**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+  |   |