

Số: /QĐ-BYT

Hà Nội, ngày tháng năm 2020

QUYẾT ĐỊNH

Về việc ban hành tài liệu “Hướng dẫn sàng lọc và can thiệp giảm tác hại cho người có nguy cơ sức khỏe do uống rượu, bia tại cơ sở chăm sóc sức khỏe ban đầu và tại cộng đồng”

BỘ TRƯỞNG BỘ Y TẾ

Căn cứ Luật Phòng, chống tác hại của rượu, bia ngày 14 tháng 6 năm 2019;

Căn cứ Nghị định số 75/2017/NĐ-CP ngày 20 tháng 6 năm 2017 của Chính phủ quy định chức năng, nhiệm vụ, quyền hạn và cơ cấu tổ chức của Bộ Y tế;

Theo đề nghị của Cục trưởng Cục Y tế dự phòng.

QUYẾT ĐỊNH:

Điều 1. Ban hành kèm theo Quyết định này tài liệu “Hướng dẫn sàng lọc và can thiệp giảm tác hại cho người có nguy cơ sức khỏe do uống rượu, bia tại cơ sở chăm sóc sức khỏe ban đầu và tại cộng đồng”.

Điều 2. Tài liệu “Hướng dẫn sàng lọc và can thiệp giảm tác hại cho người có nguy cơ sức khỏe do uống rượu, bia tại cơ sở chăm sóc sức khỏe ban đầu và tại cộng đồng” được áp dụng tại cộng đồng, cơ sở chăm sóc sức khỏe ban đầu và các cơ sở y tế có liên quan khác trong cả nước.

Điều 3. Quyết định này có hiệu lực kể từ ngày ký ban hành.

Điều 4. Giao Cục Y tế dự phòng chủ trì, phối hợp với các đơn vị liên quan chỉ đạo, hướng dẫn, kiểm tra, giám sát việc thực hiện tài liệu “Hướng dẫn sàng lọc và can thiệp giảm tác hại cho người có nguy cơ sức khỏe do uống rượu, bia tại cơ sở chăm sóc sức khỏe ban đầu và tại cộng đồng”.

Điều 5. Các ông, bà: Chánh Văn phòng Bộ, Cục trưởng Cục Y tế dự phòng, Chánh Thanh tra Bộ, Tổng Cục trưởng, Cục trưởng và Vụ trưởng các Tổng cục, Cục, Vụ thuộc Bộ Y tế; Giám đốc Sở Y tế các tỉnh, thành phố trực thuộc trung ương; Thủ trưởng các đơn vị có liên quan chịu trách nhiệm thi hành Quyết định này./.

Nơi nhận:

- Như Điều 5;
- Bộ trưởng (để báo cáo);
- Các Thứ trưởng;
- Công TTĐTBYT, Website Cục YTDP;
- Lưu: VT, DP.

KT. BỘ TRƯỞNG
THỨ TRƯỞNG

Trần Văn Thuấn

BỘ Y TẾ

HƯỚNG DẪN

**Sàng lọc và can thiệp giảm tác hại
cho người có nguy cơ sức khỏe do uống rượu, bia
tại cơ sở chăm sóc sức khỏe ban đầu và tại cộng đồng**

*(Ban hành kèm theo Quyết định số: /QĐ-BYT ngày tháng năm 2020
của Bộ trưởng Bộ Y tế)*

Hà Nội, năm 2020

MỤC LỤC

I. THÔNG TIN CHUNG	1
1. Một số khái niệm, thuật ngữ.....	1
a) Khái niệm cồn thực phẩm, rượu, bia	1
b) Khái niệm đơn vị cồn	1
2. Các bệnh tật, rối loạn do tác hại của rượu, bia gây ra	1
3. Mức độ nguy cơ do uống rượu, bia	2
a) Uống rượu, bia ở mức nguy cơ thấp.....	2
b) Uống rượu, bia ở mức nguy cơ cao	2
c) Uống rượu, bia ở mức nguy cơ rất cao	3
d) Nguy cơ lệ thuộc/nghiện rượu, bia	3
II. MỤC ĐÍCH, ĐỐI TƯỢNG, ĐỊA ĐIỂM SÀNG LỌC.....	4
1. Mục đích.....	4
2. Người thực hiện sàng lọc và can thiệp.....	4
3. Đối tượng sàng lọc, can thiệp giảm tác hại.....	4
4. Địa điểm thực hiện.....	4
III. BỘ CÔNG CỤ, QUY TRÌNH THỰC HIỆN SÀNG LỌC VÀ CAN THIỆP GIẢM TÁC HẠI CHO NGƯỜI UỐNG RƯỢU, BIA.....	5
1. Bộ câu hỏi sàng lọc nguy cơ sức khỏe do uống rượu, bia	5
2. Quy trình thực hiện sàng lọc, can thiệp giảm tác hại cho người uống rượu, bia	7
a) Bước 1 - Tiếp xúc, gặp gỡ đối tượng được sàng lọc	7
b) Bước 2 - Tiến hành phỏng vấn bằng bộ câu hỏi sàng lọc	8
c) Bước 3 - Phân loại mức độ nguy cơ	8
d) Bước 4 - Thực hiện can thiệp giảm tác hại	9
IV. THỰC HIỆN CAN THIỆP GIẢM TÁC HẠI CHO NGƯỜI UỐNG RƯỢU, BIA THEO CÁC NHÓM NGUY CƠ	10
1. Nhóm nguy cơ 1: Truyền thông nâng cao nhận thức	10
2. Nhóm nguy cơ 2: Giáo dục nhận thức và hướng dẫn.....	11
3. Nhóm nguy cơ 3: Thực hiện tư vấn nhanh	12
4. Nhóm nguy cơ 4: Giới thiệu chuyển đến cơ sở y tế.....	14
V. QUẢN LÝ, HỖ TRỢ NGƯỜI CÓ NGUY CƠ SỨC KHỎE DO UỐNG RƯỢU, BIA Ở CỘNG ĐỒNG	15
1. Lập danh sách người có nguy cơ để quản lý, theo dõi và hỗ trợ.....	15
2. Ghi chép, báo cáo, quản lý số liệu.....	15
Phụ lục 1. Hình minh họa: Tác hại đối với sức khỏe do uống rượu, bia.....	16
Phụ lục 2. Hình minh họa đơn vị cồn	17
Phụ lục 3. Một số hành vi bị nghiêm cấm và địa điểm không uống rượu, bia được quy định trong Luật Phòng, chống tác hại của rượu, bia	18
Phụ lục 4. Bộ câu hỏi sàng lọc nguy cơ sức khỏe do uống rượu, bia.....	19
Phụ lục 5. Hướng dẫn áp dụng một số lời khuyên, thông điệp sử dụng khi can thiệp giảm tác hại cho người có nguy cơ sức khỏe do uống rượu, bia	22
Phụ lục 6. Hướng dẫn hỏi bộ công cụ sàng lọc nguy cơ sức khỏe do uống rượu, bia.	22
Phụ lục 7. Danh sách đối tượng sàng lọc người có nguy cơ sức khỏe do uống rượu, bia	29

I. THÔNG TIN CHUNG

1. Một số khái niệm, thuật ngữ

a) Khái niệm cồn thực phẩm, rượu, bia

- *Cồn thực phẩm*: là hợp chất hữu cơ có công thức phân tử là C_2H_5OH và có tên khoa học là ethanol đã được loại bỏ tạp chất, đạt yêu cầu dùng trong thực phẩm theo quy chuẩn kỹ thuật quốc gia, có khả năng gây nghiện và gây ngộ độc cấp tính.

- *Rượu*: là đồ uống có cồn thực phẩm, được sản xuất từ quá trình lên men từ một hoặc hỗn hợp của các loại nguyên liệu chủ yếu gồm tinh bột của ngũ cốc, dịch đường của cây, hoa, củ, quả hoặc là đồ uống được pha chế từ cồn thực phẩm.

- *Bia*: là đồ uống có cồn thực phẩm, được sản xuất từ quá trình lên men từ hỗn hợp của các loại nguyên liệu chủ yếu gồm mạch nha (malt), đại mạch, nấm men bia, hoa bia (hoa houblon), nước.

Theo định nghĩa như trên thì các đồ uống có cồn khác pha chế với cồn thực phẩm như cocktail, nước trái cây có cồn thực phẩm theo quy trình sản xuất như rượu... cũng được phân loại là rượu.

b) Khái niệm đơn vị cồn

Đơn vị cồn là đơn vị đo lường dùng để quy đổi rượu, bia và đồ uống có cồn khác với nồng độ khác nhau về lượng cồn nguyên chất. Một đơn vị cồn tương đương 10 gam cồn (ethanol) nguyên chất chứa trong dung dịch uống.

Cách tính đơn vị cồn trong rượu, bia như sau:

$$\text{Đơn vị cồn} = \text{Dung tích (ml)} \times \text{Nồng độ (\%)} \times 0,79 \text{ (hệ số quy đổi)}$$

Ví dụ: chai bia 330ml và nồng độ cồn 5% sẽ có số gam cồn là:

$$330 \times 0,05 \times 0,79 = 13\text{g}; \text{ tương đương } 1,3 \text{ đơn vị cồn.}$$

Như vậy, một đơn vị cồn tương đương với:

- 3/4 chai hoặc 3/4 lon bia 330 ml (5%);
- Một chai hoặc một lon nước trái cây/cider/strongbow có cồn loại 330ml (4,5%);
- Một cốc bia hơi 330 ml (4%);
- Một ly rượu vang 100 ml (13,5%);
- Hoặc một ly nhỏ/cốc nhỏ rượu mạnh 40 ml (30%).

2. Các bệnh tật, rối loạn do tác hại của rượu, bia gây ra

Uống rượu, bia gây nhiều tác hại đến sức khỏe con người, gia đình, cộng đồng, gây mất an toàn giao thông, mất trật tự và an toàn xã hội, gây thiệt hại về kinh tế và các vấn đề xã hội khác.

