

(19) 久里浜式アルコール症スクリーニングテスト (KAST)

○ 男性向け

最近6ヶ月の間に次のようなことがありましたか？	はい	いいえ
1. 食事は1日3回、ほぼ規則的にとっている		
2. 糖尿病、肝臓病、または心臓病と診断され、その治療を受けたことがある		
3. 酒を飲まないで寝付けないことが多い		
4. 二日酔いで仕事を休んだり、大事な約束を守らなかったりしたことが時々ある		
5. 酒をやめる必要性を感じたことがある		
6. 酒を飲まなければいい人だとよく言われる		
7. 家族に隠すようにして酒を飲むことがある		
8. 酒がきれたときに、汗が出たり、手が震えたり、いらいらや不眠など苦しいことがある		
9. 朝酒や昼酒の経験が何度かある		
10. 飲まないほうがよい生活を送れそうだと思う		

○ 女性向け

最近6ヶ月の間に次のようなことがありましたか？	はい	いいえ
1. 酒を飲まないで寝付けないことが多い		
2. 医師からアルコールを控えるようにと言われたことがある		
3. せめて今日だけは酒を飲むまいと思っても、つい飲んでしまうことが多い		
4. 酒の量を減らそうとしたり、酒を止めようと試みたことがある		
5. 飲酒しながら、仕事、家事、育児をすることがある		
6. 私のしていた仕事をまわりの人がするようになった		
7. 酒を飲まなければいい人だとよく言われる		
8. 自分の飲酒についてうしろめたさを感じたことがある		