



Z možností, které se Vám nabízejí jako odpovědi, zvolte tu, která se nejvíce přibližuje skutečnosti. Zakroužkujte číslici před odpovědí. V testu se používá pojem „standardní sklenice“. Standardní sklenicí se rozumí v této verzi dotazníku půl litru 12° piva, 2 „deci“ přírodního vína nebo 0,05 l („půldeci“) destilátu.

Otázky 1. - 8. se týkají posledních 12 měsíců.

1) Jak často pijete nápoje obsahující alkohol včetně piva?

- 0 - Nikdy
- 1 - Jednou za měsíc a méně
- 2 - 2-4x za měsíc
- 3 - 2-3x týdně
- 4 - 4x nebo více za týden

2) Kolik standardních sklenic vypijete během typického dne, kdy pijete? (Jedna standardní sklenice odpovídá půl litru 12 stupňového piva, 2 „deci“ vína nebo „půldeci“ destilátu.)

- 0- Nejvýše 1
- 1- 1,5 až 2
- 2 - 2,5 až 3
- 3- 3,5 až 3
- 4- 5 a více

3) Jak často vypijete 3 nebo více standardních sklenic při jedné příležitosti? (Jedna standardní

sklenice odpovídá půl litru 12° piva, 2 „deci“ vína nebo „půldeci“ destilátu.)

- 0 - Nikdy
- 1 - Méně než jednou za měsíc
- 2 - Jednou za měsíc
- 3 - Jednou za týden
- 4 - Denně nebo téměř denně

4) Jak často jste během posledních 12 měsíců zjistili, že nejste schopni přestat pít, když jste začali?

- 0 - Nikdy
- 1 - Méně než 1x za měsíc
- 2 - 1x za měsíc
- 3 - 1x týdně
- 4 - Denně nebo téměř denně

5) Jak často jste kvůli pití během posledních 12 měsíců neudělali to, co se od Vás běžně očekávalo?

- 0 - Nikdy
- 1 - Méně než 1x za měsíc
- 2 - 1x za měsíc
- 3 - 1x za týden
- 4 - Denně nebo téměř denně

6) Jak často jste během posledních 12 měsíců potřebovali hned ráno sklenici alkoholického nápoje (počítá se i pivo), abyste mohl fungovat po předchozím vydatném pití?

- 0 - Nikdy
- 1 - Méně než 1x za měsíc
- 2 - 1x za měsíc
- 3 - 1x za týden

- 4 - Denně nebo téměř denně

7) Jak často jste měli během posledních 12 měsíců pocity viny nebo výčitky svědomí kvůli pití?

- 0 - Nikdy
- 1 - Méně než 1x za měsíc
- 2 - 1x za měsíc
- 3 - 1x za týden
- 4 - Denně nebo téměř denně

8) Jak často během posledních 12 měsíců jste nebyli schopni si vzpomenout, co se dělo předchozí večer, protože jste pili?

- 0 - Nikdy
- 1 - Méně než 1x za měsíc
- 2 - 1x za měsíc
- 3 - 1x za týden
- 4 - Denně nebo téměř denně

9) Byli jste nebo byl někdo jiný zraněn v důsledku vašeho pití?

- 0 - Nikdy
- 1 - Ano, ale ne v posledních 12 měsících
- 2 - Ano, během posledních 12 měsíců

10) Byl někdo z příbuzných nebo přátel, nějaký lékař nebo sociální pracovník znepokojen Vaším pitím a navrhoval vám, abyste pili méně?

- 0 - Nikdy

- 1 - Ano, ale ne v posledních 12 měsících
- 2 - Ano v posledních 12 měsících

Vyhodnocení:

Nyní sečtěte čísla, která jste zakroužkovali.

- Pokud součet dosahuje 8 bodů a více, máte s alkoholem určitý problém.
- Vyšší hodnoty v otázkách 1) - 3) svědčí pro nebezpečné pití.
- Vyšší hodnoty v otázkách 4) - 6) svědčí pro závislost na alkoholu.
- Vyšší hodnoty v otázkách 7) - 10) svědčí pro škodlivé pití alkoholu.

Související odkaz:

[Přejít na stránku se seznamem všech testů na alkoholismus.](#)