Rượu, bia là một trong các nguyên nhân gây ra hơn 230 loại bệnh tật và tình trạng thương tích như được mô tả trong Bảng phân loại thống kê quốc tế về bệnh tật và các vấn đề sức khỏe có liên quan của Tổ chức Y tế thế giới lần thứ 10 (ICD10). Một số bệnh và thương tích chính do uống rượu, bia gây ra gồm:

Ung thư: Tổ chức Nghiên cứu ung thư quốc tế xếp rượu, bia là chất gây ung thư thuộc Nhóm I, tức là có nguy cơ cao gây ung thư tương tự như thuốc lá, amiang hay bức xạ ion hóa. Uống rượu, bia là nguyên nhân liên quan trực tiếp tới ung thư khoang miệng, vòm họng, thanh quản, thực quản, đại - trực tràng, gan và ung thư vú ở phụ nữ.

Bệnh tim mạch: làm tăng nguy cơ gây ra các bệnh lý như đột quỵ, suy tim, tăng huyết áp và phình động mạch chủ.

Bệnh hệ tiêu hóa: gây tổn thương gan (gan nhiễm mỡ do rượu, viêm gan cấp do rượu...), xơ gan, làm trầm trọng các tổn thương do vi rút viêm gan C và B, viêm tụy cấp tính và mạn tính, các bệnh lý tại thực quản, dạ dày,...

Rối loạn tâm thần: làm suy giảm trí nhớ và khả năng tư duy, lo âu, trầm cảm, loạn thần, kích động, tự sát...

Các rối loạn và bệnh lý khác: gây lão hóa sớm, suy giảm miễn dịch, hội chứng nhiễm độc rượu ở bào thai, trẻ đẻ ra nhẹ cân.

Thương tích: uống rượu, bia là nguyên nhân chính gây tai nạn giao thông và gây thương tích không chủ ý và cố ý khác.

Các vấn đề về xã hội: ảnh hưởng tiêu cực đến quan hệ gia đình, giảm hoặc mất khả năng làm việc, mất việc làm, bạo lực, quan hệ tình dục không an toàn, các vấn đề liên quan đến pháp luật...

3. Mức độ nguy cơ do uống rượu, bia

Để áp dụng can thiệp tại cộng đồng, việc đánh giá nguy cơ do uống rượu, bia dựa theo hướng dẫn trong bộ công cụ sàng lọc AUDIT (Alcohol Use Disorder Identification Test - Công cụ xác định rối loạn do sử dụng rượu, bia) của Tổ chức Y tế thế giới. Khi trả lời 10 câu hỏi của bộ công cụ AUDIT một người có thể có tổng điểm từ 0 đến tối đa là 40.

Dựa vào điểm số để phân loại thành 4 mức độ nguy cơ do uống rượu, bia, bao gồm:

a) Uống rượu, bia ở mức nguy cơ thấp

Uống rượu, bia ở mức nguy cơ thấp là những người có điểm đánh giá theo bộ công cụ sàng lọc 0 - 7 điểm. Đối với những người thuộc nhóm này, lý tưởng nhất vẫn là không nên uống rượu, bia; nếu đã uống chỉ nên giữ ở mức không quá hai đơn vị cồn/ngày đối với nam giới và không quá một đơn vị cồn/ngày đối với nữ giới và không uống quá 5 ngày/tuần. Với mức độ này, những hậu quả của rượu, bia đối với sức khỏe thường ở mức tối thiểu.

b) Uống rượu, bia ở mức nguy cơ cao

Uống rượu, bia ở mức nguy cơ cao là những người có điểm đánh giá theo bộ công cụ sàng lọc từ 8 - 15 điểm. Uống rượu, bia ở mức độ này dẫn đến nguy

cơ cao gây hại cho người uống. Những người này mặc dù có thể chưa biểu hiện những rối loạn hay tổn thương thực thể do uống rượu, bia gây nên, nhưng họ có nguy cơ cao bị chấn thương, có hành vi bạo lực hoặc hành vi liên quan đến pháp luật, giảm khả năng làm việc hoặc gây ra các vấn đề xã hội do tình trạng nhiễm độc rượu, bia cấp tính gây nên; đồng thời có nguy cơ cao mắc các bệnh không lây nhiễm và bệnh mạn tính khác do uống rượu, bia thường xuyên.

c) Uống rượu, bia ở mức nguy cơ rất cao

Uống rượu, bia ở mức nguy cơ rất cao là những người có điểm đánh giá theo bộ công cụ sàng lọc từ 16 - 19 điểm. Những người uống rượu, bia ở mức này đã thực sự chịu các tổn hại về sức khỏe. Những tổn hại này có thể về thể chất (tổn thương gan, suy chức năng gan, bệnh tim mạch, v.v.) hay rối loạn tâm thần (trầm cảm, loạn thần, v.v.) và/hoặc đã từng bị tai nạn thương tích, gây các hậu quả như bạo lực, vi phạm pháp luật, giảm khả năng lao động và các vấn đề xã hội khác do hậu quả của uống rượu, bia thường xuyên, quá mức.

d) Nguy cơ lệ thuộc/nghiện rượu, bia

Những người có điểm đánh giá theo bộ công cụ sàng lọc ≥ 20 điểm là người có nguy cơ lệ thuộc vào rượu, bia được đặc trưng bởi sự thèm muốn (có nhu cầu uống mãnh liệt), mất kiểm soát (không thể ngừng uống mặc dù rất muốn dừng), tăng mức độ dung nạp, ảnh hưởng đến thể chất. Những người uống rượu, bia thuộc nhóm này có nguy cơ cao ảnh hưởng đến sức khỏe như: suy giảm chức năng não, khiến bản thân không thể tự chủ về ý thức và hành vi, dần dần suy giảm trí nhớ, trí tuệ, rối loạn cảm xúc, hoang tưởng, ảo giác, ảo ảnh, ... ngoài ra còn hủy hoại gan (xơ gan, suy gan, ung thư gan), giãn tĩnh mạch thực quản, xuất huyết dạ dày, viêm tụy, động kinh,...

II. MỤC ĐÍCH, ĐỐI TƯỢNG, ĐỊA ĐIỂM SÀNG LỌC

1. Mục đích

Giúp nhân viên y tế đánh giá, phát hiện sớm người có nguy cơ sức khỏe hoặc rối loạn, bệnh tật do uống rượu, bia gây ra từ đó có các biện pháp tư vấn, hướng dẫn và can thiệp ban đầu để dự phòng, giảm thiểu các nguy cơ và tác hại đối với sức khỏe do uống rượu, bia.

2. Người thực hiện sàng lọc và can thiệp

- Cộng tác viên/người tham gia thực hiện công tác phòng, chống tác hại của rượu, bia.

- Nhân viên y tế thôn, bản; cộng tác viên y tế thôn, bản.

- Nhân viên y tế tại trạm y tế xã/phường/thị trấn, trạm y tế của các cơ quan, đơn vị, tổ chức.

- Nhân viên y tế tại các phòng khám, bệnh viện tuyến y tế cơ sở, các cơ sở y tế dự phòng và các cơ sở y tế có liên quan khác.

Người thực hiện sàng lọc và can thiệp giảm tác hại cho người có nguy cơ sức khỏe do uống rượu, bia tại tuyến y tế cơ sở và tại cộng đồng cần được tập huấn, hướng dẫn sử dụng bộ công cụ, quy trình sàng lọc, can thiệp và các biện pháp can thiệp giảm tác hại cho người có uống rượu, bia.

3. Đối tượng sàng lọc, can thiệp giảm tác hại

Là những người từ 18 tuổi trở lên có uống rượu, bia, bao gồm:

- Người dân tại cộng đồng.

- Người đến khám bệnh, chữa bệnh, kiểm tra sức khỏe định kỳ, khám bệnh nghề nghiệp và sử dụng dịch vụ chăm sóc sức khỏe khác tại các cơ sở y tế, đặc biệt là những người mắc bệnh mạn tính và các rối loạn sức khỏe có liên quan đến uống rượu, bia.

4. Địa điểm thực hiện

- Tại cộng đồng.

- Tại trạm y tế xã/phường/thị trấn; trạm y tế của các cơ quan, tổ chức.

- Tại phòng khám, phòng tư vấn của các cơ sở y tế tuyến cơ sở và các cơ sở y tế có liên quan khác.

Lưu ý: Hỏi thông tin về sử dụng rượu, bia là thông tin riêng tư, nhiều người không sẵn sàng chia sẻ với người lạ hay khi có mặt người khác, vì vậy người thực hiện phỏng vấn cần chọn địa điểm và bối cảnh phỏng vấn phù hợp.

III. BỘ CÔNG CỤ, QUY TRÌNH THỰC HIỆN SÀNG LỌC VÀ CAN THIỆP GIẢM TÁC HẠI CHO NGƯỜI UỐNG RƯỢU, BIA

1. Bộ câu hỏi sàng lọc nguy cơ sức khỏe do uống rượu, bia

Công cụ sàng lọc là **Bộ câu hỏi sàng lọc nguy cơ sức khỏe do uống rượu, bia** được thiết kế sẵn. Bộ câu hỏi được phát triển dựa trên bộ công cụ sàng lọc AUDIT (Alcohol Use Disorder Identification Test - Công cụ xác định rối loạn do sử dụng rượu, bia) của Tổ chức Y tế thế giới.

Bộ câu hỏi sàng lọc nguy cơ sức khỏe do uống rượu, bia có 10 câu hỏi. Mỗi câu có điểm số từ 0 - 4. Tổng điểm 0 - 40 điểm.

Bộ câu hỏi được chia thành 3 phần, bao gồm:

- Phần 1: có 3 câu hỏi (câu 1, câu 2, câu 3) thu thập thông tin về tình trạng uống rượu, bia ở mức có hại.

- Phần 2: có 3 câu hỏi (câu 4, câu 5, câu 6) thu thập thông tin về tình trạng lệ thuộc rượu, bia.

- Phần 3: có 4 câu hỏi (câu 7, câu 8, câu 9 và câu 10) thu thập thông tin về việc uống rượu, bia đến mức nguy hại.

Các câu hỏi từ số 1 - 8: khai thác các thông tin của đối tượng liên quan đến uống rượu, bia **trong 12 tháng vừa qua.**

Còn câu hỏi số 9, 10: khai thác thông tin về các vấn đề sức khỏe mà đối tượng đã gặp phải do uống rượu, bia **từ trước đến nay.**

Bộ câu hỏi sàng lọc nguy cơ sức khỏe do uống rượu, bia

Bởi vì uống rượu, bia có thể ảnh hưởng đến sức khỏe cũng như việc điều trị và sử dụng thuốc của Anh/chị, vì vậy tôi xin được hỏi một số câu hỏi để sàng lọc nguy cơ sức khỏe do uống rượu, bia. Các câu trả lời sẽ được giữ kín và thông tin chỉ phục vụ cho tư vấn, hỗ trợ chăm sóc sức khỏe cho Anh/chị. Vì vậy rất mong Anh/chị hợp tác.

