**แบบประเมินพฤติกรรมการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของผู้มารับบริการสุขภาพ**

**ชื่อ-สกุล.................................................................... เพศ ( )ชาย ( ) หญิง อายุ.......... ปี HN…………..……………….**

**เลขประจำตัวประชาชน.......................................ที่อยู่..............................................................................โทรศัพท์.........................**

**วันที่ประเมิน...................................ผู้ประเมิน................................................หน่วยงาน.................................................................**

**คำชี้แจง** คำถามแต่ละข้อจะถามถึงประสบการณ์การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ในช่วง 3 เดือนที่ผ่านมา โดยเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หมายถึง สุรา เบียร์ เหล้า สาโท กระแช่ ไวน์ เป็นต้น**ขอให้ตอบตามความเป็นจริงเพื่อประโยชน์ในการให้บริการสุขภาพ**

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ข้อคำถาม** | **คำตอบ** | | | | | | **คะแนน** |
| **ข้อ 1.**ตลอดชีวิตที่ผ่านมา คุณ**เคยดื่ม**เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ หรือไม่ (หรือเคยดื่มแต่หยุดดื่มมาแล้ว 1 ปีขึ้นไป) | ไม่เคย  ***(ยุติการประเมิน)*** | เคย |  | |  |  |  |
| **ข้อ 2.** ในช่วง 3 เดือนที่ผ่านมา คุณ **ดื่ม**เครื่องดื่มแอลกอฮอล์บ่อยเพียงไร | ไม่เคย  (0)  ***(ข้ามไปที่ข้อ 6)*** | ครั้งสองครั้ง  (2) | ทุกเดือน  (3) | | ทุกสัปดาห์  (4) | เกือบทุกวัน  (6) |  |
| **ข้อ 3.** ในช่วง 3 เดือนที่ผ่านมาคุณเคย **รู้สึกอยากดื่ม**เครื่องดื่มแอลกอฮอล์**อย่างมาก** บ่อยเพียงไร | ไม่เคย  (0) | ครั้งสองครั้ง  (3) | ทุกเดือน  (4) | | ทุกสัปดาห์  (5) | เกือบทุกวัน  (6) |  |
| **ข้อ 4.** ในช่วง 3 เดือนที่ผ่านมา การดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ทำให้คุณ**เกิดปัญหา**สุขภาพ ครอบครัว สังคม กฎหมาย หรือการเงิน บ่อยเพียงไร | ไม่เคย  (0) | ครั้งสองครั้ง  (4) | ทุกเดือน  (5) | | ทุกสัปดาห์  (6) | เกือบทุกวัน  (7) |  |
| **ข้อ 5.** ในช่วง 3 เดือนที่ผ่านมา คุณ **ไม่สามารถทำกิจกรรมที่คุณควรจะทำได้ตามปกติ** เนื่องจากคุณดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ บ่อยเพียงไร | ไม่เคย  (0) | ครั้งสองครั้ง  (5) | ทุกเดือน  (6) | | ทุกสัปดาห์  (7) | เกือบทุกวัน  (8) |  |
| **ข้อ 6.**ตลอดชีวิตที่ผ่านมา เพื่อนฝูง ญาติ หรือคนอื่น **เคยแสดงความกังวลหรือตักเตือนคุณ**เกี่ยวกับการดื่มเครื่องดื่มแอลกอฮอล์ของคุณ หรือไม่ | ไม่เคย  (0) | เคย,  ในช่วง 3 เดือน  ที่ผ่านมา  (6) | เคย,  ก่อน 3 เดือนที่ผ่านมา  (3) | |  |  |  |
| **ข้อ 7.** ตลอดชีวิตที่ผ่านมา คุณ **เคยพยายามหยุดหรือลดการดื่ม**เครื่องดื่มแอลกอฮอล์ให้น้อยลง แต่ทำไม่สำเร็จ หรือไม่ | ไม่เคย  (0) | เคย,  ในช่วง 3 เดือน  ที่ผ่านมา  (6) | เคย,  ก่อน 3 เดือนที่ผ่านมา  (3) | |  |  |  |
| **คะแนนรวม** | | | | | | |  |
| **คำตอบ “ในช่วง 3 เดือนที่ผ่านมา”** | | | | **คำตอบ “ตลอดชีวิตที่ผ่านมา”** | | | |
| * “ไม่เคย หมายถึง ไม่เคยเลยในช่วงสามเดือนที่ผ่านมา” * “ครั้งสองครั้ง หมายถึง 1-2 ครั้งในช่วงสามเดือนที่ผ่านมา” * “ทุกเดือน หมายถึง เฉลี่ย 1-3 ครั้งต่อเดือนในช่วงสามเดือนที่ผ่านมา” * “ทุกสัปดาห์ หมายถึง 1-4 ครั้งต่อสัปดาห์ในช่วงสามเดือนที่ผ่านมา” * “ทุกวันหรือเกือบทุกวัน หมายถึง 5-7 วันต่อสัปดาห์ในช่วงสามเดือนที่ผ่านมา” | | | | * “ไม่เคยเกิดขึ้นเลยในชีวิต” * “เคยและเกิดขึ้นภายใน 3 เดือนที่ผ่านมา” * “เคย แต่เกิดขึ้นก่อนหน้า 3 เดือนนี้” | | | |

