Des auto-questionnaires

Le test DETA

Répondez spontanément par OUI ou par NON aux questions suivantes :

TEST DETA	OUI	NON
Avez-vous déjà ressenti le besoin de diminuer votre consommation d'alcool ?	☐	☐
Votre entourage vous a-t-il déjà fait des remarques au sujet de votre consommation d'alcool ?	☐	☐
Avez-vous l'impression que vous buvez trop ?	☐	☐
Avez-vous déjà eu besoin d'alcool le matin pour vous sentir en forme ?	☐	☐

Si vous avez répondu deux "OUI" ou plus, votre consommation d'alcool peut être source de problèmes.
Vous pouvez en parler à votre médecin traitant.

Le questionnaire FACE

QUESTIONNAIRE FACE

A quelle fréquence vous arrive-t-il de consommer des boissons contenant de l'alcool ?

Jamais	0
Une fois par mois ou moins	1
2 à 4 fois par mois	2
2 à 3 fois par semaine	3
4 fois ou plus par semaine	4

Combien de verres standards buvez-vous au cours d'une journée ordinaire où vous buvez de l'alcool ?

Un ou deux	0
Trois ou quatre	1
Cinq ou six	2
Sept à neuf	3
Dix ou plus	4

Votre entourage vous a-t-il fait des remarques au sujet de votre consommation d'alcool ?

Non	0
Oui	4

Avez-vous déjà eu besoin d'alcool le matin pour vous sentir en forme ?

Non	0
Oui	4

Vous arrive-t-il de boire et de ne plus vous souvenir ensuite de ce que vous avez pu dire ou faire ?

Non	0
Oui	4

Les deux premières questions du FACE portent sur les douze derniers mois. Les trois suivantes portent sur la vie entière. Chaque question est cotée de 0 à 4.

Interprétation des résultats du questionnaire FACE :

Hommes :
- inférieur à 5 : risque faible ou nul
- 5 à 8 : consommation excessive probable
- supérieur à 8 : dépendance probable

Femmes :
- inférieur à 4 : risque faible ou nul
- 4 à 8 : consommation excessive probable
- supérieur à 8 : dépendance probable