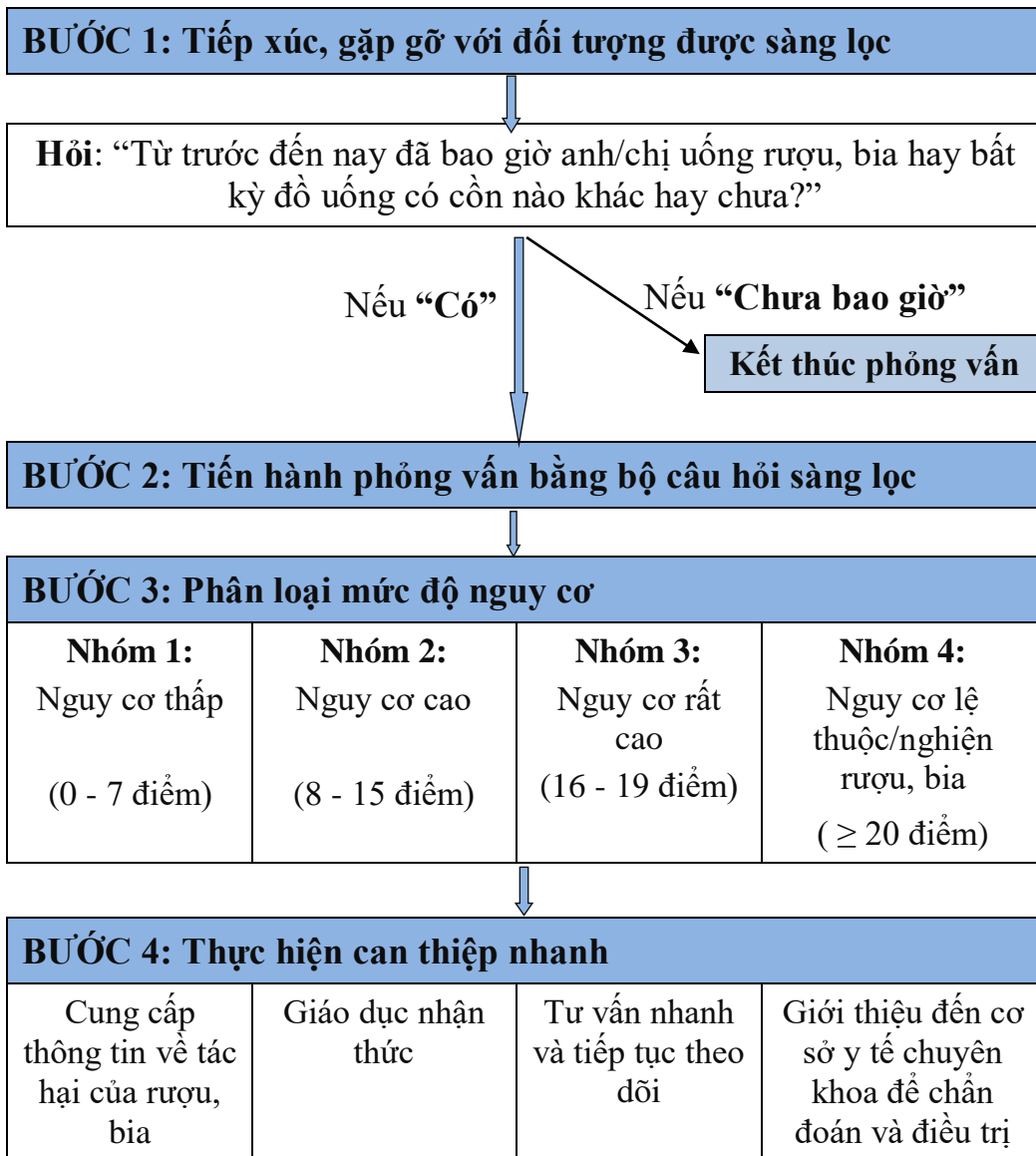
Họ tên người được phỏng vấn:; Tuổi:.....; Giới:.....
 Địa chỉ:; Ngày phỏng vấn:/...../.....

<p>1. Trong 12 tháng qua, có bao giờ Anh/chị uống rượu, bia không? Nếu có bao lâu một lần?</p> <p>(0) Không bao giờ (<i>chuyển đến câu 9 và câu 10</i>)</p> <p>(1) ≤ 1 lần/tháng</p> <p>(2) 2 - 4 lần/tháng</p> <p>(3) 2 - 3 lần/tuần</p> <p>(4) ≥ 4 lần/tuần <input type="checkbox"/></p>	<p>6. Trong 12 tháng qua, có bao giờ sau một lần uống nhiều thì sáng hôm sau khi thức dậy Anh/chị phải uống ngay một cốc rượu, bia trước khi làm những việc khác? Nếu có bao lâu một lần?</p> <p>(0) Không bao giờ</p> <p>(1) Ít hơn hằng tháng</p> <p>(2) Hằng tháng <input type="checkbox"/></p> <p>(3) Hằng tuần</p> <p>(4) Hằng ngày hoặc gần như hằng ngày</p>
<p>2. Trong một ngày có uống rượu, bia, Anh/chị thường uống bao nhiêu? (<i>ĐTV hỏi đối tượng thường uống những loại gì, bao nhiêu và quy đổi ra tổng đơn vị cồn trong một ngày</i>)</p> <p>(0) 1 - 2 đơn vị cồn</p> <p>(1) 3 - 4 đơn vị cồn</p> <p>(2) 5 - 6 đơn vị cồn <input type="checkbox"/></p> <p>(3) 7 - 9 đơn vị cồn</p> <p>(4) ≥ 10 đơn vị cồn</p>	<p>7. Trong 12 tháng qua, có bao giờ Anh/chị cảm thấy có lỗi hoặc hối hận sau khi uống rượu, bia không? Nếu có bao lâu một lần?</p> <p>(0) Không bao giờ</p> <p>(1) Ít hơn hằng tháng</p> <p>(2) Hằng tháng <input type="checkbox"/></p> <p>(3) Hằng tuần</p> <p>(4) Hằng ngày hoặc gần như hằng ngày</p>
<p>3. Có bao giờ trong một lần uống, Anh/chị đã uống hết 5 chai hay 5 lon bia hoặc đã uống hết 6 cốc nhỏ rượu mạnh hoặc 6 ly rượu vang trở lên? Nếu có bao lâu một lần? (<i>sử dụng Hình minh họa đơn vị cồn để giải thích</i>)</p> <p>(0) Không bao giờ</p> <p>(1) Ít hơn hằng tháng</p> <p>(2) Hằng tháng</p> <p>(3) Hằng tuần <input type="checkbox"/></p> <p>(4) Hằng ngày hoặc gần như hằng ngày</p> <p>(Chuyển tới câu 9 và 10 nếu tổng điểm của câu 2 và 3 là = 0)</p>	<p>8. Trong 12 tháng qua, có bao giờ Anh/chị sau khi uống rượu, bia sáng hôm sau tỉnh dậy không thể nhớ được những gì đã xảy ra đêm hôm trước không? Nếu có bao lâu một lần?</p> <p>(0) Không bao giờ</p> <p>(1) Ít hơn hằng tháng</p> <p>(2) Hằng tháng <input type="checkbox"/></p> <p>(3) Hằng tuần</p> <p>(4) Hằng ngày hoặc gần như hằng ngày</p>
<p>4. Trong 12 tháng qua, có bao giờ khi đang uống rượu, bia, Anh/chị nhận thấy không thể tự dừng uống được? Nếu có bao lâu một lần?</p> <p>(0) Không bao giờ</p> <p>(1) Ít hơn hằng tháng</p> <p>(2) Hằng tháng</p> <p>(3) Hằng tuần <input type="checkbox"/></p> <p>(4) Hằng ngày hoặc gần như hằng ngày</p>	<p>9. Từ trước đến nay, có bao giờ do Anh/chị uống rượu, bia đã làm cho mình hay người khác bị thương không?</p> <p>(0) Chưa bao giờ</p> <p>(2) Có nhưng không phải trong 12 tháng vừa qua</p> <p>(4) Có trong 12 tháng vừa qua <input type="checkbox"/></p>
<p>5. Trong 12 tháng qua, có bao giờ do uống rượu, bia mà Anh/chị không làm được những công việc bình thường vẫn làm không? Nếu có bao lâu một lần?</p> <p>(0) Không bao giờ</p> <p>(1) Ít hơn hằng tháng</p> <p>(2) Hằng tháng</p> <p>(3) Hằng tuần <input type="checkbox"/></p> <p>(4) Hằng ngày hoặc gần như hằng ngày</p>	<p>10. Từ trước đến nay, đã có ai thấy lo ngại và đề nghị hay khuyên Anh/chị giảm uống rượu, bia không?</p> <p>(0) Chưa bao giờ</p> <p>(2) Có nhưng không phải trong 12 tháng vừa qua</p> <p>(4) Có trong 12 tháng vừa qua <input type="checkbox"/></p>
<p>Tổng số điểm: </p>	

2. Quy trình thực hiện sàng lọc, can thiệp giảm tác hại cho người uống rượu, bia

Thực hiện theo quy trình 4 bước, cụ thể như sau:

Sơ đồ tóm tắt quy trình sàng lọc, can thiệp giảm tác hại



a) Bước 1 - Tiếp xúc, gặp gỡ đối tượng được sàng lọc

- Người phỏng vấn chào hỏi, giới thiệu bản thân, thông báo rõ mục đích của việc sàng lọc và khoảng thời gian thực hiện. Cam kết giữ bí mật các thông tin đối tượng cung cấp.

- Trước khi sàng lọc, người phỏng vấn hỏi: “**từ trước đến nay đã bao giờ anh/chị uống rượu, bia hay bất kỳ đồ uống có cồn nào khác hay chưa?**”

Nếu câu trả lời “**chưa bao giờ**” thì kết thúc phỏng vấn tại đây, đồng thời động viên, khuyến khích đối tượng tiếp tục duy trì hành vi tốt cho sức khỏe và phát tài liệu truyền thông (nếu có).

