

アルコール使用障害スクリーニング（AUDIT）

現在の飲酒習慣が適切か、健康への被害や日常生活への影響が出るほど問題があるのか、AUDIT（The Alcohol use Disorders identification Test）というスクリーニングテストで、チェックしてみましょう。
 ※AUDIT は、WHO（世界保健機関）の調査研究により作成された、アルコール依存症のスクリーニング（分類）テストです。

以下の1～10までの質問で、最も近い回答に○をつけましょう。

質問1 あなたはアルコール含有飲料（お酒）をどのくらいの頻度で飲みますか？



0 点	飲まない
1 点	1 か月に1度以下
2 点	1 か月に2～4度
3 点	週に2～3度
4 点	週に4度以上

質問2 飲酒するときには通常どのくらいの量を飲みますか？

<純アルコール量の目安>

ビール中ビン1本（500ml）・・・20g
 日本酒1合（180ml）・・・・・・22g
 ウイスキーダブル（60ml）・・・20g
 焼酎（25度）1合（180ml）・36g
 ワイン1杯（120ml）・・・・・・12g

<ドリンク数の計算方法>

純アルコール量（g）＝飲んだ酒の量（ml）×酒の濃度（度数/100）×0.8
 ドリンク数＝純アルコール量（g）÷10

0 点	0～2ドリンク
1 点	3～4ドリンク
2 点	5～6ドリンク
3 点	7～9ドリンク
4 点	10ドリンク以上



質問3 一度に6ドリンク以上飲酒することがどのくらいの頻度でありますか？



0 点	ない
1 点	月に1度未満
2 点	月に1度
3 点	週に1度
4 点	毎日あるいはほとんど毎日

質問4 過去1年間に、飲み始めるとやめられなかったことが、どのくらいの頻度でありましたか？



0 点	ない
1 点	月に1度未満
2 点	月に1度
3 点	週に1度
4 点	毎日あるいはほとんど毎日

質問5 過去1年間に、普通だと思えることを飲酒していたためにできなかったことが、どのくらいの頻度でありましたか？



0点	ない
1点	月に1度未満
2点	月に1度
3点	週に1度
4点	毎日あるいはほとんど毎日

質問6 過去1年間に、深酒の後体調を整えるために、朝迎え酒をしなければならなかったことが、どのくらいの頻度でありましたか？



0点	ない
1点	月に1度未満
2点	月に1度
3点	週に1度
4点	毎日あるいはほとんど毎日

質問7 過去1年間に、飲酒後罪悪感や自責の念にかられたことが、どのくらいの頻度でありましたか？



0点	ない
1点	月に1度未満
2点	月に1度
3点	週に1度
4点	毎日あるいはほとんど毎日

質問8 過去1年間に、飲酒のため前夜の出来事を思い出せなかったことが、どのくらいの頻度でありましたか？



0点	ない
1点	月に1度未満
2点	月に1度
3点	週に1度
4点	毎日あるいはほとんど毎日

質問9 あなたの飲酒のために、あなた自身かほかの誰かがけがをしたことがありますか？



0点	ない
2点	あるが過去1年にはなし
4点	過去1年間にあり

質問10 肉親や親せき、友人、医師、あるいは他の健康管理にたずさわる人が、あなたの飲酒について心配したり、飲酒量を減らすように勧めたりしたことがありますか？

0点	ない
2点	あるが過去1年にはなし
4点	過去1年間にあり



AUDIT の判定方法

質問1	質問2	質問3	質問4	質問5	質問6	質問7	質問8	質問9	質問10
点	点	点	点	点	点	点	点	点	点

合計 点

~7点

8~14点

15点~

【判定】
問題飲酒は
ないと思われる

【判定】
問題飲酒はあるが
依存症には至らない

【判定】
依存症が疑われる

今のまま
お酒と上手に
付き合いましょう

減酒の目標を立てて、
減酒に取り組むことを
お勧めします。

「アルコール依存症の疑い」
専門医療機関への受診を
お勧めします。

※ここではアルコール依存症を疑う境界を 14 点と 15 点の間に置いていますが、AUDIT の点数はあくまでも判断材料の一つであり、アルコール依存症か否かに関しては医師が総合的に診断します。

