

Sind Sie Alkoholiker/in		ja	nein
1.	Leiden Sie an Gedächtnislücken nach starkem Trinken?		
2.	Trinken Sie heimlich?		
3.	Denken Sie häufig an Alkohol?		
4.	Trinken Sie die ersten Gläser hastig?		
5.	Haben Sie während des Trinkens Schuldgefühle?		
6.	Vermeiden Sie in Gesprächen Anspielungen auf Alkohol?		
7.	Haben Sie nach den ersten Gläsern ein unwiderstehliches Verlangen, weiter zu trinken?		
8.	Gebrauchen Sie Ausreden, warum Sie trinken?		
9.	Zeigen Sie ein besonders aggressives Verhalten gegen die Umwelt?		
10.	Versuchen Sie, Periodenweise abstinenz zu leben?		
11.	Neigen Sie zu innerer Zerknirschung und dauerndem Schuldgefühl wegen des Trinkens?		
12.	Haben Sie ein Trinksystem versucht (z.B., nicht vor bestimmten Zeiten zu trinken)?		
13.	Haben Sie alkoholfreien Getränken heimlich schon Alkohol beigemischt?		
14.	Richten Sie Ihre Arbeit und Ihren Lebensstil auf den Alkohol ein?		
15.	Haben Sie ein Interessen- Verlust an anderen Dingen als an Alkohol bemerkt?		
16.	Zeigen Sie auffallendes Selbstmitleid?		
17.	Haben sich Änderungen im Familienleben ergeben?		
18.	Neigen Sie dazu, sich einen Vorrat an Alkohol zu sichern?		
19.	Vernachlässigen Sie Ihre Ernährung?		
20.	Wurden Sie wegen des Alkoholmissbrauchs in ein Krankenhaus aufgenommen?		
21.	Glauben Sie, manchen Arbeitsvorgang nur verrichten zu können, wenn Sie sich vorher mit Alkohol „stimuliert“ haben.		
22.	Haben Sie mitunter tagelang hintereinander getrunken?		
23.	Beobachten Sie einen moralischen Abbau an sich selbst?		
24.	Wurde Ihr Denkvermögen beeinträchtigt?		
25.	Trinken Sie mit Personen, die weit unter Ihrem Niveau stehen?		
26.	Hat man zu Ihnen schon einmal gesagt „Sie trinken aber viel“?		
27.	Wurde die Verträglichkeit für Alkohol geringer?		
28.	Leiden Sie in letzter Zeit an einem Würgegefühl (Brechreiz), zittern Ihnen morgens schon einmal die Hände?		
29.	Wurde das Trinken zum Zwang?		
30.	Hatten Sie bereits ein Alkoholdelirium?		
<p>Wenn Sie mehr als 5 Fragen mit „ja“ beantworten müssen besteht die Wahrscheinlichkeit, dass Sie Alkoholiker/in sind. Sie sollten dann etwas für sich tun, z.B. Ihren Hausarzt konsultieren, eine Suchtberatungsstelle oder eine Selbsthilfegruppe in Ihrer Nähe aufsuchen.</p>			