Nếu câu trả lời “**có**” thì tiến hành sàng lọc bằng bộ câu hỏi phỏng vấn và thực hiện các bước tiếp theo.

- Khi thực hiện phỏng vấn, người phỏng vấn lưu ý một số điểm sau đây:
- + Thể hiện thái độ cởi mở, không dọa nạt, không làm cho cuộc phỏng vấn trở nên nghiêm trọng.
- + Chỉ thực hiện với những người có thể trả lời phỏng vấn, không phỏng vấn những người đang say rượu hoặc đang cần phải chăm sóc y tế ngay.
- + Chỉ tiến hành phỏng vấn khi được đối tượng đồng ý tham gia.

b) Bước 2 - Tiến hành phỏng vấn bằng bộ câu hỏi sàng lọc

- Giải thích cho đối tượng khái niệm về rượu, bia; thế nào là đơn vị cồn và cách quy đổi ra đơn vị cồn từ các loại đồ uống có cồn khác nhau.
- Tiến hành phỏng vấn bằng Bộ câu hỏi sàng lọc nguy cơ sức khỏe do uống rượu, bia (xem bộ câu hỏi sàng lọc ở mục III):
- + Lần lượt nêu từng câu hỏi và ghi nhận phương án trả lời tương ứng. Mỗi câu hỏi có 3 hoặc 5 phương án trả lời (tương ứng với điểm số từ 0 - 4). Sau mỗi câu trả lời, người phỏng vấn khoanh tròn vào điểm số ở đầu dòng của mỗi đáp án và sau đó ghi số điểm tương ứng vào trong ô vuông bên cạnh.
- + Người phỏng vấn cần chú ý xem có vấn đề gì có thể làm người trả lời e ngại, không thoải mái khi chia sẻ thông tin không và tìm cách tạo sự tin tưởng và thoải mái nhất có thể cho họ. Nếu các câu trả lời chưa rõ ràng hoặc người trả lời tỏ thái độ lảng tránh, người phỏng vấn cần lặp lại các câu hỏi và nêu ra các phương án trả lời để đối tượng chọn phương án thích hợp nhất với họ.
- + Sau khi trả lời hết các câu hỏi thì cộng và ghi tổng số điểm vào ô vuông ở dòng dưới cùng của bảng hỏi.

c) Bước 3 - Phân loại mức độ nguy cơ

Sau khi hoàn thành bộ câu hỏi phỏng vấn, căn cứ tổng số điểm để phân loại mức độ nguy cơ đối với sức khỏe do uống rượu, bia vào một trong 4 nhóm sau:

Nhóm nguy cơ 1: từ 0 - 7 điểm: uống rượu, bia ở mức nguy cơ thấp

Nhóm nguy cơ 2: từ 8 - 15 điểm: uống rượu, bia ở mức nguy cơ cao

Nhóm nguy cơ 3: từ 16 - 19 điểm: uống rượu, bia mức nguy cơ rất cao

Nhóm nguy cơ 4: ≥ 20 điểm: nguy cơ lệ thuộc/nghiện rượu, bia

Lưu ý:

- Người có mức điểm từ 8 - 15 nhưng trả lời 04 điểm cho bất cứ câu nào trong hai câu hỏi 9 và 10 thì xếp được vào Nhóm nguy cơ 3.
- Người trả lời từ 02 điểm cho cả ba câu 4, 5, 6 thì xếp vào Nhóm nguy cơ 4.

d) Bước 4 - Thực hiện can thiệp giảm tác hại

Thực hiện các biện pháp can thiệp nhanh phù hợp với từng mức độ nguy cơ (từng nhóm): truyền thông, giáo dục nhận thức, tư vấn hoặc giới thiệu chuyển người có nguy cơ nghiện rượu, bia đến cơ sở chuyên khoa để được điều trị, chăm sóc.

Cụ thể như bảng dưới đây:

Mức độ nguy cơ	Điểm	Can thiệp	Mục tiêu
Nhóm nguy cơ 1: uống rượu, bia ở mức nguy cơ thấp	0	0 điểm: động viên, khuyến khích	Khuyến khích duy trì hành vi tốt
	1 - 7	Truyền thông nâng cao nhận thức	Nâng cao nhận thức để tiếp tục duy trì không uống hoặc hạn chế uống rượu, bia
Nhóm nguy cơ 2: uống rượu, bia ở mức nguy cơ cao	8 - 15	Giáo dục nhận thức	Hướng dẫn kiểm soát hành vi uống rượu, bia, giảm uống rượu, bia
Nhóm nguy cơ 3: uống ở mức nguy cơ rất cao	16 - 19	Tư vấn nhanh và có các bước tiếp tục theo dõi	Hướng dẫn kiểm soát hành vi uống rượu, bia và phối hợp để được hỗ trợ
Nhóm nguy cơ 4: nguy cơ lệ thuộc /nghiện rượu, bia	≥ 20	Giới thiệu đến cơ sở y tế chuyên khoa để được chẩn đoán và điều trị	Ngăn cản tiến triển nghiện rượu, bia nặng thêm và giảm thiểu tác hại của nghiện rượu, bia

IV. THỰC HIỆN CAN THIỆP GIẢM TÁC HẠI CHO NGƯỜI UỐNG RƯỢU, BIA THEO CÁC NHÓM NGUY CƠ

1. Nhóm nguy cơ 1: Truyền thông nâng cao nhận thức

Kết quả sàng lọc 0 điểm: là những người hiện tại không uống rượu, bia. Cần động viên, khuyến khích họ duy trì hành vi không uống rượu, bia.

Kết quả sàng lọc 1 - 7 điểm: nhóm này là những người hiện tại uống rượu, bia ở mức nguy cơ thấp. Tuy nhiên, họ có thể bị tác động nên hành vi uống rượu, bia có thể thay đổi và trong tương lai có thể sẽ uống nhiều lên, vì vậy họ vẫn cần được cung cấp thông tin, truyền thông giáo dục về nguy cơ đối với sức khỏe do uống rượu, bia gây ra.

Mục đích can thiệp: truyền thông, giáo dục sức khỏe giúp người được sàng lọc nhận thức đúng tác hại của việc uống rượu, bia và cần phải duy trì hành vi không sử dụng rượu, bia hoặc hạn chế uống ở mức nguy cơ thấp.

Các bước thực hiện:

(1) Thông báo cho đối tượng kết quả sàng lọc

(2) **Thông báo mức độ nguy cơ:** giải thích đối tượng là người có nguy cơ thấp bị các vấn đề sức khỏe do rượu, bia nếu tiếp tục uống hạn chế như hiện tại. Tuy nhiên không có mức độ uống nào là an toàn cả, cho dù uống ít hoặc hạn chế thì vẫn có nguy cơ nhất định bị mắc các bệnh ung thư.

(3) **Cung cấp kiến thức:** giúp cho đối tượng hiểu rõ tác hại của uống rượu, bia (Hình minh họa - Tác hại đối với sức khỏe do uống rượu, bia).

(4) Giáo dục nhận thức:

- Để phòng chống tác hại của rượu, bia thì tốt nhất là không nên uống rượu, bia vì không có ngưỡng nào là an toàn. Trong trường hợp có uống thì không nên uống quá hai đơn vị cồn/ngày với nam giới, một đơn vị cồn/ngày đối với nữ giới và không uống quá 5 ngày/tuần (Hình minh họa đơn vị cồn).

- Tuyệt đối không uống rượu, bia trong các trường hợp: điều khiển phương tiện cơ giới hoặc vận hành máy móc, người chưa đủ 18 tuổi, phụ nữ có thai hoặc đang cho con bú, người có tiền sử hoặc đang mắc các rối loạn tâm thần, người có tiền sử nghiện rượu hoặc ma túy, người có bệnh lý mà cần làm cho bệnh nặng lên (bệnh tim mạch, bệnh gan...).

- Thông báo một số hành vi bị nghiêm cấm và địa điểm không được uống rượu, bia được quy định trong Luật Phòng, chống tác hại của rượu, bia.

(5) **Kết luận và động viên, khuyến khích:** khẳng định sự cần thiết phải bỏ hoặc giảm uống rượu, bia; động viên, khuyến khích đối tượng duy trì thực hiện không uống hoặc hạn chế uống rượu, bia ở mức nguy cơ thấp.

2. Nhóm nguy cơ 2: Giáo dục nhận thức và hướng dẫn

Nhóm này gồm những người uống rượu, bia ở mức nguy cơ cao (8 - 15 điểm). Những người này có thể chưa biểu hiện các rối loạn hay tổn thương thực thể do rượu, bia gây nên, nhưng họ có nguy cơ cao bị chấn thương, có hành vi bạo lực hoặc hành vi liên quan đến pháp luật, giảm khả năng làm việc hoặc có các vấn đề xã hội do tình trạng nhiễm độc rượu, bia cấp tính gây nên; đồng thời đang có nguy cơ cao mắc các bệnh không lây nhiễm và bệnh mạn tính khác do uống rượu, bia thường xuyên.

Mục đích can thiệp: giáo dục nhận thức giúp người được sàng lọc nhận thức được những hậu quả sức khỏe của bản thân do đang uống rượu, bia ở mức nguy cơ cao; khuyến khích người đó cần thay đổi hành vi uống rượu, bia ngay.

Các bước thực hiện:

(1) **Thông báo cho đối tượng biết kết quả sàng lọc** (thông báo với cả người nhà đi cùng nếu đối tượng đồng ý).

(2) **Thông báo mức độ nguy cơ:** giải thích cho đối tượng hiểu rõ bản thân đang uống rượu, bia ở **mức nguy cơ cao**.

(3) **Cung cấp kiến thức:** giúp đối tượng hiểu nếu tiếp tục uống rượu, bia ở **mức nguy cơ cao** thì bản thân có thể gặp phải những tác hại và nguy cơ sức khỏe gì (Hình minh họa - Tác hại đối với sức khỏe do uống rượu, bia):

- Có nguy cơ cao mắc các bệnh mạn tính như ung thư, tim mạch, rối loạn chuyển hóa,... do uống rượu, bia thường xuyên ở mức có hại.

- Có nguy cơ cao bị tai nạn, chấn thương, giảm khả năng làm việc hoặc gây ra các hành vi bạo lực và vấn đề xã hội do tình trạng nhiễm độc rượu, bia cấp tính gây nên.

