

Выход есть!
«10 пальцев» - самотест
алкогольной зависимости
если ответ «да», загните палец

1. Выпиваю в одиночестве, бывает?
2. Даю обещания, что сам перестану пить и нарушаю.
3. Начинаю день с выпивки, иногда.
4. Употребляю алкоголь более 2-х раз в неделю, даже понемногу.
5. Конфликт дома или на работе из-за выпивки, даже раз в год.
6. После тоста – рюмка пустая, после застолья - все выпито.
7. После выпивки некоторые события выпадают из памяти?
8. Попиваю денек – другой... когда похмелюсь – легче?
9. В непьющей компании скучно?
10. Доза заметно выросла или снизилась?

Более 3-х «да» - обратитесь к наркологу

Более 6-ти «да» - Вы близки к третьей, окончательной стадии болезни