

AUDIT

(тест для оценки потребления алкоголя)

Одна единица алкоголя – 10 г чистого, или абсолютного, спирта.



2,1 единицы
500 мл
5,2%-ного пива



1,1 единицы
120 мл
12%-ного вина



1,3 единицы
40 мл
40%-ного крепкого алкоголя

AUDIT – C (сокращенная версия AUDIT)

Вопросы	Баллы					Ваши баллы
	0	1	2	3	4	
1. Как часто Вы употребляете напитки с содержанием алкоголя?	Никогда	Примерно раз в месяц или реже	2-4 раза в месяц	2-3 раза в неделю	4 раза в неделю или чаще	
2. Сколько единиц алкоголя вы обычно выпиваете за раз? Формула расчета количества алкогольных единиц: количество (литры) x крепость (%) x 0,789 = количество единиц алкоголя. Например: 0,5 пива x 5,2% x 0,789 = 2,1 единиц алкоголя.	1-2	3-4	5-6	7-9	10+	
3. Как часто Вы выпиваете 6 и более единиц алкоголя за раз?	Никогда	Реже раза в месяц	Раз в месяц	Раз в неделю	Каждый и почти каждый день	
Сумма баллов:						

Пожалуйста, продолжайте заполнять анкету, если

- А) Вы женщина и Ваш результат теста больше или равен **4**
- Б) Вы мужчина и Ваш результат теста больше или равен **5**

Меньшая полученная сумма баллов становится Вашим окончательным результатом.
Смотрите комментарий на обороте.

Следующие вопросы теста AUDIT

Вопросы	Баллы					Ваши баллы
	0	1	2	3	4	
4. Как часто за последний год случилось так, что, начав употреблять алкоголь, Вы уже не могли остановиться?	Никогда	Реже раза в месяц	Раз в месяц	Раз в неделю	Каждый или почти каждый день	
5. Как часто за последний год из-за употребления алкоголя Вы не делали чего-то, чего от Вас ожидали?	Никогда	Реже раза в месяц	Раз в месяц	Раз в неделю	Каждый или почти каждый день	
6. Как часто за последний год наутро после обильного употребления алкоголя Вам требовался какой-нибудь содержащий напиток, чтобы преодолеть похмелье?	Никогда	Реже раза в месяц	Раз в месяц	Раз в неделю	Каждый или почти каждый день	
7. Как часто за последний год из-за употребления алкоголя Вы испытывали чувство вины или сожаления?	Никогда	Реже раза в месяц	Раз в месяц	Раз в неделю	Каждый или почти каждый день	
8. Как часто за последний год случилось так, что наутро после употребления алкоголя Вы не помнили происшедшего накануне вечером?	Никогда	Реже раза в месяц	Раз в месяц	Раз в неделю	Каждый или почти каждый день	
9. Вы сами или кто-то другой получал травмы в результате употребления алкоголя?	Нет		Да, но не в течение последнего года		Да, в течение последнего года	
10. Бывало ли так, что близкий человек, друг, врач или кто-то другой беспокоился об употреблении Вами алкоголя либо советовал его сократить?	Нет		Да, но не в течение последнего года		Да, в течение последнего года	
Сумма баллов:						

Комментарий к сумме баллов:

0 - 7 низкий уровень риска. Вероятность нанесения вреда здоровью при таком уровне потребления алкоголя невелика. Рекомендуется не увеличивать количества потребляемого алкоголя.

8 – 15 угрожающее здоровью потребление. При таком уровне потребления алкоголя повышен риск возникновения нарушений здоровья (сердечно-сосудистых заболеваний, инсульта, онкологических заболеваний, заболеваний желудочно-кишечного тракта). **Рекомендуется сократить употребление алкоголя.**

16 – 19 злоупотребление алкоголем. Такой уровень потребления наносит вред психическому и физическому здоровью. Необходимо сократить употребление алкоголя.

20+ возможная зависимость. Такой уровень потребления наносит вред психическому и физическому здоровью. Необходимо сократить употребление алкоголя или отказаться от него.