

Alkoholinkäytön riskitason arviointi

– AUDIT (Alcohol User Disorders Identification Test) -kyselyllä (WHO 2001)

Kyselyn toteutus

AUDIT -kysely voidaan tehdä joko suullisesti (työntekijä haastattelee asiakasta) tai kirjallisesti (asiakas täyttää kyselyn etukäteen tai vastaanotolla).

Kyselyn ohjeistus

Kysely selvittää viimeisen vuoden alkoholinkäyttöä, kahta viimeistä kysymystä lukuun ottamatta, jotka käsittelevät asiakkaan pidempiaikaista alkoholinkäyttöä.

Jos asiakas vastaa ensimmäiseen kysymykseen ”ei koskaan”, siirry kysymykseen yhdeksän.

Kyselyn sisältö

- Kysymykset 1–3 kuvaavat alkoholin käyttötavan riskejä eli juomisen tiheyttä (kysymys 1), tyyppilistä käyttömäärää (kysymys 2), ja humalajuomisen tiheyttä (kysymys 3). Kysymysten avulla saadaan tietoa esimerkiksi humalajuomisen ja päivittäisen juomisen riskeistä.
- Kysymykset 4–6 kuvaavat riippuvuuden oireita eli heikentynyttä juomisen hallintaa (kysymys 4), juomisen merkityksen kasvua (kysymys 5), sekä krapulajuomista (kysymys 6). Kysymysten avulla saadaan tietoa mahdollisista alkoholiriippuvuuden oireista.
- Kysymykset 7–10 kuvaavat alkoholinkäytön haittoja eli syyllisyyttä juomisesta (kysymys 7), tajunnan menetystä (kysymys 8), alkoholinkäyttöön liittyviä tapaturmia (kysymys 9), sekä lähipiirin huolestumista juomisesta (kysymys 10). Kysymysten avulla saadaan tietoa jo ilmenneistä alkoholinkäyttöön liittyvistä haitoista.

Pisteytys

Jokaisesta kysymyksestä voi saada 0–4 pistettä. Testin maksimipisteet ovat 40.

Esimerkki kysymyksen pisteytyksestä:

Kysymys 1. Kuinka usein juot olutta, viiniä tai muita alkoholijuomia? Koeta ottaa mukaan myös ne kerat, jolloin nautit vain pieniä määriä, esim. pullon keskiolutta tai tilkan viiniä.

0 pistettä	en koskaan
1 pistettä	noin kerran kuukaudessa tai harvemmin
2 pistettä	2–4 kertaa kuukaudessa
3 pistettä	2–3 kertaa viikossa
4 pistettä	4 kertaa viikossa tai useammin

Palaute (pisteet ja riskitaso)

Kaikkien kysymysten pisteet lasketaan yhteen. Vähäriskisen ja riskikäytön rajana on Suomessa yleisesti käytetty kahdeksaa pistettä. Taulukko 1 kuvaa alkoholinkäytön eri riskitasoja.

Taulukko 1. Alkoholinkäytön riskitasot.

pisteet	Alkoholinkäytön riskitaso
0–7 pistettä	Vähäriskinen käyttö
8–15 pistettä	Riskikäyttö
16–19 pistettä	Haitallinen juominen
20–40 pistettä	Mahdollinen alkoholiriippuvuus

Pisteitä 0–7 vähäriskinen käyttö

Asiakas on todennäköisesti raitis tai käyttää alkoholia vähäisellä riskillä. On kuitenkin hyvä katsoa, mistä kysymyksistä pisteet kertyvät, koska tälläkin tasolla saattaa olla humalajuomista tai päivittäistä alkoholinkäyttöä.

Lisäksi on hyvä muistaa, että joskus yksikin annos voi olla liikaa, esimerkiksi jos asiakas on raskaana, käyttää lääkettä, jolla on haitallinen yhteisvaikutus alkoholin kanssa tai hän ei pysty hallitsemaan alkoholinkäyttöään.

