

## KYSELY ALKOHOLIN KÄYTÖSTÄ

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

<b>Yksi alkoholiannos on:</b> 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
--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p><b>1. Kuinka usein käytät alkoholia?</b></p> <p>0. En koskaan</p> <p>1. Kerran kuussa tai harvemmin</p> <p>2. 2-4 kertaa kuukaudessa</p> <p>3. 2-3 kertaa viikossa</p> <p>4. 4 kertaa viikossa tai useammin</p> <p><b>2. Kun käytät alkoholia, montako annosta yleensä otat päivässä?</b></p> <p>0. 1-2 annosta</p> <p>1. 3-4 annosta</p> <p>2. 5-6 annosta</p> <p>3. 7-9 annosta</p> <p>4. 10 annosta tai enemmän</p> <p><b>3. Kuinka usein juot kerrallaan vähintään kuusi annosta?</b></p> <p>0. En koskaan</p> <p>1. Harvemmin kuin kerran kuukaudessa</p> <p>2. Kerran kuukaudessa</p> <p>3. Kerran viikossa</p> <p>4. Lähes päivittäin</p> <p><b>4. Kuinka usein viimeisen vuoden aikana et ole aloitettuasi pystynyt lopettamaan juomistasi?</b></p> <p>0. Pystyn aina lopettamaan</p> <p>1. Harvemmin kuin kerran kuukaudessa</p> <p>2. Kerran kuukaudessa</p> <p>3. Kerran viikossa</p> <p>4. Lähes päivittäin</p> <p><b>5. Kuinka usein viimeisen vuoden aikana et juomisesi takia ole pystynyt tekemään jotain, mitä olit aikonut?</b></p> <p>0. Juominen ei koskaan estä suunnitelmiani</p> <p>1. Harvemmin kuin kerran kuukaudessa</p> <p>2. Kerran kuukaudessa</p> <p>3. Kerran viikossa</p> <p>4. Lähes päivittäin</p>	<p><b>6. Kuinka usein viimeisen vuoden aikana olet tarvinnut krapularyyppyä?</b></p> <p>0. En koskaan</p> <p>1. Harvemmin kuin kerran kuukaudessa</p> <p>2. Kerran kuukaudessa</p> <p>3. Kerran viikossa</p> <p>4. Lähes päivittäin</p> <p><b>7. Kuinka usein viimeisen vuoden aikana olet tuntenut syyllisyyttä tai katumusta juomisen jälkeen?</b></p> <p>0. En koskaan</p> <p>1. Harvemmin kuin kerran kuukaudessa</p> <p>2. Kerran kuukaudessa</p> <p>3. Kerran viikossa</p> <p>4. Lähes päivittäin</p> <p><b>8. Kuinka usein viimeisen vuoden aikana et juomisesi takia ole muistanut edellisen illan tapahtumia?</b></p> <p>0. Muistan aina, mitä tapahtui</p> <p>1. Harvemmin kuin kerran kuukaudessa</p> <p>2. Kerran kuukaudessa</p> <p>3. Kerran viikossa</p> <p>4. Lähes päivittäin</p> <p><b>9. Oletko juomisellasi aiheuttanut tapaturmia itsellesi tai seuralaisillesi?</b></p> <p>0. En</p> <p>2. Kyllä, mutta en vuoden sisällä</p> <p>4. Kyllä, vuoden sisällä</p> <p><b>10. Onko sukulainen, ystävä, lääkäri tai joku muu henkilö ollut huolissaan juomisestasi tai ehdottanut, että vähentäisit tai lopettaisit juomisen?</b></p> <p>0. Ei</p> <p>2. Kyllä, mutta ei vuoden sisällä</p> <p>4. Kyllä, vuoden sisällä</p>
------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

<p><b>Pisteet yhteensä:</b> _____</p> <p>Alkoholin riskikulutus tämän testin pistemäärien mukaan:</p> <p>0-7 p. alhainen</p> <p>8-13 p. kohonnut, viite suurkulutuksesta</p> <p>14-20 p. korkea, mahdollinen alkoholiriippuvuus</p> <p>21-40 p. hyvin korkea</p>	<p><b>Oletko käyttänyt / käyttkö raskausaikana alkoholia?</b></p> <p>Kyllä <input type="checkbox"/></p> <p>En <input type="checkbox"/></p> <p>Mikäli vastasit kyllä, kerro missä tilanteessa ja kuinka monta annosta?</p> <p>_____</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><b>Kuuluuko perheeseesi tai lähipiiriisi joku, joka on käyttänyt / käyttää huumeita tai runsaasti alkoholia?</b></p> <p>0. Ei        1. perheeseeni kuuluu, kuka: _____        2. Lähipiiriini kuuluu, kuinka monta: _____</p> <p><b>Oletko käyttänyt kannabista (hasis, marihuana)?</b></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><b>Oletko käyttänyt amfetamiinia, ekstaasia, MDPV:tä tai kokaiinia?</b></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><b>Oletko käyttänyt opiaatteja (esim. unikkotee, morfiini, heroiini, tramadol, kodeiini (esim. Panacod), Temgesic, Subutex, Suboxone)?</b></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><b>Oletko käyttänyt LSD:tä tai jotain muuta huumetta, mitä _____</b></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 päihdeettömyyteen 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 päihdeet – haastattelu, Varsinais-Suomen sairaanhoitopiiri, Tuveva ote – projekti 4. 10+4 kysymystä odottavalle äidille ja isälle, Kuopion kaupunki