

**Fragebogen zur Selbsteinschätzung,  
ob ein problematischer Alkoholkonsum vorliegen könnte**

AUDIT (Alcohol Use Disorders Identification Test, Babor et al., 2001)

<b>Wie oft nehmen Sie ein alkoholisches Getränk zu sich?</b>				
<input type="radio"/> niemals  (0)	<input type="radio"/> 1-mal im Monat oder seltener  (1)	<input type="radio"/> 2 – 4 mal im Monat  (2)	<input type="radio"/> 2 – 3 mal pro Woche  (3)	<input type="radio"/> 4-mal oder öfter pro Woche  (4)
<b>Wenn Sie alkoholische Getränke zu sich nehmen, wieviel trinken Sie dann typischerweise an einem Tag? (Hinweis: 1 Glas Alkohol entspricht 0,33 l Bier oder 1/8 l Wein/Sekt oder 2 cl Brandy)</b>				
<input type="radio"/> 1 – 2  (0)	<input type="radio"/> 3 – 4  (1)	<input type="radio"/> 5 – 6  (2)	<input type="radio"/> 7 – 9  (3)	<input type="radio"/> 10 oder mehr  (4)
<b>Wie oft trinken Sie 6 oder mehr Gläser Alkohol bei einer Gelegenheit?</b>				
<input type="radio"/> niemals  (0)	<input type="radio"/> seltener als 1- mal im Monat  (1)	<input type="radio"/> 1-mal im Monat  (2)	<input type="radio"/> 1-mal pro Woche  (3)	<input type="radio"/> täglich oder fast täglich  (4)
<b>Wie oft haben Sie in den letzten 12 Monaten erlebt, dass Sie nicht mehr mit dem Trinken aufhören konnten, nachdem Sie einmal begonnen hatten?</b>				
<input type="radio"/> niemals  (0)	<input type="radio"/> seltener als 1- mal im Monat  (1)	<input type="radio"/> 1-mal im Monat  (2)	<input type="radio"/> 1-mal pro Woche  (3)	<input type="radio"/> täglich oder fast täglich  (4)
<b>Wie oft passierte es in den letzten 12 Monaten, dass Sie wegen des Trinkens Erwartungen, die man normalerweise an Sie hat, nicht mehr erfüllen konnten?</b>				
<input type="radio"/> niemals  (0)	<input type="radio"/> seltener als 1- mal im Monat  (1)	<input type="radio"/> 1 mal im Monat  (2)	<input type="radio"/> 1-mal pro Woche  (3)	<input type="radio"/> täglich oder fast täglich  (4)
<b>Wie oft brauchten Sie während der letzten 12 Monate am Morgen ein alkoholisches Getränk, um sich nach einem Abend mit viel Alkoholgenuss wieder fit zu fühlen?</b>				
<input type="radio"/> niemals  (0)	<input type="radio"/> seltener als 1- mal im Monat  (1)	<input type="radio"/> 1 mal im Monat  (2)	<input type="radio"/> 1-mal pro Woche  (3)	<input type="radio"/> täglich oder fast täglich  (4)

<b>Wie oft hatten Sie während der letzten 12 Monate Schuld- oder Reuegefühle, nachdem Sie getrunken hatten?</b>				
<input type="radio"/> niemals (0)	<input type="radio"/> seltener als 1-mal im Monat (1)	<input type="radio"/> 1-mal im Monat (2)	<input type="radio"/> 1-mal pro Woche (3)	<input type="radio"/> täglich oder fast täglich (4)
<b>Wie oft haben Sie sich während der letzten 12 Monate nicht mehr an den vorangegangenen Abend erinnern können, weil Sie getrunken hatten?</b>				
<input type="radio"/> niemals (0)	<input type="radio"/> seltener als 1-mal im Monat (1)	<input type="radio"/> 1-mal im Monat (2)	<input type="radio"/> 1-mal pro Woche (3)	<input type="radio"/> täglich oder fast täglich (4)
<b>Haben Sie sich oder eine andere Person unter Alkoholeinfluss schon einmal verletzt?</b>				
<input type="radio"/> nein (0)	<input type="radio"/> ja, aber vor mehr als 12 Monaten (2)	<input type="radio"/> ja, in den letzten 12 Monaten (4)		
<b>Hat sich ein Angehöriger/eine Angehörige, ein Freund/eine Freundin oder auch ein Arzt/eine Ärztin schon einmal besorgt über Ihren Alkoholkonsum geäußert oder vorgeschlagen, dass Sie den Konsum einschränken sollten?</b>				
<input type="radio"/> nein (0)	<input type="radio"/> ja, aber vor mehr als 12 Monaten (2)	<input type="radio"/> ja, in den letzten 12 Monaten (4)		

**Auswertungshinweis:**

Die jeweiligen Punktwerte zu jeder Antwort befinden sich unterhalb der Ankreuzkästchen. Die angegebenen Punktezahlen der einzelnen Fragen werden zur Gesamtpunktezahl addiert. Ein **Summenwert von 8 oder mehr Punkten** gilt als Hinweis für einen problematischen Alkoholkonsum.

Dieser Selbsttest dient einer ersten groben Einschätzung der eigenen Trinkgewohnheiten. Sollten Sie 8 oder mehr Punkte erreichen, empfehlen wir, sich mit ihrem Hausarzt oder mit einer Alkoholberatungsstelle in Verbindung zu setzen.