

## アルコール使用障害スクリーニング・介入方法

氏名： \_\_\_\_\_ 1 男性 2 女性 年齢 \_\_\_\_\_ 歳

以下の各質問は、担当者が聞き取って進めてください。

### 1. スクリーニングA

以下の質問に回答してもらおう。

1. あなたはアルコール含有飲料（お酒）をどのくらいの頻度で飲みますか？		
0. 飲まない 3. 週に2~3度	1. 1ヶ月に1度以下 4. 週に4度以上	2. 1ヶ月に2~4度
2. 飲酒するときには通常どのくらいの量を飲みますか？ ドリンクは純アルコール換算の単位です。1ドリンクは、ビール中ビン半分（250ml）、日本酒0.5合、焼酎（25度）50mlに相当します。詳しくは換算表（資料2）を見てください。		
0. 0~2ドリンク 3. 7~9ドリンク	1. 3~4ドリンク 4. 10ドリンク以上	2. 5~6ドリンク
3. 1度に6ドリンク以上飲酒することがどのくらいの頻度でありますか？ 6ドリンクとは、ビールだと中ビン3本、日本酒だと3合、焼酎（25度）だと1.7合（300ml）に相当します。		
0. ない 3. 週に1度	1. 月に1度未満 4. 毎日あるいはほとんど毎日	2. 月に1度

#### 点数計算

上記の1、2、3の各回答の数字を合計する（ \_\_\_\_\_ 点）

#### 点数ごとの対応方法

男性4点以下、女性3点以下

→ 今のままお酒と上手に付き合っていくよう指導（終了）

男性5点以上、女性4点以上

→ スクリーニングBへ

### 2. スクリーニングB

以下の1~7の質問にスクリーニングAと同様に回答してもらおう。

1. 過去1年間に、飲み始めると止められなかった事が、どのくらいの頻度でありましたか？		
0. ない 3. 週に1度	1. 月に1度未満 4. 毎日あるいはほとんど毎日	2. 月に1度
2. 過去1年間に、普通だで行えることを飲酒していたためにできなかったことが、どのくらいの頻度でありましたか？		
0. ない 3. 週に1度	1. 月に1度未満 4. 毎日あるいはほとんど毎日	2. 月に1度
3. 過去1年間に、深酒の後体調を整えるために、朝迎え酒をしなければならなかったことが、どのくらいの頻度でありましたか？		
0. ない 3. 週に1度	1. 月に1度未満 4. 毎日あるいはほとんど毎日	2. 月に1度

引き続き残りの質問に回答してもらおう。

4. 過去1年間に、飲酒後罪悪感や自責の念にかられたことが、どのくらいの頻度でありましたか？ 0. ない 3. 週に1度	1. 月に1度未満 4. 毎日あるいはほとんど毎日	2. 月に1度
5. 過去1年間に、飲酒のため前夜の出来事を思い出せなかったことが、どのくらいの頻度でありましたか？ 0. ない 3. 週に1度	1. 月に1度未満 4. 毎日あるいはほとんど毎日	2. 月に1度
6. あなたの飲酒のために、あなた自身か他の誰かがけがをしたことがありますか？ 0. ない	2. あるが、過去1年にはなし	4. 過去1年間にあり
7. 肉親や親戚、友人、医師、あるいは他の健康管理にたずさわる人が、あなたの飲酒について心配したり、飲酒量を減らすように勧めたりしたことがありますか？ 0. ない	2. あるが、過去1年にはなし	4. 過去1年間にあり

### 点数計算

上記1～7の回答の数字を合計し、その点数にスクリーニングAの点数を加える（\_\_\_\_\_点）

### 点数ごとの対応方法

#### オプション1

14点以下

——→ 対応A（減酒指導）へ

1. 次ページ「対応A」に従って、飲酒量を減らす指導を行う。
2. 減酒目標を作ってもらい、毎日、飲酒日記をつけてもらう。
3. 一定期間（4週以上）観察しても減酒できない場合、または飲酒問題が深刻な場合には、専門家への相談を勧める。