(4) **Giáo dục nhận thức:** cần phải bỏ hoặc giảm uống rượu, bia ngay để phòng ngừa, giảm thiểu các nguy cơ với sức khỏe cho bản thân:

- Tốt nhất là ngừng uống rượu, bia vì không có ngưỡng nào là an toàn.

- Trường hợp có uống thì nên giảm xuống, không uống quá hai đơn vị cồn/ngày với nam giới, một đơn vị cồn/ngày đối với nữ giới và không uống quá 5 ngày/tuần.

- Tuyệt đối không uống rượu, bia trong các trường hợp: điều khiển phương tiện cơ giới hoặc vận hành máy móc, người chưa đủ 18 tuổi, phụ nữ có thai hoặc đang cho con bú, người có tiền sử hoặc đang mắc các rối loạn tâm thần, người có tiền sử nghiện rượu hoặc ma túy, người có bệnh lý mà còn làm cho bệnh nặng lên (bệnh tim mạch, gan...).

- Thông báo một số hành vi bị nghiêm cấm và địa điểm không được uống rượu, bia được quy định trong Luật Phòng, chống tác hại của rượu, bia.

(5) **Kết luận và động viên, khuyến khích:** khẳng định lại sự cần thiết phải bỏ hoặc giảm uống rượu, bia **ngay**; động viên, khuyến khích đối tượng thực hiện ngay.

(6) **Theo dõi:** cung cấp số điện thoại của nhân viên y tế để khi cần đối tượng có thể liên hệ, trao đổi và xin tư vấn. Nên thực hiện sàng lọc, đánh giá lại ít nhất một năm 1 lần.

3. Nhóm nguy cơ 3: Thực hiện tư vấn nhanh

Nhóm này là những người có điểm sàng lọc từ 16 - 19 điểm, hoặc có mức điểm từ 8 - 15 nhưng trả lời 04 điểm cho bất cứ câu nào trong hai câu hỏi số 9 và số 10.

Những người này đang uống rượu, bia ở mức nguy cơ rất cao: đã thực sự gặp phải những vấn đề sức khỏe về thể chất và tâm thần và/hoặc đã từng bị tai nạn thương tích, có các vấn đề liên quan đến bạo lực, pháp luật, giảm khả năng lao động hoặc có các vấn đề xã hội khác do hậu quả của uống rượu, bia thường xuyên, quá mức.

Mục đích can thiệp: đưa ra lời khuyên giúp người được sàng lọc nhận thức được những hậu quả sức khỏe của bản thân do đang uống rượu, bia ở mức nguy cơ rất cao; tư vấn, hỗ trợ người đó thay đổi hành vi uống rượu, bia.

Các bước thực hiện:

(1) **Thông báo kết quả sàng lọc cho đối tượng** (thông báo với cả người nhà đi cùng nếu đối tượng đồng ý).

(2) **Thông báo mức độ nguy cơ:** giải thích cho đối tượng thấy bản thân đang uống rượu, bia ở **mức nguy cơ rất cao đang gây nguy hại đến sức khỏe**. Khẳng định đối tượng đang có nguy cơ trực tiếp đến sức khỏe **hoặc** đã thực sự bị các vấn đề về sức khỏe do uống rượu, bia gây ra.

(3) **Cung cấp kiến thức:** giúp đối tượng hiểu nếu uống rượu, bia ở mức nguy cơ rất cao thì bản thân sẽ gặp phải những tác hại và nguy cơ sức khỏe gì (Hình minh họa - Tác hại đối với sức khỏe do uống rượu, bia):

- Làm cho cơ thể bị những tổn thương cấp tính hoặc lâu dài về sức khỏe thể chất (tổn thương gan, suy gan, xơ gan, bệnh tim mạch,...);
- Có các rối loạn tâm thần (trầm cảm, loạn thần,...) hoặc các hậu quả xã hội khác (tai nạn thương tích, bạo hành, giảm/mất khả năng làm việc,...).

Thực hiện tư vấn thay đổi hành vi:

(4) Giáo dục nhận thức:

Cần phải bỏ hoặc giảm uống rượu, bia ngay để phòng ngừa, giảm thiểu các nguy cơ với sức khỏe cho bản thân:

- Tốt nhất là ngừng uống rượu, bia vì không có ngưỡng nào là an toàn.
- Trường hợp có uống thì nên giảm xuống, không uống quá hai đơn vị cồn/ngày với nam giới, một đơn vị cồn/ngày với nữ giới và không uống quá 5 ngày/tuần.
- Tuyệt đối không uống rượu, bia trong các trường hợp: điều khiển phương tiện cơ giới hoặc vận hành máy móc, người chưa đủ 18 tuổi, phụ nữ có thai hoặc đang cho con bú, người có tiền sử hoặc đang mắc các rối loạn tâm thần, người có tiền sử nghiện rượu hoặc ma túy, người có bệnh lý mà còn làm cho bệnh nặng lên (bệnh tim mạch, gan...).
- Thông báo một số hành vi bị nghiêm cấm và địa điểm không được uống rượu, bia được quy định trong Luật Phòng, chống tác hại của rượu, bia.

(5) Hỗ trợ thay đổi hành vi:

Xác định đối tượng đang ở giai đoạn nào của sự thay đổi hành vi uống rượu, bia để từ đó lựa chọn can thiệp tương ứng với giai đoạn hành vi của đối tượng:

Giai đoạn	Định nghĩa	Can thiệp tương ứng
1. Chưa nhận ra hành vi cần thay đổi	Người uống chưa cân nhắc thay đổi hành vi ngay; có thể chưa nhận thức được những hậu quả thực sự hoặc tiềm tàng đối với sức khỏe nếu vẫn tiếp tục uống ở mức nguy cơ rất cao	Thông báo kết quả sàng lọc, giúp đối tượng biết đang ở mức nguy cơ rất cao; Cung cấp thông tin về những tác hại của uống rượu, bia với mức nguy cơ rất cao
2. Quan tâm đến hành vi mới	Người uống đã nhận thức được những hậu quả liên quan đến uống rượu, bia nhưng còn lưỡng lự về việc thay đổi	Nhấn mạnh lợi ích của sự thay đổi Cung cấp thông tin về những tác hại của rượu, bia; những hậu quả nếu trì hoãn thay đổi Thảo luận xác định mục tiêu để thay đổi
3. Chuẩn bị thay đổi	Người uống đã quyết định sẽ thay đổi và lên kế hoạch thực hiện thay đổi	Thảo luận cách chọn mục tiêu cho đối tượng và giáo dục nhận thức , khuyến khích động viên để thay đổi hành vi uống rượu, bia, hướng dẫn cách vượt qua khó khăn, cản trở
4. Hành động thay đổi	Người uống bắt đầu thay đổi bằng việc bỏ hoặc giảm uống rượu, bia nhưng sự thay đổi còn chưa bền vững	Cho giáo dục nhận thức Tiếp tục theo dõi, khuyến khích động viên, hỗ trợ giải quyết các khó khăn, cản trở
5. Duy trì hành vi lành mạnh	Đã bỏ hẳn hoặc giảm uống xuống mức nguy cơ thấp một cách bền vững	Tiếp tục khuyến khích động viên

(6) Theo dõi, hỗ trợ tiếp tục:

Duy trì liên hệ, hỗ trợ, trao đổi thông tin với đối tượng sau mỗi lần tư vấn, giúp đỡ đối tượng đạt được mục tiêu thay đổi hành vi uống rượu, bia để phòng ngừa, giảm thiểu các nguy cơ đối với sức khỏe.

- Nếu đối tượng đã quyết định thay đổi hành vi, nhân viên y tế cần có lịch thường xuyên liên hệ để theo dõi, tư vấn hỗ trợ đối tượng duy trì, củng cố hành vi mới. Nên liên hệ theo dõi ít nhất 1 lần/tháng trong 2 tháng tiếp theo. Cần giới thiệu đến cơ sở y tế đối với những trường hợp sau can thiệp nếu không thay đổi hành vi hoặc tái uống rượu, bia hoặc đang mắc bệnh khác kèm theo.

- Nếu đối tượng chưa sẵn sàng thay đổi hành vi, nhân viên y tế cần nhấn mạnh tác hại của việc uống rượu, bia đối với sức khỏe, cho đối tượng thấy bản thân đang uống rượu, bia ở mức nguy cơ rất cao, thúc đẩy, hướng dẫn đối tượng thay đổi hành vi.

- Cần thực hiện sàng lọc, đánh giá lại ít nhất 6 tháng 1 lần.

4. Nhóm nguy cơ 4: Giới thiệu chuyển đến cơ sở y tế

Những người có điểm sàng lọc ≥ 20 thì cần phải được giới thiệu đi để chẩn đoán tiếp theo và điều trị chuyên khoa về các nguy cơ lệ thuộc/nghiện rượu, bia bởi vì Bộ câu hỏi sàng lọc này không phải là công cụ chẩn đoán.

Ngoài ra, một số đối tượng có điểm sàng lọc <20 điểm vẫn cần phải được giới thiệu đi chẩn đoán, điều trị chuyên khoa nếu họ có những vấn đề như:

- Người trả lời từ 02 điểm cho cả ba câu 4, 5 và 6;
- Người có hội chứng nghiện rượu, bia;
- Người có tiền sử nghiện rượu, bia hoặc nghiện ma túy hoặc người có tổn thương gan;
- Người đã bị hoặc đang bị các rối loạn tâm thần;
- Người đã không đạt được mục tiêu đề ra sau khi đã được tư vấn.

Các bước hướng dẫn, giới thiệu chuyển tuyến:

(1) Thông báo cho đối tượng kết quả sàng lọc

(2) **Giáo dục nhận thức cho đối tượng:** đây là tình trạng nặng, việc uống rượu, bia đã gây ra nhiều vấn đề về sức khỏe và có thể Anh/chị đã bị nghiện rượu, bia; Anh/chị chắc chắn nên dừng hoặc phải giảm uống rượu, bia dưới sự giúp đỡ của chuyên gia; và Anh/chị cần đến gặp chuyên gia để được chẩn đoán và điều trị.

