

Nachfolgend finden Sie eine Reihe von Aussagen über Beschwerden und Probleme, die in Zusammenhang mit Alkoholtrinken auftreten können. Bitte machen Sie für jede dieser einzelnen Aussagen ein Kreuz.

Vielleicht werden Sie manchmal den Eindruck haben, dass eine Aussage nicht richtig passt. Kreuzen Sie aber trotzdem **immer eine der beiden Antworten** an und zwar die, welche am ehesten auf Sie zutrifft.

	AUSSAGEN	JA	NEIN
1.	Leiden Sie unter Schlafstörungen und Alpträumen?		
2.	Leiden Sie in letzter Zeit häufiger an Zittern der Hände?		
3.	Leiden Sie zeitweilig, besonders morgens, an einem Würgegefühl oder Brechreiz?		
4.	Haben Sie schon einmal versucht, Zittern oder morgendlichen Brechreiz mit Alkohol zu kurieren?		
5.	Haben Sie in Zeiten erhöhten Alkoholkonsums weniger gegessen?		
6.	Haben Sie nach den ersten Gläsern ein unwiderstehliches Verlangen weiterzutrinken?		
7.	Leiden Sie an Gedächtnislücken nach starkem Trinken?		
8.	Ich trinke Alkohol lieber, wenn ich allein bin.		
9.	Haben Sie ein Trinksystem versucht, z.B. nur zu bestimmten Zeiten trinken?		
10.	Ärgern Sie sich über kritische Bemerkungen Ihrer Umgebung wegen Ihres Alkoholkonsums?		
11.	Fühlen Sie sich sicherer und selbstbewusster, wenn Sie Alkohol getrunken haben?		
12.	Ich denke häufig an Alkohol.		
13.	Haben Sie Schuldgefühle wegen Ihres Trinkens?		
14.	Haben Sie zu Hause oder im Betrieb einen kleinen versteckten Vorrat mit alkoholischen Getränken?		
15.	Es kommt nicht selten vor, dass Sie vor dem Mittagessen Alkohol trinken?		
16.	Trinken Sie Alkohol, um Stresssituationen besser bewältigen zu können oder um Ärger und Sorgen zu vergessen?		
17.	Sind Sie schon einmal wegen Fahrens unter Alkoholeinfluss mit der Polizei in Konflikt gekommen?		
18.	Ich habe schon versucht, zeitweilig ohne Alkohol zu leben.		
19.	Haben Sie versucht Ihren Alkoholkonsum zu reduzieren?		
20.	Ich habe manchmal auch dann Alkohol getrunken, wenn es mir vom Arzt verboten wurde.		
21.	Haben Sie einen Kreis von Freunden und Bekannten, in dem viel getrunken wird?		
22.	Brauchen Sie morgens Alkohol um erst richtig leistungsfähig zu werden?		

AUSWERTUNG

Ihre Punktzahl:

Jede mit JA beantwortete Aussage erhält 1 Punkt. Die Aussagen 4, 6, 10, 13, 19 und 22 erhalten 4 Punkte. Bei einer Gesamtzahl von 6 und mehr Punkten ist von einem Trinkverhalten auszugehen, bei dem eine Abhängigkeit vermutet werden muss.

Dieser Fragebogen setzt sich aus dem MALT-TEST (Münchener-Alkoholismus-Test vom Münchener Max-Planck-Institut für Psychiatrie) und dem CAGE-Test (so benannt nach den Anfangsbuchstaben der 4 Fragen des englischen Originaltextes), hier die Aussagen Nr. 10, 13, 19 und 22, zusammen.