

Hur riskabelt är alkoholbruket - AUDIT

Använder du alkohol måttligt, lagom eller för mycket? Är ditt alkoholbruk till glädje eller besvär? Har du någon gång velat minska ditt drickande? Du kan själv testa och bedöma ditt alkoholbruk.

Testresultaten kan även användas som material för forskning om beroenden. Vi publicerar resultaten och respondenternas bakgrundsuppgifter endast i statistisk form.

Klicka för det svarsalternativ som bäst motsvarar din situation.

1. Hur ofta dricker du öl, vin eller andra alkoholhaltiga drycker? Notera även de tillfällen då du dricker endast små mängder, t.ex ett glas vin eller öl.

- aldrig
- cirka en gång i månaden eller mindre
- 2-4 gånger i månaden
- 2-3 gånger i veckan
- 4 gånger i veckan eller oftare

2. Hur många [portioner](#) alkohol har du vanligen druckit de dagar då du använt alkohol?

- 1-2 portioner
- 3-4 portioner
- 5-6 portioner
- 7-9 portioner
- 10 portioner eller mer

3. Hur ofta har du druckit sex alkoholportioner eller mer per gång?

- aldrig
- mindre än en gång i månaden
- en gång i månaden
- en gång i veckan
- dagligen eller nästan dagligen

Har du svårt att sluta?

4. Hur ofta under det gångna året har det gått så att du inte kunnat sluta när du väl börjat dricka?

- aldrig
- mindre än en gång i månaden
- en gång i månaden
- en gång i veckan
- dagligen eller nästan dagligen

Blev något ogjort?

5. Hur ofta under det senaste året har det hänt att du på grund av ditt drickande inte fått något sådant uträttat som vanligen hör till dina uppgifter?

- aldrig
- mindre än en gång i månaden
- en gång i månaden
- en gång i veckan
- dagligen eller nästan dagligen

Behöver du återställare?

6. Hur ofta under det gångna året har du behövt öl eller annan alkohol för att bättre komma igång på morgonen efter en kväll då du druckit mycket?

- aldrig
- mindre än en gång i månaden
- en gång i månaden
- en gång i veckan
- dagligen eller nästan dagligen

Moralisk baksmälla?

7. Hur ofta under det senaste året har du haft skuld känslor eller ångrat dig när du druckit?

- aldrig
- mindre än en gång i månaden
- en gång i månaden
- en gång i veckan
- dagligen eller nästan dagligen

Blev det luckor i minnet?

8. Hur ofta under det senaste året har du upplevt att du inte på grund av drickandet kommit ihåg vad som hänt kvällen innan?

- aldrig
- mindre än en gång i månaden
- en gång i månaden
- en gång i veckan
- dagligen eller nästan dagligen

Har du skadat dig själv eller andra?

9. Har du skadat dig själv eller har någon annan stött sig eller fått skador till följd av ditt alkoholbruk?

- nej
- ja, men inte under det gångna året
- ja, under det senaste året

Har någon haft något att påstå?

10. Har någon närstående, en vän, en läkare eller någon annan varit bekymrad över ditt alkoholbruk eller föreslagit att du borde börja dricka mindre?

- aldrig
- ja, men inte det senaste året
- ja, under det gångna året

11. Är du:

- Man
- Kvinna

12. Ålder

- 15 eller under
- 16 - 17
- 18 - 24
- 25 - 30
- 31 - 40
- 41 - 50
- 51 - 64
- 65 eller mera

Testresultaten kan användas som material för forskning om beroenden. Vi publicerar resultaten och respondenternas bakgrundsuppgifter endast i statistisk form.

Ge respons

Information om testet ►

Källa: Världshälsoorganisationen WHO (AUDIT-test).

link

Källa till webbadress: <https://paihdelinkki.fi/sv/tester-och-matarn/alkohol/hur-riskabelt-ar-alkoholbruket-audit>