(3) **Giới thiệu/chuyển đối tượng đến cơ sở y tế:** cung cấp cho đối tượng danh sách (gồm tên, địa chỉ, số điện thoại liên hệ...) của các cơ sở y tế chuyên khoa hoặc trung tâm y tế/cơ sở y tế/cơ sở khác có thực hiện chẩn đoán, điều trị, quản lý các trường hợp lệ thuộc/nghiện rượu, bia tại địa phương và giới thiệu, hướng dẫn đối tượng đến các cơ sở này để được chẩn đoán, điều trị phù hợp (danh sách cơ sở tiếp nhận chẩn đoán, điều trị, quản lý các tuyến do cơ quan y tế có thẩm quyền của địa phương quy định).

Lưu ý: Nếu đối tượng đồng tình và hợp tác thì cung cấp đầy đủ thông tin và khuyến khích động viên họ thực hiện sớm. Nếu đối tượng không chấp nhận thì có thể đưa ra giải pháp để có thêm thời gian cho người bệnh cân nhắc đưa ra quyết định.

(4) **Người thực hiện sàng lọc tổng hợp danh sách** đối tượng thuộc nhóm này gửi trạm y tế hoặc cơ sở y tế được phân công phụ trách để có kế hoạch quản lý và hỗ trợ chăm sóc, cai nghiện cho đối tượng tại cộng đồng theo hướng dẫn của cán bộ chuyên khoa.

Lưu ý: sau khi thực hiện sàng lọc cho đối tượng, người thực hiện sàng lọc phải thông báo ngay kết quả cho người thân của những người này khi có biểu hiện sau:

- Người có nguy cơ tự sát.
- Người có biểu hiện kích động.
- Người có nguy cơ tấn công người khác.

V. QUẢN LÝ, HỖ TRỢ NGƯỜI CÓ NGUY CƠ SỨC KHỎE DO UỐNG RƯỢU, BIA Ở CỘNG ĐỒNG

1. Lập danh sách người có nguy cơ để quản lý, theo dõi và hỗ trợ

Mục tiêu: quản lý người có nguy cơ sức khỏe do uống rượu, bia; xác định xem đối tượng đã thay đổi hành vi chưa, nhận diện và giải quyết các vấn đề khó khăn trong quá trình sàng lọc, tư vấn trước đây.

Trạm y tế xã lập danh sách tất cả đối tượng có nguy cơ sức khỏe do uống rượu, bia và lên kế hoạch thực hiện sàng lọc, đánh giá lại theo hướng dẫn.

Nội dung: Nhân viên y tế lập kế hoạch định kỳ theo dõi, hỗ trợ đối tượng sau khi tư vấn tùy thuộc vào nhóm nguy cơ và mức độ của thay đổi hành vi. Nếu đối tượng thể hiện rõ tiến bộ trong thay đổi hành vi thì có thể giảm thời gian theo dõi. Với những trường hợp khó đạt mục tiêu hoặc khó duy trì hành vi thì cần lên lịch phù hợp, theo dõi thường xuyên để củng cố hiệu quả và ngăn ngừa tái phát. Với những đối tượng chưa sẵn sàng thay đổi hành vi thì thúc đẩy đối tượng thay đổi. Đối tượng có nguy cơ lệ thuộc/nghiện rượu, bia cần giới thiệu/chuyển đối tượng tới cơ sở y tế chuyên khoa hoặc trung tâm y tế/cơ sở y tế/cơ sở khác có thực hiện chẩn đoán, điều trị, quản lý thích hợp. Nhân viên y tế truyền thông với cả người nhà của đối tượng có nguy cơ sức khỏe do uống rượu, bia để huy động hỗ trợ vì họ đóng vai trò rất quan trọng trong việc giúp đỡ đối tượng thay đổi hành vi.

2. Ghi chép, báo cáo, quản lý số liệu

Ghi chép các số liệu sàng lọc và cách tính các tỷ lệ liên quan để đo lường kết quả của chương trình sàng lọc.

Quản lý các số liệu là cơ sở để đo lường kết quả đầu ra của các hoạt động. Việc ghi chép thông tin, kết quả sàng lọc nên lồng ghép vào sổ khám bệnh đang sẵn có hiện nay tại các trạm y tế xã/phường và phòng khám. Có kết quả ghi chép đầy đủ mới có thể theo dõi nguy cơ có hại từ rượu, bia, điều này giống như đối với các bệnh khác của nhóm bệnh không lây nhiễm.

Một số chỉ số theo dõi chính bao gồm:

- Số người hoặc tỷ lệ người được sàng lọc (trong tổng số người cùng độ tuổi cùng khu vực và thời gian).

- Số người hoặc tỷ lệ người được phân loại theo các mức độ nguy cơ (trên tổng số người được sàng lọc trong cùng độ tuổi, khu vực và thời gian).

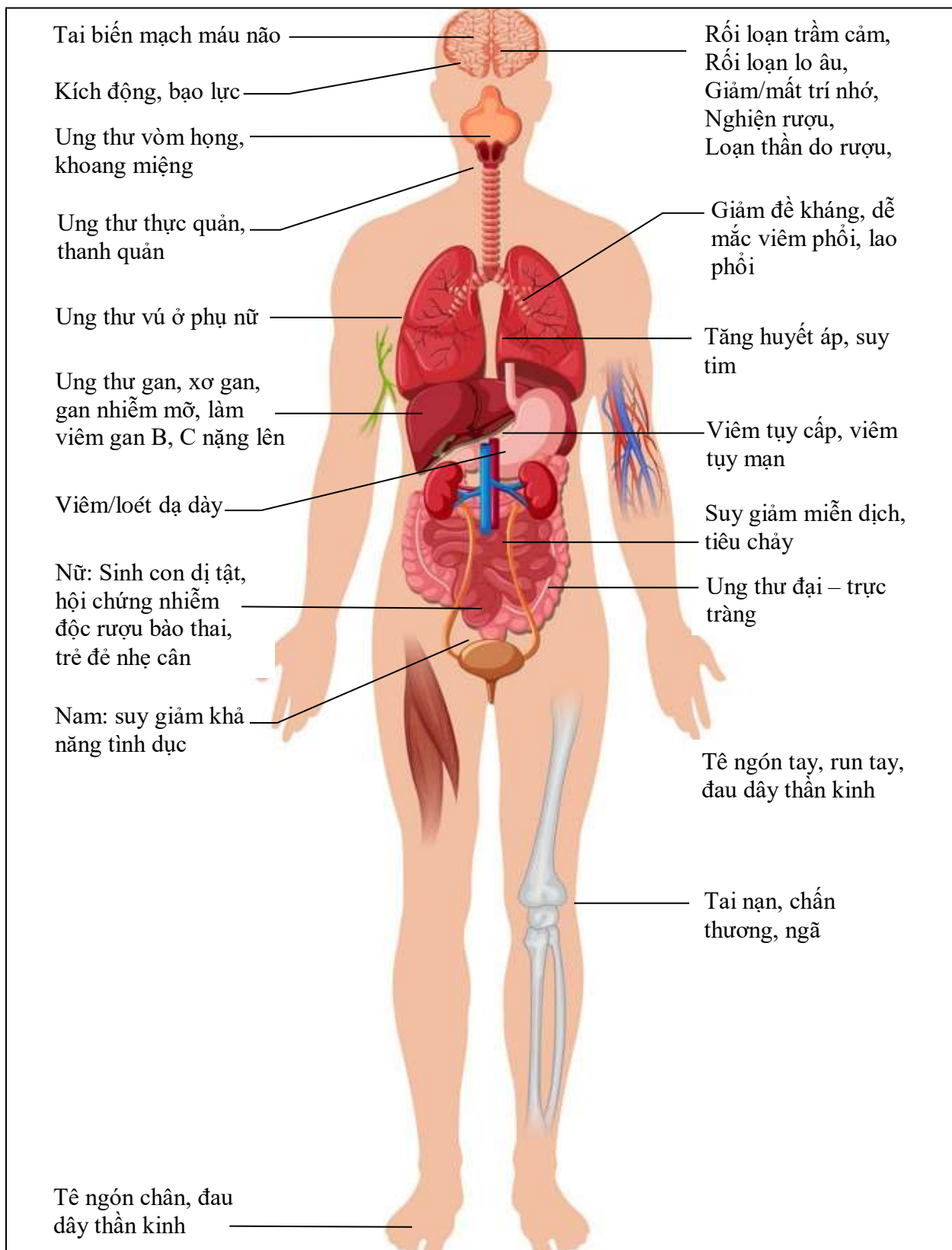
- Số người hoặc tỷ lệ người tư vấn, được can thiệp (trên tổng số người được sàng lọc và phân loại theo mức độ nguy cơ).

- Số người được cấp phát tài liệu truyền thông liên quan đến rượu, bia (trên tổng số người được sàng lọc trong cùng khu vực và thời gian).

- Tỷ lệ người được quản lý, theo dõi (trên tổng số người được sàng lọc và can thiệp).

- Ngoài báo cáo về số lượng còn cần thường xuyên giao ban để mọi người có cơ hội trao đổi giải quyết những vấn đề vướng mắc gặp phải khi triển khai, giúp sớm giải quyết thành công.

Phụ lục 1. Hình minh họa: Tác hại đối với sức khỏe do uống rượu, bia



Phụ lục 2. Hình minh họa đơn vị cồn

Đơn vị cồn là đơn vị đo lường dùng để quy đổi rượu, bia và đồ uống có cồn khác với nồng độ khác nhau về lượng cồn nguyên chất.

Cách tính đơn vị cồn trong rượu, bia như sau:

$$\text{Đơn vị cồn} = \text{Dung tích (ml)} \times \text{Nồng độ (\%)} \times 0,79 \text{ (hệ số quy đổi)}$$

Một đơn vị cồn tương đương 10 gam cồn nguyên chất chứa trong dung dịch uống, tức là tương đương với:

- 3/4 chai hoặc 3/4 lon bia 330 ml (5%);
- Một chai hoặc một lon nước trái cây/cider/strongbow có cồn loại 330ml (4,5%) ;
- Một cốc bia hơi 330 ml (4%);
- Một ly rượu vang 100 ml (13,5%);
- Hoặc một ly nhỏ/cốc nhỏ rượu mạnh/rượu tự nấu/rượu ngâm... 40 ml (30%).

Một đơn vị cồn tương đương với:



3/4 chai hoặc 3/4 lon bia 330 ml (5%)



1 ly rượu vang 100 ml (13,5%)



1 cốc bia hơi 330 ml (4%)



1 ly nhỏ/cốc nhỏ rượu mạnh 40 ml (30%)
(Rượu vodka, whisky, rượu tự nấu, rượu ngâm...)



