

Medikamentenselbsttest

Testen Sie sich selbst. Nehmen Sie regelmäßig Schlaf-, Schmerz- oder Beruhigungsmittel zu sich? Die folgenden Fragen ermöglichen Ihnen eine erste Selbsteinschätzung zu Ihrem Umgang mit Medikamenten. Für den Test benötigen Sie ca. 2 Minuten.

1. Haben Sie jemals das Gefühl gehabt, dass ihr Medikamentenkonsum außer Kontrolle geraten ist?

Nie/fast nie 0 manchmal 1 oft 2 immer/fast immer 3

2. Ängstigt oder beunruhigt Sie die Aussicht, ihre nächste Medikamenteneinnahme auszulassen?

Nie/fast nie 0 manchmal 1 oft 2 immer/fast immer 3

3. Machen Sie sich Sorgen über Ihren Medikamentenkonsum?

Nie/fast nie 0 manchmal 1 oft 2 immer/fast immer 3

4. Würden Sie sich wünschen, einfach aufhören zu können?

Nie/fast nie 0 manchmal 1 oft 2 immer/fast immer 3

5. Wie schwierig würden Sie es finden, mit Ihrem Medikamentenkonsum aufzuhören oder ohne Medikamente zu leben?

Nie/fast nie 0 manchmal 1 oft 2 immer/fast immer 3

Summe:

Auswertungshinweise

Die jeweiligen Punktwerte zu jeder Antwort befinden sich rechts neben den Ankreuzkästchen.

Die einzelnen Punkte werden addiert. Eine Gesamtsumme von sechs oder mehr Punkten einen möglichen Medikamentenmissbrauch oder eine Medikamentenabhängigkeit hin.

Das Ergebnis liefert keine Diagnose, sondern kann nur Hinweise geben. Der Test ersetzt nicht das Gespräch mit einer geschulten Person.

Bei Fragen oder Unsicherheiten sind wir für Sie da!

stadt.mission.mensch gGmbH, Suchthilfe
Beratungs- und Behandlungsstelle

Walkerdamm 17, 24103 Kiel
Tel. 0431.26044-523, Fax 0431.67933776
suchthilfe@stadtmission-mensch.de

Öffnungszeiten: Mo-Fr 9:00-12:00 Uhr
Offene Sprechstunden: Mo 15:00-17:00,
Mi 10:00-12:00, Do 14:00-16:00 Uhr

Grundlage:
Severity of Dependence Scale
(SDS; Gossop et al., 1995)