

Screening Sockerberoende

Sötsaker = godis, läsk, glass men även bröd, pasta, potatis, chips, kakor och bakelser el dyl.

Receptbelagda läkemedel = värktabletter, s k opiater, sömntabletter, lugnande s k benzodiazepiner

Namn	Sötsaker		Alkohol		Läkemedel		Nikotin	
	Ja	Nej	Ja	Nej	Ja	Nej	Ja	Nej
Datum:								
Har du, under senaste året någonsin ätit/rökt/tagit/druckit mer än du tänkt dig och/eller fortsatt använda när du inte tänkt dig det?								
Har du under senaste året försummat några av dina vardagliga åtaganden på grund av att du ätit/rökt>/tagit/druckit för mycket?								
Har du under det senaste året känt att att du vill eller behöver ändra ditt sätt att äta/röka/ta/dricka?								
Har någon under det senaste året, till exempel familj eller vänner, klagat på hur mycket eller när du äter/röker/tar läkemedel/dricker?								
Har du under det senaste året någonsin varit helt upptagen av tankar på när du skall få äta/röka/ta läkemedel/dricka?								
Har du under det senaste året någonsin använt sötsaker, alkohol, receptbelagda läkemedel, cigaretter för att lindra fysiska och psykiska obehag som trötthet, energibrist, uppvarvad, nedstämd, tristess, irritation, värk och/eller andra obehag?								

Med 4 eller fler Ja-svar för sötsaker, men 2 eller fler svar för alkohol, läkemedel och nikotin finns en stor risk att du utvecklat ett skadligt bruk eller beroende och då är ADDIS[®] viktigt.

Källa: Bitten Jonsson, Bittens Addiction, Tamms Kanalväg 11 C, 820 64 Näsvisen, Sverige