

Для размещения на официальных сайтах медицинских организаций Рязанской области

Узнайте – склонны ли Вы к алкогольной зависимости?

Каждый положительный ответ оценивается в 1 балл,
отрицательный - 0 баллов.

- 1) Нужно ли вам немного выпить перед важной встречей, так сказать, для смелости?
- 2) Снимаете ли вы рюмкой горячительных напитков стрессы и неприятности в конце рабочего дня?
- 3) Отзываются ли о вас следующим образом: «Когда он немного выпьет, то общаться с ним становится проще и веселее?»
- 4) Ощущаете ли вы чувство вины после принятия алкоголя?
- 5) Можете ли вы отнести к себе это утверждение: «Я пил, пью и буду!»
- 6) Любите ли вы поспорить с друзьями кто больше или быстрее выпьет литр пива, бутылку водки?
- 7) После «ударно» проведенного вечера случались ли у вас провалы в памяти?
- 8) Позволяете ли вы себе сесть за руль автомобиля в нетрезвом виде?
- 9) Оправдываете ли вы желание выпить свое душевное смятение?
- 10) Приходилось ли вам выпивать на работе, слабоалкогольный напиток или более крепкий?
- 11) Поднимает ли вам настроение алкоголь?
- 12) Пьете ли вы первую рюмку залпом?
- 13) Всегда ли вы пьете в компании, или можете это сделать в одиночку?
- 14) Храните ли вы дома бутылочку «про запас»?
- 15) Считаете ли вы, что разговоры о вредности алкоголя сильно преувеличены?
- 16) Вызывают ли у вас раздражение люди, ведущие трезвый образ жизни?
- 17) Во время застолья, считаете ли вы выпитые рюмки?
- 18) Раздражают ли вас тонкие ценители напитков?
- 19) Непьющий человек не может быть «настоящим», верно ли это выражение?
- 20) Судите ли вы о цене товара, пересчитывая его стоимость в эквиваленте на бутылку водки, коньяка?
- 21) Вы пьете и считаете, что в этом нет ничего стыдного.
- 22) Вызывают ли гнев окружающие, делающие вам замечания по поводу количества выпитого вами?
- 23) Считаете ли вы глупыми и бесполезными тест на склонность к алкоголизму?

Результаты:

От 0 до 3 баллов – вы приверженец трезвого образа жизни;

От 4 до 7 баллов – алкоголь для вас не является культом, но вы можете позволить себе иногда немного выпить;

От 8 до 11 баллов – вы нуждаетесь в периодическом контроле над собой;

От 12 до 14 баллов – вам пора установить определенный предел выпитого во время застолья;

От 15 до 18 баллов – к сожалению, алкоголь для вас «хороший друг»

От 18 баллов и выше – высокая опасность развития хронического алкоголизма.