

AUDIT - markér dine vaner

Her er nogle spørgsmål om dine alkoholvaner indenfor det seneste år.

Besvar spørgsmålene så ærligt som mulig.

Sådan gør du: Sæt ring om det (udsagn) i skemaet, der passer bedst til dig, og læg dine points sammen.

Point står i øverste række.

Én genstand svarer til:



4 cl spiritus



8 cl hedvin



12 cl vin



33 cl alm. øl

| | 0 point | 1 point | 2 point | 3 point | 4 point | →Dine point |
|---|---------|--------------------------|--------------------------------------|-------------------|------------------------------|-------------------------------|
| 1. Hvor tit drikker du noget, der indeholder alkohol? | Aldrig | Højest 1 gang om måneden | 2-4 gange om måneden | 2-3 gange om ugen | 4 gange om ugen eller oftere | Skriv point og læg dem sammen |
| 2. Hvor mange genstande drikker du almindeligvis, når du drikker noget? | 1-2 | 3-4 | 5-6 | 7-9 | 10 eller flere | |
| 3. Hvor tit drikker du fem genstande eller flere ved samme lejlighed? | Aldrig | Sjældent | Månedligt | Ugentligt | Dagligt eller næsten dagligt | |
| 4. Har du inden for det seneste år oplevet, at du ikke kunne stoppe, når du først varbegyndt at drikke? | Aldrig | Sjældent | Månedligt | Ugentligt | Dagligt eller næsten dagligt | |
| 5. Har du inden for det seneste år oplevet, at du ikke kunne gøre dét, du skulle, fordi du havde drukket? | Aldrig | Sjældent | Månedligt | Ugentligt | Dagligt eller næsten dagligt | |
| 6. Har du inden for det seneste år måttet have en lille én om morgenen, efter at du havde drukket meget dagen før? | Aldrig | Sjældent | Månedligt | Ugentligt | Dagligt eller næsten dagligt | |
| 7. Har du inden for det seneste år haft dårlig samvittighed eller fortrudt, efter du har drukket? | Aldrig | Sjældent | Månedligt | Ugentligt | Dagligt eller næsten dagligt | |
| 8. Har du inden for det seneste år oplevet, at du ikke kunne huske, hvad der skete aftenen før, fordi du havde drukket? | Aldrig | Sjældent | Månedligt | Ugentligt | Dagligt eller næsten dagligt | |
| 9. Er du selv eller andre nogensinde kommet til skade ved en ulykke, fordi du havde drukket? | Nej | | Ja, men ikke inden for det sidste år | | Ja, inden for det sidste år | |
| 10. Har nogen i familien, en ven, en læge eller andre været bekymret over dine alkoholvaner eller foreslået dig at sætte forbruget ned? | Nej | | Ja, men ikke inden for det sidste år | | Ja, inden for det sidste år | |

Vurdering af score:

Score 0-7: Tyder ikke på et alkoholproblem

Score 8-15: Tyder på et storforbrug af alkohol

Score 16-19: Tyder på et skadeligt forbrug af alkohol

Score 20+: Tyder på alkoholafhængighed

Samlet AUDIT score =

Model efter:
Babor, T. F., Higgins-Biddle, J. C., Saunders, J. B., & Monteiro, M. G. (2001). (pp. 1-37).
Geneva: World Health Organization.