Pisteitä 8–15 riskikäyttö

Asiakas on todennäköisesti alkoholin riskikäyttäjä. Hänen alkoholinkäyttöönsä liittyvät riskit ovat selvästi kasvaneet.

Asiakkaalta voi esimerkiksi kysyä, mitä mieltä hän itse on testituloksesta. Tämä kysymys selventää asiakkaan suhtautumista tilanteeseensa ja valmiutta mahdolliseen muutokseen. Asiakkaan motivaation mukaan voi keskustella esimerkiksi alkoholinkäytön riskeistä ja seurauksista sekä antaa tietoa suullisesti tai esitteiden muodossa. Asiakkaalle voi ehdottaa myös juomapäiväkirjan pitoa. Asiakasta on hyvä rohkaista omien tavoitteiden laadintaan.

Pisteitä 16–19 haitallinen juominen

Asiakas on todennäköisesti alkoholia haitallisesti käyttävä. Hänen tapansa käyttää alkoholia liittyy suuria riskejä.

Asiakkaalta voi kysyä, mitä mieltä hän itse on testituloksesta. Näin selvennetään asiakkaan suhtautumista tilanteeseensa ja hänen valmiuttaan mahdolliseen muutokseen. Tällä tasolla on syytä tähdentää asiakkaalle tilanteen vakavuus alkoholinkäytön haittoja painottamalla, ja koettaa saada asiakas havahtumaan sekä sitoutumaan muutokseen.

Tavoitteiden asettaminen ja seuranta on tärkeää. Tavoitteiden on hyvä olla pieniä, konkreettisia ja saavutettavissa olevia. Asiakas voi esimerkiksi aloittaa juomapäiväkirjan pidon, jonka merkintöihin voidaan palata seuraavalla tapaamisella.

Pisteitä ≥ 20 mahdollinen alkoholiriippuvuus

Asiakkaalla on mahdollinen alkoholiriippuvuus. Hänen tapansa käyttää alkoholia aiheuttaa erittäin suuria riskejä. On kuitenkin huomioitava, ettei AUDIT ole diagnostiväline, vaan diagnoosin alkoholiriippuvuudesta tekee aina lääkäri laajempien tutkimusten pohjalta.

Asiakkaalta voi kysyä, mitä mieltä hän itse on testituloksesta. Näin selvennetään asiakkaan suhtautumista tilanteeseensa ja hänen valmiuttaan mahdolliseen muutokseen. Tällä tasolla on syytä painottaa asiakkaan alkoholinkäytön erittäin suuria riskejä ja kertoa päihdehoidon mahdollisuudesta. Asiakasta kannattaa tälläkin tasolla motivoida alkoholinkäytön vähentämiseen tai lopettamiseen. Asiakkaan kanssa voidaan sopia muutama jatkotapaaminen, joissa motivoivasti keskustellen seurataan tilannetta. Mikäli vähentäminen tai lopettaminen ei onnistu, asiakas voidaan ohjata laajempiin tutkimuksiin (esimerkiksi lääkärille) tai päihdehoitoon.

Lisätiedot:

Leena Alho;
leena.alho@hel.fi

Hillevi Öfverström-Anttila;
hillevi.ofverstrom-anttila@hel.fi

Lähteet:

Aalto M & Seppä K. 2009. Alkoholin liiakäyttö, s. 11–21. Teoksessa mielenterveys ja päihdeongelmien varhainen tunnistaminen. Opas ennalta ehkäisevän työn ammattilaisille. Yliopistopaino.

Babor T, Higgins-Biddle J, Saunders J & Monteiro M. 2001. AUDIT. The Alcohol Use Disorders Identification Test. Guidelines for Use in Primary Care. Second Edition.

Käypähoito. 2005. Alkoholiiongelmaisen hoito.

www.kaypahoito.fi/web/kh/suositukses/naytaartikkeli/tunnus/hoi50028

Luettu 12.2.2010.