

KYSELY ALKOHOLIN KÄYTÖSTÄ

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

Yksi alkoholiannos on: pullo keskiolutta (0,33cl) 12 cl viiniä 8 cl väkevää viiniä tai 4 cl viinaa	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
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 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 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 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 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	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 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 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 9. Oletko juomisellasi aiheuttanut tapaturmia itsellesi tai seuralaisillesi? 0. En 2. Kyllä, mutta en vuoden sisällä 4. Kyllä, vuoden sisällä 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
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	Oletko käyttänyt / käyttkö raskausaikana alkoholia? Kyllä <input type="checkbox"/> En <input type="checkbox"/> Mikäli vastasit kyllä, kerro missä tilanteessa ja kuinka monta annosta? _____ _____

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</p> <p>1. perheeseeni kuuluu, kuka: _____</p> <p>2. Lähipiiriini kuuluu, kuinka monta: _____</p> <p>Oletko käyttänyt kannabista (hasis, marihuana)?</p> <p>0. en koskaan</p> <p>1. Olen kokeillut kerran tai muutamia kertoja</p> <p>2. Olen käyttänyt</p> <p>3. Käytin raskautta edeltävänä vuonna</p> <p>4. Käytän raskauden aikana</p> <p>Oletko käyttänyt amfetamiinia, ekstaasia, MDPV:tä tai kokaiinia?</p> <p>0. En koskaan</p> <p>1. Olen kokeillut kerran tai muutamia kertoja</p> <p>2. Olen käyttänyt</p> <p>3. Käytin raskautta edeltävänä vuonna</p> <p>4. Käytän raskauden aikana</p> <p>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</p> <p>1. Olen kokeillut kerran tai muutamia kertoja</p> <p>2. Olen käyttänyt</p> <p>3. Käytin raskautta edeltävänä vuonna</p> <p>4. Käytän raskauden aikana</p> <p>5. Olen käyttänyt suonensisäisesti</p> <p>Oletko käyttänyt LSD:tä tai jotain muuta huumetta, mitä _____</p> <p>0. En koskaan</p> <p>1. Olen kokeillut kerran tai muutamia kertoja</p> <p>2. Olen käyttänyt</p> <p>3. Käytin raskautta edeltävänä vuonna</p> <p>4. Käytän raskauden aikana</p> <p>5. Olen käyttänyt suonensisäisesti</p>
--	---

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