1 chai hoặc 1 lon nước trái cây/cider/strongbow có cồn loại 330 ml (4,5%)

Phụ lục 3. Một số hành vi bị nghiêm cấm và địa điểm không uống rượu, bia được quy định trong Luật Phòng, chống tác hại của rượu, bia

Một số hành vi bị nghiêm cấm trong phòng, chống tác hại của rượu, bia (Điều 5)

1. Xúi giục, kích động, lôi kéo, ép buộc người khác uống rượu, bia.
2. Người chưa đủ 18 tuổi uống rượu, bia.
3. Bán, cung cấp, khuyến mại rượu, bia cho người chưa đủ 18 tuổi.
4. Sử dụng lao động là người chưa đủ 18 tuổi trực tiếp tham gia vào việc sản xuất, mua bán rượu, bia.
5. Cán bộ, công chức, viên chức, người lao động trong các cơ quan, tổ chức, sĩ quan, hạ sĩ quan, quân nhân chuyên nghiệp, chiến sĩ, người làm việc trong lực lượng vũ trang nhân dân, học sinh, sinh viên uống rượu, bia ngay trước, trong giờ làm việc, học tập và nghỉ giữa giờ làm việc, học tập.
6. Điều khiển phương tiện giao thông mà trong máu hoặc hơi thở có nồng độ cồn.
8. Cung cấp thông tin không chính xác, sai sự thật về ảnh hưởng của rượu, bia đối với sức khỏe.

Địa điểm không uống rượu, bia (Điều 10)

1. Cơ sở y tế.
2. Cơ sở giáo dục trong thời gian giảng dạy, học tập, làm việc.
3. Cơ sở, khu vực chăm sóc, nuôi dưỡng, vui chơi, giải trí dành cho người chưa đủ 18 tuổi.
4. Cơ sở cai nghiện, cơ sở giáo dục bắt buộc, trường giáo dưỡng, cơ sở giam giữ phạm nhân và cơ sở giam giữ khác.
5. Cơ sở bảo trợ xã hội.
6. Nơi làm việc của cơ quan nhà nước, tổ chức chính trị, tổ chức chính trị - xã hội, tổ chức chính trị xã hội - nghề nghiệp, đơn vị sự nghiệp công lập trong thời gian làm việc, trừ địa điểm được phép kinh doanh rượu, bia.
7. Các địa điểm công cộng theo quy định của Chính phủ.

Phụ lục 4. Bộ câu hỏi sàng lọc nguy cơ sức khỏe do uống rượu, bia
(Bản để in ra cho cán bộ y tế sử dụng khi thực hiện sàng lọc)

Bộ câu hỏi sàng lọc nguy cơ sức khỏe do uống rượu, bia

Bởi vì uống rượu, bia có thể ảnh hưởng đến sức khỏe cũng như việc điều trị và sử dụng thuốc của Anh/chị, vì vậy tôi xin được hỏi một số câu hỏi để sàng lọc nguy cơ sức khỏe do uống rượu. Các câu trả lời sẽ được giữ kín và thông tin chỉ phục vụ cho tư vấn, hỗ trợ chăm sóc sức khỏe cho Anh/chị. Vì vậy rất mong Anh/chị hợp tác.

Họ tên người được phỏng vấn:; Tuổi:.....; Giới:.....

Địa chỉ:; Ngày phỏng vấn:/...../.....

<p>1. Trong 12 tháng qua, có bao giờ Anh/chị uống rượu, bia không? Nếu có bao lâu một lần?</p> <p>(0) Không bao giờ (<i>chuyển đến câu 9 và câu 10</i>)</p> <p>(1) ≤ 1 lần/tháng</p> <p>(2) 2 - 4 lần/tháng</p> <p>(3) 2 - 3 lần/tuần</p> <p>(4) ≥ 4 lần/tuần <input type="checkbox"/></p>	<p>6. Trong 12 tháng qua, có bao giờ sau một lần uống nhiều thì sáng hôm sau khi thức dậy Anh/chị phải uống ngay một cốc rượu, bia trước khi làm những việc khác? Nếu có bao lâu một lần?</p> <p>(0) Không bao giờ</p> <p>(1) Ít hơn hằng tháng</p> <p>(2) Hằng tháng <input type="checkbox"/></p> <p>(3) Hằng tuần</p> <p>(4) Hằng ngày hoặc gần như hằng ngày</p>
<p>2. Trong một ngày có uống rượu, bia, Anh/chị thường uống bao nhiêu? (<i>ĐTV hỏi đối tượng thường uống những loại gì, bao nhiêu và quy đổi ra tổng đơn vị cồn trong một ngày</i>)</p> <p>(0) 1 - 2 đơn vị cồn</p> <p>(1) 3 - 4 đơn vị cồn</p> <p>(2) 5 - 6 đơn vị cồn <input type="checkbox"/></p> <p>(3) 7 - 9 đơn vị cồn</p> <p>(4) ≥ 10 đơn vị cồn</p>	<p>7. Trong 12 tháng qua, có bao giờ Anh/chị cảm thấy có lỗi hoặc hối hận sau khi uống rượu, bia không? Nếu có bao lâu một lần?</p> <p>(0) Không bao giờ</p> <p>(1) Ít hơn hằng tháng</p> <p>(2) Hằng tháng <input type="checkbox"/></p> <p>(3) Hằng tuần</p> <p>(4) Hằng ngày hoặc gần như hằng ngày</p>
<p>3. Có bao giờ trong một lần uống, Anh/chị đã uống hết 5 chai hay 5 lon bia hoặc đã uống hết 6 cốc nhỏ rượu mạnh hoặc 6 ly rượu vang trở lên? Nếu có bao lâu một lần? (<i>sử dụng tranh minh họa đơn vị cồn để giải thích</i>)</p> <p>(0) Không bao giờ</p> <p>(1) Ít hơn hằng tháng</p> <p>(2) Hằng tháng</p> <p>(3) Hằng tuần <input type="checkbox"/></p> <p>(4) Hằng ngày hoặc gần như hằng ngày <input type="checkbox"/></p> <p><i>(Chuyển tới câu 9 và 10 nếu tổng điểm của câu 2 và 3 là = 0)</i></p>	<p>8. Trong 12 tháng qua, có bao giờ Anh/chị sau khi uống rượu, bia sáng hôm sau tỉnh dậy không thể nhớ được những gì đã xảy ra đêm hôm trước không? Nếu có bao lâu một lần?</p> <p>(0) Không bao giờ</p> <p>(1) Ít hơn hằng tháng</p> <p>(2) Hằng tháng</p> <p>(3) Hằng tuần <input type="checkbox"/></p> <p>(4) Hằng ngày hoặc gần như hằng ngày <input type="checkbox"/></p>
<p>4. Trong 12 tháng qua, có bao giờ khi đang uống rượu, bia, Anh/chị nhận thấy không thể tự dừng uống được? Nếu có bao lâu một lần?</p> <p>(0) Không bao giờ</p> <p>(1) Ít hơn hằng tháng</p> <p>(2) Hằng tháng <input type="checkbox"/></p> <p>(3) Hằng tuần</p> <p>(4) Hằng ngày hoặc gần như hằng ngày <input type="checkbox"/></p>	<p>9. Từ trước đến nay, có bao giờ do Anh/chị uống rượu, bia đã làm cho mình hay người khác bị thương không?</p> <p>(0) Chưa bao giờ</p> <p>(2) Có nhưng không phải trong 12 tháng vừa qua <input type="checkbox"/></p> <p>(4) Có trong 12 tháng vừa qua <input type="checkbox"/></p>
<p>5. Trong 12 tháng qua, có bao giờ do uống rượu, bia mà Anh/chị không làm được những công việc bình thường vẫn làm không? Nếu có bao lâu một lần?</p> <p>(0) Không bao giờ</p> <p>(1) Ít hơn hằng tháng</p> <p>(2) Hằng tháng</p> <p>(3) Hằng tuần <input type="checkbox"/></p> <p>(4) Hằng ngày hoặc gần như hằng ngày <input type="checkbox"/></p>	<p>10. Từ trước đến nay, đã có ai thấy lo ngại và đề nghị hay khuyên Anh/chị giảm uống rượu, bia không?</p> <p>(0) Chưa bao giờ</p> <p>(2) Có nhưng không phải trong 12 tháng vừa qua <input type="checkbox"/></p> <p>(4) Có trong 12 tháng vừa qua <input type="checkbox"/></p>
<p>Tổng số điểm: </p>	

KẾT QUẢ SÀNG LỌC, ĐÁNH GIÁ

Tổng số điểm sàng lọc của đối tượng là:

Tại cột **Kết quả**: đánh dấu (✓) vào ô tương ứng với số điểm sàng lọc của đối tượng để phân loại nguy cơ và xác định các biện pháp can thiệp phù hợp.

Kết quả	Số điểm	Mức độ nguy cơ	Biện pháp can thiệp
<input type="checkbox"/>	0 điểm	Nhóm nguy cơ 1: Uống rượu, bia ở mức nguy cơ thấp	Động viên, khuyến khích họ duy trì hành vi tiếp tục không uống rượu, bia.
<input type="checkbox"/>	1 - 7 điểm	Nhóm nguy cơ 1: Uống rượu, bia ở mức nguy cơ thấp	Truyền thông nâng cao nhận thức
<input type="checkbox"/>	8 - 15 điểm	Nhóm nguy cơ 2: Uống rượu, bia ở mức nguy cơ cao	Giáo dục nhận thức
<input type="checkbox"/>	16 - 19 điểm	Nhóm nguy cơ 3: Uống rượu, bia ở mức nguy cơ rất cao	Tư vấn nhanh và tiếp tục theo dõi
<input type="checkbox"/>	≥ 20 điểm	Nhóm nguy cơ 4: Nguy cơ lệ thuộc/nghiện rượu, bia	Giới thiệu đến cơ sở y tế chuyên khoa để chẩn đoán và điều trị

Lưu ý:

Người có mức điểm từ 8 - 15 nhưng trả lời 04 điểm cho bất cứ câu nào trong hai câu hỏi số 9 và số 10 thì được xếp vào Nhóm nguy cơ 3.

Người trả lời từ 02 điểm cho cả ba câu 4, 5, 6 thì được xếp vào Nhóm nguy cơ 4.

Ghi chú:

.....

.....