**พิมพ์ครั้งที่ 2** : กรกฎาคม 2563 **ผลิตและเยแพร่โดย** คณะอนุกรรมการด้านการบำบัดรักษาหรือฟื้นฟูสภาพผู้ติดเครื่องดื่มแอลกอฮอล์

| **คำตอบ** | **รหัสบันทึก** | **แนวทางการรักษา** | **รหัสบันทึก** |
| --- | --- | --- | --- |
| **ไม่เคยดื่ม ตลอดชีวิตที่ผ่านมา** | **1B600** | แสดงความชื่นชมที่ไม่ดื่ม และ**ให้ความรู้**อันตรายจากการดื่ม |  |
| **เคยดื่มแต่หยุดดื่มมาแล้ว 1 ปีขึ้นไป** | **1B601** | แสดงความชื่นชมที่สามารถหยุดดื่มได้ และ**ให้ความรู้**อันตรายจากการดื่ม |  |
| **ดื่มในช่วง 3 เดือน**  **แต่ไม่ระบุรายละเอียด** | **1B609** | **ให้ความรู้**อันตรายจากการดื่ม |  |
| **คะแนน 0-10**  **ดื่มในระดับเสี่ยงต่ำ**หมายถึง การดื่มในขณะนี้มีความเสี่ยงต่ำต่อการเกิดปัญหาจากการดื่มสุรา แต่ในอนาคตหากดื่มมากกว่านี้ มีโอกาสเพิ่มความเสี่ยงที่จะเกิดปัญหาจากการดื่มสุราได้ | **1B602** | **การให้คำแนะนำแบบสั้น (Brief Advice)**  1. การให้ข้อมูลสะท้อนกลับ  2.การให้ความรู้อันตรายจากการดื่ม  3.การกำหนดเป้าหมาย  4. ให้คำแนะนำการดื่มลดลง | **1B610** |
| **คะแนน 11-26**  **ดื่มในระดับเสี่ยงปานกลาง**หมายถึง มีความเสี่ยงปานกลางต่อสุขภาพและปัญหาอื่นๆ หรืออาจเริ่มมีปัญหาบางอย่างเกิดขึ้นแล้ว การดื่มสุราอย่างต่อเนื่องลักษณะเช่นนี้จะก่อให้เกิดปัญหาสุขภาพและปัญหาอื่นๆ เพิ่มขึ้นได้ในอนาคตรวมถึงเสี่ยงต่อการติดสุราได้ โดยเฉพาะในคนที่เคยมีปัญหาจากการดื่มสุราหรือเคยติดสุรามาก่อน | **1B603** | **การให้คำปรึกษาแบบสั้น (Brief Counseling**)   1. ***การให้คำแนะนำแบบสั้น*** สะท้อนข้อมูลปัญหาและผลกระทบจากการดื่ม แสดงความเป็นห่วง แนะนำถึงความจำเป็นในการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม สร้างความตระหนัก 2. ***ประเมินแรงจูงใจ*** หรือความพร้อมในการที่จะปรับเปลี่ยนพฤติกรรมและให้คำแนะนำที่เหมาะสมกับระดับแรงจูงใจ  * *ขั้นเมินเฉยหรือไม่สนใจปัญหา*: ให้ข้อมูลสะท้อนกลับถึงปัญหาการดื่มที่เกิดขึ้น ให้ข้อมูลอันตรายจากการดื่ม * *ขั้นลังเลใจ*: เน้นประโยชน์จากการปรับเปลี่ยนพฤติกรรม ให้ข้อมูลปัญหาจากการดื่มและความเสี่ยงหากปล่อยไว้ ชั่งน้ำหนักระหว่างข้อดีและข้อไม่ดีของการดื่ม ข้อดีและข้อไม่ดีของการหยุดดื่ม * *ขั้นตัดสินใจปรับเปลี่ยนพฤติกรรม*: ให้ทางเลือกเป้าหมาย ให้คำแนะนำ เสริมกำลังใจ * *ขั้นลงมือปรับเปลี่ยน*: ทบทวนให้คำแนะนำ ให้กำลังใจ ติดตามพฤติกรรมอย่างสม่ำเสมอและต่อเนื่อง * *ขั้นกระทำต่อเนื่อง*: เสริมกำลังใจ ป้องกันการกลับสู่พฤติกรรมเดิม * *ขั้นย้อนกลับพฤติกรรมเดิม*: ให้กำลังใจ ช่วยให้ตั้งหลักได้อีกครั้ง  1. ***ตั้งเป้าหมาย***ในการลด ละ เลิก หรือปรับเปลี่ยนพฤติกรรม 2. ***ติดตามต่อเนื่อง***เพื่อติดตามพฤติกรรมการดื่มในทุกครั้งที่รับบริการสุขภาพ แก้ไขปัญหาอุปสรรค กำหนดวิธีการแก้ไขที่ชัดเจน | **1B611** |
| **คะแนนตั้งแต่ 27 ขึ้นไป**  **ดื่มในระดับเสี่ยงสูง**หมายถึง บ่งชี้ว่ามีความเสี่ยงสูงต่อการติดสุราแล้ว หรือติดสุราแล้ว หรือกำลังประสบปัญหาสุขภาพสังคม การเงิน กฎหมาย ที่สัมพันธ์กับการดื่มสุรา | **1B604** | **ให้คำปรึกษาแบบสั้น (Brief Counseling)และส่งต่อ (Refer)** เพื่อรับการประเมินและบำบัดแบบเข้มข้นโดยผู้เชี่ยวชาญ | **1B612** |