



## Alkoholsucht im Selbstversuch

Folgende Fragen hat die Deutsche Hauptstelle für Suchtfragen erarbeitet. **1:** Haben Sie anderen gegenüber schon einmal **untertrieben, wie viel Alkohol Sie trinken?** **2:** Haben Sie nach ein paar Gläsern Alkohol eine **Mahlzeit ausgelassen**, weil Sie sich nicht hungrig fühlten? **3:** Helfen ein paar Gläser Alkohol, ihre **Zittrigkeit** zu verhindern? **4:** Haben Sie, nachdem Sie Alkohol getrunken haben, manchmal Schwierigkeiten, sich an Teile des Tages oder der Nacht zu **erinnern?** **5:** Trinken Sie gewöhnlich Alkohol, um sich zu **entspannen** oder Ihre Nerven zu beruhigen? **6:** Trinken Sie, um Ihre Probleme für einige Zeit **vergessen zu können?** **7:** Haben Sie ihren Alkoholkonsum erhöht, um einen **Verlust im Leben** besser verkraften zu können? **8:** Hat Ihnen schon mal ein Arzt oder eine andere Person gesagt, Ihr **Konsum sei besorgniserregend?** **9:** Haben Sie sich jemals Trinkregeln aufgestellt, um **besser mit Ihrem Alkoholkonsum klarzukommen?** **10:** Verschafft Ihnen Alkohol Erleichterung, wenn Sie sich **einsam fühlen?** Wenn Sie zwei oder mehr Fragen mit Ja beantwortet haben, haben Sie wahrscheinlich ein ernstzunehmendes Alkoholproblem und sollten Hilfe annehmen.

taz NRW Nr. 8109 vom 26.10.2006, Seite 3, 37 TAZ-Bericht

© Contrapress media GmbH

Vervielfältigung nur mit Genehmigung des taz-Verlags

[zurück](#)