

알코올 중독 자가 진단

다음 문항은 당신의 음주 습관에 대한 질문입니다.
문장을 읽고, 당신의 상태를 가장 잘 설명하는 항목을 골라 체크 하세요.
점수 계산 및 해석은 뒷장에 있습니다.

	문항	0	1	2	3	4
1	얼마나 술을 자주 마십니까?	전혀 마시지 않음	한 달에 한 번 미만	한달에 2~4회	일주일 2~3회	일주일 4회 이상
2	술을 마시는 날 몇 잔 정도 마십니까?	1~2잔	3~4잔	5~6잔	7~9잔	10잔 이상
3	한 번에 소주 1병 또는 맥주 4병 이상의 음주는 얼마나 자주 하십니까?	전혀 없음	한 달에 한 번 미만	한 달에 한 번	일주일에 한 번	매일 같이
4	지난 1년간 한 번 술을 마시기 시작하면 멈출 수 없단 것을 안 때가 얼마나 자주 있었습니까?	전혀 없음	한 달에 한 번 미만	한 달에 한 번	일주일에 한 번	매일 같이
5	지난 1년간 평소 같으면 할 수 있던 일을 음주 때문에 하지 못한 일(실패한 경우)이 얼마나 자주 있었습니까?	전혀 없음	한 달에 한 번 미만	한 달에 한 번	일주일에 한 번	매일 같이
6	지난 1년간 술을 마신 다음 날 해장술이 필요했던 경우가 얼마나 자주 있습니까?	전혀 없음	한 달에 한 번 미만	한 달에 한 번	일주일에 한 번	매일 같이
7	지난 1년간 음주 후에 죄책감을 느끼거나 후회한 적이 얼마나 자주 있습니까?	전혀 없음	한 달에 한 번 미만	한 달에 한 번	일주일에 한 번	매일 같이
8	지난 1년간 음주 때문에 전날 밤에 있었던 일이 기억나지 않았던 적이 얼마나 자주 있었습니까?	전혀 없음	한 달에 한 번 미만	한 달에 한 번	일주일에 한 번	매일 같이
9	음주로 인해 자신이나 다른 사람들을 다치게 한 적이 있습니까?	전혀 없음		지난 1년간은 없었음		지난 1년간 있었음
10	친척이나 친구, 의사가 당신이 술 마시는 것을 걱정하거나 당신에게 술 끊기를 권유한 적이 있습니까?	전혀 없음		지난 1년간은 없었음		지난 1년간 있었음

알코올 중독 자가 진단 점수 계산 및 결과

체크한 점수를 합산해주세요!

0	1	2	3	4	합계

12점~14점: 상습적 과음주자로 주의가 필요합니다.

15점~19점: 문제음주자로 적절한 조치가 필요합니다.

20~24점: 전문가와의 상담이 요구됩니다.

25점 이상: 알코올 중독자로 전문적 입원치료 및 상담이 필요합니다.