



Eine erste Einschätzung in nur wenigen Minuten

Selbsttest zum Alkoholkonsum

Alkohol zu trinken ist gesellschaftlich akzeptiert. Vom Frühschoppen über das Feierabendbier bis zum Glas Wein während des Abendessens – der Konsum von Alkohol ist für viele Menschen ganz normal.

Doch gerade weil viele Menschen ihren Genuss von alkoholischen Getränken gut unter Kontrolle haben, fällt der bedenkliche Alkoholkonsum zunächst kaum auf. Von diesem zu wirklicher Abhängigkeit ist wiederum die Grenze fließend. Ab wann also wird es gefährlich?

Weil es nicht einfach ist, einen riskanten oder abhängigen Alkoholkonsum zu erkennen, empfehlen die aktuellen Therapieleitlinien den Einsatz standardisierter Erhebungsinstrumente und Fragebögen.

Bei dem folgenden Selbsttest handelt es sich um das von der Weltgesundheitsorganisation (WHO) empfohlene AUDIT-Verfahren (Alcohol Use Disorder Identification Test), das sich in zahlreichen Studien als valides Instrument erwiesen hat.