

新久里浜式アルコール症スクリーニングテスト (KAST)

氏名 _____ (男 ・ 女 _____ 歳) 記入日 _____ 年 _____ 月 _____ 日

下記の男女別の質問に、「はい」「いいえ」の当てはまる方に○をつけて下さい。

【男性版(KAST-M)】

項 目		回 答	
最近6か月の間に、以下のようなことがありましたか？		はい	いいえ
1	食事は1日3回、ほぼ規則的にとっている	0点	1点
2	糖尿病、肝臓病、または心臓病と診断され、その治療を受けたことがある	点	0点
3	酒を飲まないことと寝付けないことが多い	1点	0点
4	二日酔いで仕事を休んだり、大事な約束を守らなかったりしたことが時々ある	1点	0点
5	酒をやめる必要性を感じたことがある	1点	0点
6	酒を飲まなければいい人だとよく言われる	1点	0点
7	家族に隠すようにして酒を飲むことがある	1点	0点
8	酒がきれた時に、汗が出たり、手が震えたり、いらいらや不眠など苦しいことがある	1点	0点
9	朝酒や昼酒の経験が何度かある	1点	0点
10	飲まない方がよい生活を送れそうだと思う	1点	0点
合 計 点		点	
合計点が4点以上 : アルコール依存症の疑い群			
合計点が1～3点 : 要注意群 (質問項目1) による1点のみの場合は正常群			
合計点が0点 : 正常群			

【女性版(KAST-F)】

項 目		回 答	
最近6か月の間に、次のようなことがありましたか？		はい	いいえ
1	酒を飲まないことと寝付けないことが多い	1点	0点
2	医師からアルコールを控えるようにと言われたことがある	1点	0点
3	せめて今日だけは酒を飲むまいと思っけていても、つい飲んでしまうことが多い	1点	0点
4	酒の量を減らそうとしたり、酒を止めようと試みたことがある	1点	0点
5	飲酒しながら、仕事、家事、育児をすることがある	1点	0点
6	私のしていた仕事をまわりの人がするようになった	1点	0点
7	酒を飲まなければいい人だとよく言われる	1点	0点
8	自分の飲酒について後ろめたさを感じたことがある		
合 計 点		点	
合計点が3点以上 : アルコール依存症の疑い群			
合計点が1～2点 : 要注意群 (質問項目6) による1点のみの場合は正常群			

※アルコール依存症の疑いがある場合…専門医の受診を勧めましょう。

※要注意群…飲酒量を減らしたり、一定期間禁酒する必要があります。