

## 基礎チェック

### ① CAGE (ケージ) 法 -Ewing JAによる-

◆ 過去に次の経験がありましたか ◆

- |                                   |       |                             |                             |
|-----------------------------------|-------|-----------------------------|-----------------------------|
| 1. 飲酒量を減らさなければならぬと感じたこと           | ..... | <input type="checkbox"/> ある | <input type="checkbox"/> ない |
| 2. 他人があなたの飲酒を非難するので、気にさわったこと      | ..... | <input type="checkbox"/> ある | <input type="checkbox"/> ない |
| 3. 自分の飲酒について、悪いとか申し訳ないと感じたこと      | ..... | <input type="checkbox"/> ある | <input type="checkbox"/> ない |
| 4. 神経を落ち着かせたり二日酔いを治すために「迎え酒」をしたこと | ..... | <input type="checkbox"/> ある | <input type="checkbox"/> ない |

#### 判定

4項目の中で、該当する項目数

0項目



「危険の少ない飲酒」…年一回チェックをしましょう

1項目



「危険な飲酒、プレアルコーリック」…**節酒が必要です**

2項目以上



「**アルコール依存症**の可能性が高い」…さらに**精密な検査**を受けましょう

### ② AUDIT-C (オーディット-C) AUDIT-Cは、AUDITの最初の3項目です。

		0点	1点	2点	3点	4点
1	あなたはアルコール含有飲料をどのくらいの頻度で飲みますか。	飲まない	月に一度以下	月に2~4度	週に2~3度	週に4度以上
2	飲酒する時、通常どのくらいの量を飲みますか(参考:ドリンクの目安)	1~2 ドリンク	3~4 ドリンク	5~6 ドリンク	7~9 ドリンク	10 ドリンク以上
3	一度に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	ない	月に一度未満	月に一度	週に一度	ほぼ毎日

#### ドリンクの目安

日本酒	ビール	ウイスキー	焼酎(25%)	ワイン
1合	中びん1本	水割りダブル1杯	1合	グラス1杯
2ドリンク	2ドリンク	2ドリンク	3.5ドリンク	1.5ドリンク

#### 判定

3項目の合計点数

65歳未満の男性が5点未満、65歳以上の男性と全ての女性が3点未満の場合



「危険の少ない飲酒」…年一回チェックをしましょう

65歳未満の男性が5点以上、65歳以上の男性と全ての女性が3点以上の場合



「危険な飲酒または**アルコール依存症**の可能性が高い」

…さらに**精密な検査**を受けましょう