

# Тест на определение зависимости от алкоголя (АУДИТ)

[Дополнительные сведения о тесте ►](#)

Почему следует задать самому себе десять вопросов, касающихся употребления алкоголя?

Отвечая на вопросы теста "АУДИТ", вы получите полную картину потенциальных рисков и опасности, связанных с алкоголизмом, либо просто информацию, с тем, чтобы в ближайшем будущем подобной дилеммы не возникло. Суммарное количество очков показывает средний уровень и степень риска, кроме того, ответы на отдельные вопросы дают более четко представление о том, на что прежде всего следует обращать внимание при употреблении алкоголя.

Вопросы теста относятся к прошедшему году вашей жизни. Таким образом, при помощи теста можно отследить влияние на его результаты изменений в употреблении алкоголя.

"АУДИТ" был создан в 1980-х годах, когда Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) поручила группе исследователей разработать опросник, который помогал бы оценивать риски, вызванные употреблением алкоголя, совместно с пациентами поликлиник. Планировалось использовать тест как в развитых, так и в развивающихся странах, среди представителей разных культур. На первом этапе проекта к нему присоединились шесть стран: Норвегия, Австралия, Кения, Болгария, Мексика и США.

Цель теста состоит в отделении малопьющих людей от тех, у которых повышен риск развития алкоголизма, т.е. выявления тех, у кого употребление алкоголя только начинает вызывать трудности, и последующем предотвращении усугубления этих проблем. Объектами теста не являются исключительно люди с алкогольной зависимостью и алкоголики, хотя максимальное количество очков по тесту указывает именно на алкоголизм.

Первые три вопроса теста "АУДИТ" акцентированы на определении объема употребляемого спиртного, регулярности принятия алкоголя и частоты опьянения, т.е. принятия шести или более доз одновременно. Следующие три вопроса выявляют склонность к алкогольной зависимости. Остальные четыре вопроса характеризуют различные неприятные последствия употребления алкоголя; сюда относятся чувство вины, провалы в памяти, несчастные случаи, беспокойство близких. Просматривая свои ответы на вопросы, следует отметить, на какую область из вышеупомянутых трех приходится наибольшее количество полученных очков.

Результаты теста вначале анализируют по общему количеству очков, которое получают суммированием результатов ответов на вопросы. Границей риска в настоящий момент считается восемь очков. Исследования подтвердили, что эта цифра означает увеличение опасности, вызванной употреблением алкоголя, уже в ближайшем будущем, если человек не изменит свои привычки в этой области. В групповом обсуждении добровольцы-испытатели из Хельсинки подвергли критике задание границы, равной восьми очкам. Было сказано, что восемь очков можно получить уже за то, что за последний год имела место травма в состоянии опьянения, и супруг/супруга заметил(-а) это. Однако, тогда можно возразить: а что, если подобное повторяется из года в год?

Максимальное количество очков по тесту - 40. Чем выше результат теста, тем на более опасной стадии алкоголизма находится отвечающий. В общем случае считается, что при получении 20 или более очков тестируемому следует обратиться за помощью. Тем не менее, необходимо помнить, что тест "АУДИТ" не является методом диагностики, т.е. лишь на основании его результатов нельзя делать вывод о том, что ответивший на вопросы человек - сильно пьющий или алкоголик. Результаты теста, превышающие критическое количество очков, указывают только на то, что следует что-то предпринять в отношении собственного употребления алкоголя и при необходимости прибегнуть к более основательному исследованию, экспертизе или лечению.

Существует множество тестов для выявления алкогольной зависимости или алкоголизма. "АУДИТ"

является наиболее известным и часто применяемым из тестов, нацеленных на оценку рисков и трудностей, связанных с употреблением алкоголя. Помимо здравоохранения, они используются также в эпидемиологических исследованиях, которые направлены на оценку потребления вредных напитков. Тест доступен для ознакомления и заполнения на многих вебсайтах и на разных языках. Тестируемые относятся к необходимости ответов на вопросы положительно, более того, отмечено, что они дают в основном честные ответы.

Дополнительная информация:

Управление наркологических клиник

тел. 09 6220 290

e-mail: tiedotus@a-klinikka.fi

Согласно данному тесту можно достаточно точно оценить степень риска употребления алкогольных напитков.

Пометьте, пожалуйста, тот вариант ответа, который наиболее соответствует Вашей ситуации в отношении приёма алкоголя

### **Сколько Вы пьете?**

1. Как часто Вы употребляете пиво, вино или другие алкогольные напитки? Постарайтесь припомнить также и те случаи, когда Вы принимали спиртное в небольшом количестве, например, бутылку пива средней крепости или немного вина.

- 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 доз Вы обычно принимаете в те дни, когда употребляете спиртное?

- 1-2 дозы**
- 3-4 дозы**
- 5-6 доз**
- 7-9 доз**
- 10 и более доз**

3. Как часто Вы принимали шесть или более доз?

- ни разу**
- реже, чем раз в месяц**
- раз в месяц**
- раз в неделю**
- ежедневно или почти ежедневно**

### **Удается ли Вам контролировать ситуацию?**

4. Сколько раз в течение прошлого года случилось так, что Вы были не в состоянии остановиться, прекратить употребление спиртного после того, как начали его принимать?

- ни разу**
- реже, чем раз в месяц**
- раз в месяц**
- раз в неделю**
- ежедневно или почти ежедневно**

### **Остались ли дела невыполненными?**

5. Сколько раз в течение прошлого года из-за употребления алкоголя остались невыполненными дела, которые Вы обычно делаете?

- ни разу**
- реже, чем раз в месяц**

- раз в месяц
- раз в неделю
- ежедневно или почти ежедневно

#### Самочувствие после приема алкоголя.

6. Как часто по утрам в течение прошлого года после чрезмерного накануне приема спиртного Вам необходимо было выпить пива или другого алкогольного напитка для того, чтобы прийти в себя?

- ни разу
- реже, чем раз в месяц
- раз в месяц
- раз в неделю
- ежедневно или почти ежедневно

#### Испытывали ли Вы угрызения совести?

7. Сколько раз за последний год Вы после выпивки испытывали чувство вины перед близкими или угрызения совести за свое поведение?

- ни разу
- реже, чем раз в месяц
- раз в месяц
- раз в неделю
- ежедневно или почти ежедневно

#### Были ли "провалы в память"?

8. Сколько раз в течение прошлого года на следующее утро после приема алкоголя Вы не могли вспомнить, что было накануне вечером?

- ни разу
- реже, чем раз в месяц
- раз в месяц
- раз в неделю
- ежедневно или почти ежедневно

#### Были ли пострадавшие?

9. Получали ли Вы или кто-то другой физические повреждения или увечья, как следствие употребления Вами алкогольных напитков?

- нет
- да, но не в течение последнего года
- да, в течение последнего года

#### Реакция окружающих.

10. Озабочены ли Ваши близкие, друзья, врач или кто-то другой тем, что Вы выпиваете? Предлагали ли они Вам сократить прием алкогольных напитков?

- нет
- да, но не в течение последнего года
- да, в течение последнего года

11. Ваш пол

- мужчина
- женщина

12. Возраст

- 15 или меньше
- 16 - 17
- 18 - 24
- 25 - 30
- 31 - 40

- 41 - 50
- 51 - 64
- 65 и более

13. Кого тестируете

- себя
- супруга/супругу
- ребенка
- других близких
- клиента

**Результат**

[О тесте ►](#)

*Источник: Всемирная Организация здравоохранения WHO (АУДИТ-тест).*

link

Lähde verkko-osoite: <https://paihdelinkki.fi/fi/node/1064>