



KYSELY ALKOHOLIN KÄYTÖSTÄ

Mikäli täytät kyselyn raskauden aikana, kuvaa päihteiden käyttöäsi raskautta edeltävänä vuonna

<p>Yksi alkoholiannos on: pullo keskiolutta (0,33cl) 12 cl viiniä 8 cl väkevää viiniä tai 4 cl viinaa</p>	<p>iso tuoppi (0,5l) keskiolutta = 1,5 annosta iso tuoppi (0,5l) A-olutta = 2 annosta pullo (0,75l) viiniä (12 %) = 6 annosta pullo (0,5l) väkeviä = 13 annosta</p>
<p>1. Kuinka usein käytät alkoholia? 0. En koskaan 1. Kerran kuussa tai harvemmin 2. 2-4 kertaa kuukaudessa 3. 2-3 kertaa viikossa 4. 4 kertaa viikossa tai useammin</p> <p>2. Kun käytät alkoholia, montako annosta yleensä otat päivässä? 0. 1-2 annosta 1. 3-4 annosta 2. 5-6 annosta 3. 7-9 annosta 4. 10 annosta tai enemmän</p> <p>3. Kuinka usein juot kerrallaan vähintään kuusi annosta? 0. En koskaan 1. Harvemmin kuin kerran kuukaudessa 2. Kerran kuukaudessa 3. Kerran viikossa 4. Lähes päivittäin</p> <p>4. Kuinka usein viimeisen vuoden aikana et ole aloitettuasi pystynyt lopettamaan juomistasi? 0. Pystyn aina lopettamaan 1. Harvemmin kuin kerran kuukaudessa 2. Kerran kuukaudessa 3. Kerran viikossa 4. Lähes päivittäin</p> <p>5. Kuinka usein viimeisen vuoden aikana et juomisesi takia ole pystynyt tekemään jotain, mitä olit aikonut? 0. Juominen ei koskaan estä suunnitelmiani 1. Harvemmin kuin kerran kuukaudessa 2. Kerran kuukaudessa 3. Kerran viikossa 4. Lähes päivittäin</p>	<p>6. Kuinka usein viimeisen vuoden aikana olet tarvinnut krapularyyppyä? 0. En koskaan 1. Harvemmin kuin kerran kuukaudessa 2. Kerran kuukaudessa 3. Kerran viikossa 4. Lähes päivittäin</p> <p>7. Kuinka usein viimeisen vuoden aikana olet tuntenut syyllisyyttä tai katumusta juomisen jälkeen? 0. En koskaan 1. Harvemmin kuin kerran kuukaudessa 2. Kerran kuukaudessa 3. Kerran viikossa 4. Lähes päivittäin</p> <p>8. Kuinka usein viimeisen vuoden aikana et juomisesi takia ole muistanut edellisen illan tapahtumia? 0. Muistan aina, mitä tapahtui 1. Harvemmin kuin kerran kuukaudessa 2. Kerran kuukaudessa 3. Kerran viikossa 4. Lähes päivittäin</p> <p>9. Oletko juomisellasi aiheuttanut tapaturmia itsellesi tai seuralaisillesi? 0. En 2. Kyllä, mutta en vuoden sisällä 4. Kyllä, vuoden sisällä</p> <p>10. Onko sukulainen, ystävä, lääkäri tai joku muu henkilö ollut huolissaan juomisestasi tai ehdottanut, että vähentäisit tai lopettaisit juomisen? 0. Ei 2. Kyllä, mutta ei vuoden sisällä 4. Kyllä, vuoden sisällä</p>
<p>Pisteet yhteensä: _____ Alkoholin riskikulutus tämän testin pistemäärien mukaan: 0 -7 p. alhainen 8 – 13 p. kohonnut, viite suurkulutuksesta 14 – 20 p. korkea, mahdollinen alkoholiriippuvuus 21 - 40 p. hyvin korkea</p>	<p>Oletko käyttänyt / käyttkö raskausaikana alkoholia? Kyllä <input type="checkbox"/> En <input type="checkbox"/> Mikäli vastasit kyllä, kerro missä tilanteessa ja kuinka monta annosta? _____ _____</p>



KYSELY TUPAKASTA, NUUSKASTA

Tupakointi: En tupakoi ____
Tupakoin satunnaisesti ____
Tupakoin päivittäin ____
Altistun passiiviselle tupakoinnille ____
En altistu passiiviselle tupakoinnille ____
Olen lopettanut tupakoinnin ____ Pvm _____

Nuuskan käyttö: En käytä nuuskaa ____
Käytän nuuskaa ____

<p>Kuuluuko perheeseesi tai lähipiiriisi joku, joka on käyttänyt / käyttää huumeita tai runsaasti alkoholia?</p> <p>0. Ei 1. perheeseeni kuuluu, kuka: _____ 2. Lähipiiriini kuuluu, kuinka monta: _____</p> <p>Oletko käyttänyt kannabista (hasis, marihuana)?</p> <p>0. en koskaan 1. Olen kokeillut kerran tai muutamia kertoja 2. Olen käyttänyt 3. Käytin raskautta edeltävänä vuonna 4. Käytän raskauden aikana</p> <p>Oletko käyttänyt amfetamiinia, ekstaasia, MDPV:tä tai kokaiinia?</p> <p>0. En koskaan 1. Olen kokeillut kerran tai muutamia kertoja 2. Olen käyttänyt 3. Käytin raskautta edeltävänä vuonna 4. Käytän raskauden aikana 5. Olen käyttänyt suonensisäisesti</p>	<p>Oletko käyttänyt opiaatteja (esim. unikkotee, morfiini, heroiini, tramadol, kodeiini (esim. Panacod), Temgesic, Subutex, Suboxone)?</p> <p>0. En koskaan 1. Olen kokeillut kerran tai muutamia kertoja 2. Olen käyttänyt 3. Käytin raskautta edeltävänä vuonna 4. Käytän raskauden aikana 5. Olen käyttänyt suonensisäisesti</p> <p>Oletko käyttänyt LSD:tä tai jotain muuta huumetta, mitä _____</p> <p>0. En koskaan 1. Olen kokeillut kerran tai muutamia kertoja 2. Olen käyttänyt 3. Käytin raskautta edeltävänä vuonna 4. Käytän raskauden aikana 5. Olen käyttänyt suonensisäisesti</p>
---	---

Jos käytät lääkkeitä päihtymistarkoituksessa, huumeita tai alkoholia, tarvitset tukea päihitteettömyyteen oman ja vauvasi terveyden turvaamiseksi.

Lomake on muokattu Helsingin Terveyskeskuksen päihdekyselystä HYKS:n ja pääkaupunkiseudun yhteiseksi.
Lähteet: 1. Audit Alcohol Use Disorder Identification Test/WHO
2. Kysely alkoholin käytöstä odottavalle äidille ja isälle, Kysely lääkkeitä ja huumeista, TAYS, Päihdeäiti-projekti
3. Raskaus ja päihteet – haastattelu, Varsinais-Suomen sairaanhoitopiiri, Tukeva ote – projekti
4. 10+4 kysymystä odottavalle äidille ja isälle, Kuopion kaupunki