

Опитувальник CAGE – для виявлення зловживання алкоголем:

Cut down 1. Чи відчували Ви коли – небудь потребу чи необхідність обмежити вживання алкоголю?

Annoyance 2. Чи дратують Вас люди, які критикують Вас за вживання алкоголю?

Guilt 3. Чи траплялося так, що через випивку Ви відчували сором або докори сумління?

Eye-opener 4. Чи бувало так, що вранці після пробудження вашим першим бажанням було випити пива або чогось міцнішого, аби покращити самопочуття?

Дві та більше позитивні відповідь на тест свідчать про зловживання алкоголем.

Ознаки хворобливої пристрасті до алкоголю (за Р. Хейлманом)

1. Постійні думки про алкоголь.

Питання:

- Чи очікуєте Ви на закінчення роботи, щоб випити?
- Чи ловити себе на думці, що чекаєте на закінчення робочого тижня чи якогось свята, коли можна буде «розслабитися», «погуляти»?
- Чи помічаєте, що думка про випивку вривається у Вашу свідомість в невідповідний момент, коли Вам слід думати про щось інше?
- Чи з'являється у Вас потреба «прийняти на душу» в певний період доби?

2. Збільшення толерантності (виносливості) до алкоголю.

Питання:

- Чи змінилася (збільшилася) Ваша мірка алкоголю від якої Ви п'янієте?
- Чи можете ви пити більше, ніж інші і при цьому не п'яніти?
- Чи гордитеся тим, що можете випити більше, ніж інші?

3. Швидке поглинання алкоголю.

Питання:

- Чи випиваєте Ви Вашу чарку залпом чи ділите на частини?
- Чи не траплялося так, що йдучи на гостину Ви вдома приймали певну дозу алкоголю, щоб бути вже «у формі»?

4. Вживання алкоголю на самоті, без компанії.

Питання:

- Чи випиваєте Ви інколи на одинці?
- Чи можете Ви інколи випити, коли інші не п'ють?

5. Вживання алкоголю в якості універсальних ліків

Питання:

- Чи випиваєте Ви для заспокоєння нервів, зняття стресу?
- Чи виникають думки про випивку, коли Ви маєте певні неприємності, фізичне знедужання?

6. Покупка алкоголю про запас

Питання:

- Чи чуєте себе спокійніше, коли у Вас є в запасі пляшка алкоголю, вдома чи на роботі (в гаражі, сейфі, туалеті)?

7. Незапланована випивка

Питання:

- Чи буває так, що Ви йдете кудись випивати, хоча мали намір йти додому?
- Чи випиваєте Ви більше, ніж планували/ мали намір випити спочатку?

8. Випадіння з пам'яті моменту завершення випивки

Питання:

- Чи бували у Вас випадки, коли Ви непам'ятали як завершилася вчорашня випивка?
- Чи завжди Ви пам'ятаєте після випивки, де були, з ким пили, що з Вами відбувалося?

** Якщо чотири й більше позитивних відповіді на запропоновані твердження, можна говорити про залежність. Остаточний діагноз ставить лікар – нарколог.*