

SMAST – Short Michigan Alcohol Screening Test (česká verze – návrh)

Instrukce: Označte u každé otázky odpověď ANO nebo NE podle své zkušenosti.

1. Myslíte si, že pijete víc než většina ostatních lidí?

☐ Ano ☐ Ne

2. Změnilo pití alkoholu vaše vztahy s přáteli nebo rodinou?

☐ Ano ☐ Ne

3. Měl(a) jste někdy pocit viny kvůli pití alkoholu?

☐ Ano ☐ Ne

4. Navštívil(a) jste někdy skupinu Anonymních alkoholiků (AA)?

☐ Ano ☐ Ne

5. Měl(a) jste někdy problémy v zaměstnání nebo doma kvůli alkoholu?

☐ Ano ☐ Ne

6. Bylo vám někdy doporučeno snížit konzumaci alkoholu?

☐ Ano ☐ Ne

7. Byl(a) jste někdy hospitalizován(a) kvůli problémům spojeným s alkoholem?

☐ Ano ☐ Ne

8. Měl(a) jste někdy výpadek paměti po požití alkoholu?

☐ Ano ☐ Ne

9. Pijete alkohol ráno (např. po probuzení)?

☐ Ano ☐ Ne

10. Cítíte, že alkohol ovládá váš život?

☐ Ano ☐ Ne

11. Měl(a) jste někdy pocit, že byste měl(a) s pitím přestat, ale nedokázal(a) to?

☐ Ano ☐ Ne

12. Stalo se, že jste kvůli pití přišel/přišla o práci?

☐ Ano ☐ Ne

13. Pijete, abyste unikl(a) problémům nebo stresu?

☐ Ano ☐ Ne

Vyhodnocení:

Za každou odpověď 'Ano' si přičtete 1 bod. Sečtete všechny body:

0–1 bod: žádný nebo nízký problém s alkoholem

2–3 body: střední riziko

4 a více bodů: vysoké riziko – doporučeno odborné vyšetření nebo léčba