15点以上

——→ 対応B（専門家照会）へ

アルコール依存症の疑いが非常に高いので、専門家への相談を勧める。

#### オプション2

19点以下

——→ 対応A（減酒指導）へ

1. 次ページ「対応A」に従って、飲酒量を減らす指導を行う。
2. 減酒目標を作ってもらい、毎日、飲酒日記をつけてもらう。
3. 一定期間（4週以上）観察しても減酒できない場合、または飲酒問題が深刻な場合には、専門家への相談を勧める。

20点以上

——→ 対応B（専門家照会）へ

アルコール依存症の疑いが非常に高いので、専門家への相談を勧める。

状況にあわせてオプション1もしくはオプション2を選択する。

### 3. 対応A（減酒指導）

酒を減らす指導は以下のように行います。以下のステップ1～5は介入初日に行い、ステップ6は介入2回目に行います。

#### ステップ1

ご本人の普段の飲酒状況を具体的に聞く。質問に際しては、上記「スクリーニングA」の内容にそって、確認すればよい。

- 1) 普段、お酒をどの位の頻度で飲んでいるか。
- 2) 普段、1日に何（酒の種類）を、どの位（量）飲んでいるか。その際、資料2の「酒類のドリンク換算表」を使ってもよい。
- 3) 多量飲酒（1日6ドリンク以上の飲酒）が、月にどのくらいの日数あるか。

#### ステップ2

ご本人にお酒の飲み過ぎが原因と思われる問題があるかを質問する。

→ 問題を認識している

- 1) 問題を整理する。
- 2) 資料1の「お酒とうまく付き合うために」、資料4「アルコールの健康への影響」を見せて、簡単に説明する。

→ 問題を認識していない

- 1) 資料1の「お酒とうまく付き合うために」、資料4「アルコールの健康への影響」を見せて、簡単に説明する。
- 2) 改めて、該当するものがないか質問する。
- 3) 問題が新たに見つければ、整理する。

#### ステップ3

お酒を減らすことを提案して、ご本人に達成可能な「減酒目標」を作ってもらおう。

- 1) 減酒目標は具体的なものとする。
- 2) こちらから目標を押し付けるのではなく、ご本人の意思で決めていただくことが大切である。

#### ステップ4

お酒を減らす目標を達成するための方法について考えてもらおう。

- 1) お酒を減らす方法については、資料3「飲酒量を減らす方法」にまとめられている。
- 2) 資料3を参考にして、自分に合った減酒方法について話し合う。
- 3) ご本人がどのような方法を使うか、資料3に自ら書き込んでもらおうと効果的である。

#### ステップ5

毎日の飲酒量をモニターする。

- 1) 別添の「飲酒日記」をつけていただくよう説得して、日記の付け方を説明する。
- 2) 減酒目標を飲酒日記に記入してもらい、本日より開始するよう説明する。
- 3) 次に会う約束をして、その日まで日記をつけて、減酒に努力いただくよう励ます。

#### ステップ6（介入2回目）

- 1) 介入初日から今までの飲酒状況はどのようであったか、飲酒日記を見せていただき話し合う。

- 2) 飲酒量が減っていれば、努力を称賛すると同時に、その方法などについてお聞きし、今後も続けていただくように励ます。
- 3) 減っていない場合には、その理由について話し合う。場合によっては、減酒目標を設定し直し、再び努力いただくように励ます。

#### **4. 対応B（専門家照会）**

アルコール依存症の疑いが強い方々です。依存症からの回復には「断酒継続」が必要です。そのための指導には専門性が要求されるため、専門家に治療を依頼するのがよいと思います。

#### **受診の必要性・方法などの相談**

アルコール依存症の専門医療機関に診察を依頼することになる。近くの医療機関への受診や、都道府県や政令市の精神保健福祉センターへの相談を勧めたりする。