольных напитков, то **суммируйте** число СП. | | | | | | | | | |
| Маленький бокал вина или шампанского,  100 мл  Крепость 12-13% | | Половина кружки пива,  250 мл  Крепость 4,5-5% | | | Бокал креплёного вина,  60 мл  Крепость 16-22% | | | Маленькая рюмка крепкого алкоголя,  30 мл  Крепость 40% | |
| *Если вы затрудняетесь ответить на данный вопрос, то обратите внимание на таблицу, представленную ниже. Выберите, какой вид и какой объем алкогольных напитков вы употребляете, и обведите соответствующее им количество СП и балл.*  *Если в типичный день вы употребляете разные алкогольные напитки, то обведите все объемы употребляемых алкогольных напитков, суммируйте соответствующее им число СП и отметьте балл.*  *Пример: Вы выпили 200 мл водки (5–6 СП) и 500 мл пива (1–2СП), в сумме – 6–8 СП, что не попадет в предложенные интервалы, поэтому выбираем среднее значение – 7СП. Итог –3 балла* | | | | | | | | | |
| |  |  |  |  |  |  | | --- | --- | --- | --- | --- | --- | | до 250 мл | до 650 мл | до 170 мл | до 80 мл | **1-2 СП** | (0) | | 251-450 мл | 651-1200 мл | 171-300 мл | 81-140 мл | **3-4 СП** | (1) | | 451-660 мл | 1201-1750 мл | 301-430 мл | 141-210 мл | **5-6 СП** | (2) | | 661-970 мл | 1751-2500 мл | 431-640 мл | 211-300 мл | **7-9 СП** | (3) | | более 970 мл | более 2500 мл | более 640 мл | более 300 мл | **10 СП и больше** | (4) | | | | | | | | | | |
| **3.Как часто Вы употребляете как минимум полтора литра пива, или как минимум 180 мл крепкого алкоголя, или как минимум бутылку вина или шампанского (750 мл) в течение 24 часов?** | | | | | | | | | |
| Никогда (0) | Реже одного раза в месяц (1) | | | Ежемесячно (2) | | Еженедельно (3) | | | Ежедневно или почти ежедневно (4) |
| **4.Как часто за последние 12 месяцев Вы не могли остановиться, начав употреблять алкогольные напитки?** | | | | | | | | | |
| Никогда (0) | Реже одного раза в месяц (1) | | | Ежемесячно (2) | | Еженедельно (3) | | | Ежедневно или почти ежедневно (4) |
| **5.Как часто за последние 12 месяцев из-за выпивки Вы не сделали то, что от Вас обычно ожидалось?** | | | | | | | | | |
| Никогда (0) | Реже одного раза в месяц (1) | | | Ежемесячно (2) | | Еженедельно (3) | | | Ежедневно или почти ежедневно (4) |
| **6.Как часто за последние 12 месяцев Вам необходимо было выпить утром, чтобы прийти в себя после выпивки (опохмелиться)?** | | | | | | | | | |
| Никогда (0) | Реже одного раза в месяц (1) | | | Ежемесячно (2) | | Еженедельно (3) | | | Ежедневно или почти ежедневно (4) |
| **7.Как часто за последние 12 месяцев Вы испытывали чувство вины или сожаления после выпивки?** | | | | | | | | | |
| Никогда (0) | Реже одного раза в месяц (1) | | | Ежемесячно (2) | | Еженедельно (3) | | | Ежедневно или почти ежедневно (4) |
| **8.Как часто за последние 12 месяцев Вы были неспособны вспомнить, что было накануне, из-за того, что Вы выпивали?** | | | | | | | | | |
| Никогда (0) | Реже одного раза в месяц (1) | | | Ежемесячно (2) | | Еженедельно (3) | | | Ежедневно или почти ежедневно (4) |
| **9.Являлось ли Ваше употребление алкогольных напитков причиной травмы у Вас или у других людей?** | | | | | | | | | |
| Никогда (0) | | | Да, более 12 месяцев назад(2) | | | | Да, в течение последних 12месяцев (4) | | |
| **10.Случалось ли, что Ваш близкий человек или родственник, друг или врач беспокоился насчет употребления Вами алкоголя или советовал выпивать меньше?** | | | | | | | | | |
| Никогда (0) | | | Да, более 12 месяцев назад(2) | | | | Да, в течение последних 12 месяцев(4) | | |

**Оценка результатов теста**

Ответьте на вопросы теста и просуммируйте количество полученных баллов. В таблице найдите уровень риска.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **Уровни риска** | **Женщины** | **Мужчины** |  |
| Низкий риск | 0-4 | 0-8 |  |
| Опасное употребление | 5-9 | 9-13 |  |
| Пагубное употребление | 10 | 14-16 |  |
| Возможна алкогольная зависимость | 11+ | 17+ |  |