# Frågor om dina alkoholvanor

En persons alkoholvanor påverkar förebyggandet av sjukdom och kan ha betydelse för befintlig sjukdom och ohälsa.

Formuläret består av tre frågor om dina alkoholvanor. Ange ett svarsalternativ per fråga, det som stämmer bäst överens med dina vanor. Svaren skrivs in i din journal.

Informationen du lämnar i formulär är till för att vi på bästa sätt ska kunna stödja dig i att uppnå förbättrad hälsa.

## Alkoholvanor

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Hur ofta dricker du alkohol?** | | **Hur många standardglas dricker du en typisk dag då du dricker alkohol?** | | **Hur ofta dricker du som kvinna, 4 standardglas eller du som man, 5 standardglas eller mer vid samma tillfälle?** | |
|  | Aldrig |  | 1–2 standardglas |  | Aldrig |
|  | 1 gång i månaden eller mer sällan |  | 3–4 standardglas |  | Mer sällan än 1 gång i månaden |
|  | 2–4 gånger i månaden |  | 5–6 standardglas |  | Varje månad |
|  | 2–3 gånger i veckan |  | 7–9 standardglas |  | Varje vecka |
|  | 4 gånger i veckan eller mer |  | 10 eller fler standardglas |  | Dagligen eller nästan varje dag |

**STANDARDGLAS**