Người thực hiện sàng lọc
(Ký, ghi rõ họ tên)

Phụ lục 5. Hướng dẫn áp dụng một số lời khuyên, thông điệp sử dụng khi can thiệp giảm tác hại cho người có nguy cơ sức khỏe do uống rượu, bia

1. Người uống rượu, bia ở mức nguy cơ thấp (0 - 7 điểm sàng lọc)

- Thông báo kết quả sàng lọc:
- Giải thích đối tượng:

Nếu kết quả sàng lọc 0 điểm: chúc mừng hành vi sức khỏe tốt, động viên, khuyến khích đối tượng duy trì hành vi không uống rượu, bia.

Nếu kết quả sàng lọc 1 - 7 điểm: họ là người có nguy cơ thấp bị các vấn đề sức khỏe do rượu, bia nếu tiếp tục không uống hoặc uống hạn chế.

Kết quả trả lời của Anh/chị cho thấy Anh/chị có nguy cơ thấp bị các vấn đề sức khỏe do rượu, bia nếu tiếp tục uống như hiện nay. Tuy nhiên Anh/chị lưu ý không có mức độ uống nào là an toàn cả, cho dù uống ít hoặc hạn chế thì vẫn có nguy cơ nhất định bị mắc các bệnh ung thư.

- Cung cấp kiến thức cho đối tượng về tác hại của uống rượu, bia: Sử dụng **Hình minh họa - Tác hại đối với sức khỏe do uống rượu, bia.**

Uống rượu, bia gây ra nhiều vấn đề với sức khỏe tinh thần, thể chất và các vấn đề xã hội nữa. Những người có uống rượu, bia sẽ bị tăng khả năng bị tai nạn thương tích, mắc bệnh ung thư, bệnh tim mạch, bệnh gan, bị rối loạn tâm thần,...

- Đưa ra lời khuyên:

Để phòng chống tác hại của rượu, bia thì tốt nhất Anh/chị không nên uống rượu, bia vì không có ngưỡng nào là an toàn. Trong trường hợp có uống thì không nên uống quá hai đơn vị cồn/ngày với nam giới, một đơn vị cồn/ngày đối với nữ giới và không uống quá 5 ngày/tuần.

- Sử dụng **Hình minh họa Đơn vị cồn** để giải thích đưa ra lời khuyên kiểm soát lượng rượu, bia khi uống và giữ được dưới mức giới hạn nguy cơ thấp
- Khuyến cáo tuyệt đối không uống rượu, bia trong một số trường hợp:

Anh/chị lưu ý tuyệt đối không uống rượu, bia trong một số trường hợp như sau:

1. *Điều khiển phương tiện cơ giới, vận hành máy móc,*
2. *Người chưa đủ 18 tuổi,*
3. *Phụ nữ có thai hoặc đang cho con bú,*
4. *Người có tiền sử hoặc đang mắc các rối loạn tâm thần,*
5. *Người có tiền sử nghiện rượu hoặc ma túy,*
6. *Người có bệnh lý mà cồn làm cho nặng lên (VD: bệnh tim mạch, gan...)*

- Thông báo một số hành vi bị nghiêm cấm và địa điểm không được uống rượu, bia được quy định trong Luật Phòng, chống tác hại của rượu, bia.

- Khen ngợi, động viên, khuyến khích đối tượng duy trì thực hiện không uống rượu, bia hoặc nếu uống thì không vượt quá giới hạn an toàn.

2. Người uống rượu, bia ở mức nguy cơ cao (8 - 15 điểm)

- Thông báo cho đối tượng biết kết quả sàng lọc

*Đánh giá dựa vào các câu trả lời cho thấy Anh/chị đang có nguy cơ cao về sức khỏe do uống rượu, bia nếu Anh/chị vẫn tiếp tục uống như hiện nay.
Tôi xin phép được trao đổi với Anh/chị trong ít phút về vấn đề này*

- Giải thích cho đối tượng thấy bản thân đang uống rượu, bia ở mức nguy cơ cao.

Với mức độ uống rượu, bia của Anh/chị hiện nay cho thấy Anh/chị có nguy cơ cao mắc các bệnh ung thư, tim mạch, rối loạn chuyển hóa, rối loạn tâm thần. Ngoài ra còn dễ bị tai nạn, chấn thương, giảm khả năng làm việc hoặc gây ra các hành vi bạo lực và vấn đề xã hội và có thể ảnh hưởng cả những khía cạnh khác nữa trong cuộc sống của Anh/chị.

- Cung cấp thông tin giúp đối tượng hiểu nếu uống rượu, bia ở mức nguy cơ cao thì bản thân có thể gặp phải những tác hại và nguy cơ sức khỏe gì (Sử dụng **Hình minh họa - Tác hại đối với sức khỏe do uống rượu, bia**) để đối tượng hiểu rõ những tác hại của rượu, bia đối với sức khỏe của chính mình.

Hình này nêu những loại ảnh hưởng đến sức khỏe do uống nhiều rượu, bia. Anh/chị đã gặp phải vấn đề sức khỏe nào trong số những ảnh hưởng như trong hình này chưa?

(Chỉ vào tên các bệnh/rối loạn trong hình và giải thích cho đối tượng)

- Giáo dục nhận thức là cần phải bỏ hoặc **giảm uống rượu, bia ngay** để phòng ngừa, giảm thiểu các nguy cơ với sức khỏe cho bản thân:

Điều quan trọng là Anh/chị nên ngừng uống hoặc giảm hẳn việc uống rượu, bia.

Tốt nhất Anh/chị ngừng uống rượu, bia vì không có ngưỡng nào là an toàn.

Trong trường hợp có uống thì Anh/chị nên giảm xuống, không uống quá hai đơn vị cồn/ngày với nam giới, một đơn vị cồn/ngày đối với nữ giới và không uống quá 5 ngày/tuần.

Anh/chị tuyệt đối không uống rượu, bia trong các trường hợp: điều khiển phương tiện cơ giới, vận hành máy móc, người chưa đủ 18 tuổi, phụ nữ có thai hoặc đang cho con bú, người có các tình trạng bệnh lý mà cồn làm cho bệnh nặng lên.

(Sử dụng Hình minh họa - Đơn vị cồn để giải thích)

- Thông báo một số hành vi bị nghiêm cấm và địa điểm không được uống rượu, bia được quy định trong Luật Phòng, chống tác hại của rượu, bia.
- Khẳng định lại sự cần thiết phải bỏ hoặc giảm uống rượu, bia ngay; động viên, khuyến khích đối tượng thực hiện ngay; **cung cấp số điện thoại của cán bộ y tế để khi cần đối tượng có thể liên hệ, trao đổi và xin tư vấn.**

“Chúng ta đã trao đổi với nhau về nguy cơ đối với sức khỏe liên quan đến hành vi của Anh/chị do uống rượu, bia. Có thể lúc đầu không dễ giảm uống rượu, bia nhưng ta cần nỗ lực. Anh/chị có thể lập kế hoạch để vượt qua. Điều quan trọng là Anh/chị luôn tự nhắc nhở mình rằng việc này rất cần thiết, mình chắc chắn có thể làm được.

Tôi tin tưởng rằng Anh/chị sẽ thực hiện được lời khuyên. Nếu trong khi thực hiện mà Anh/chị gặp khó khăn thì xin cứ liên hệ (theo số điện thoại...) hoặc quay lại gặp chúng tôi để trao đổi tiếp về vấn đề này.

- Khuyến khích đối tượng nên phối hợp với nhân viên y tế để được thực hiện sàng lọc, đánh giá lại sau 1 năm.

3. Người uống rượu, bia ở mức nguy cơ rất cao (16 - 19 điểm)

- Thông báo cho đối tượng biết kết quả sàng lọc:

Dựa vào câu trả lời của Anh/chị cho thấy Anh/chị thuộc nhóm uống rượu, bia ở mức nguy cơ rất cao, đang gây nguy hại đến sức khỏe của mình nếu Anh/chị vẫn tiếp tục uống như hiện nay.

Tôi xin phép được trao đổi với Anh/chị trong ít phút về vấn đề này

- Giải thích cho đối tượng thấy bản thân đang uống rượu, bia ở mức nguy cơ rất cao là như thế nào.

“Việc uống rượu, bia như hiện nay làm cho Anh/chị đã có những tổn thương cấp tính hoặc lâu dài đối với sức khỏe về thể chất (tổn thương gan, suy chức năng gan, xơ gan, bệnh tim mạch,...) hay tâm thần (trầm cảm, loạn thần,...) hoặc các hậu quả xã hội khác (tai nạn thương tích, bạo hành, giảm khả năng làm việc,...).

- Cung cấp thông tin giúp đối tượng hiểu nếu uống rượu, bia ở mức nguy cơ rất cao thì bản thân có thể gặp phải những tác hại và nguy cơ sức khỏe gì (Sử dụng **Hình minh họa - Tác hại đối với sức khỏe do uống rượu, bia**) để đối tượng hiểu rõ những tác hại của rượu, bia đối với sức khỏe của chính mình.

Hình này nêu những loại ảnh hưởng đến sức khỏe do uống nhiều rượu, bia. Anh/chị đã gặp phải vấn đề sức khỏe nào trong số những ảnh hưởng như trong hình này chưa? (chỉ vào tên các bệnh/rối loạn trong hình và giải thích cho đối tượng)

- Giáo dục nhận thức là cần phải bỏ hoặc **giảm uống rượu, bia ngay** để phòng ngừa, giảm thiểu các nguy cơ với sức khỏe cho bản thân:

Điều quan trọng là Anh/chị nên ngừng uống hoặc giảm hẳn việc uống rượu, bia.

Tốt nhất Anh/chị hãy ngừng uống vì không có ngưỡng nào là an toàn.

Trong trường hợp có uống thì Anh/chị nên giảm xuống, không uống quá hai đơn vị cồn/ngày với nam giới, một đơn vị cồn/ngày đối với nữ giới và không uống quá 5 ngày/tuần.

Anh/chị tuyệt đối không uống rượu, bia trong các trường hợp: điều khiển phương tiện cơ giới, vận hành máy móc, người chưa đủ 18 tuổi, phụ nữ có thai hoặc đang cho con bú, người có các tình trạng bệnh lý mà còn làm cho bệnh nặng lên.

*(Sử dụng **Hình minh họa - Đơn vị cồn** để giải thích)*

Thông báo một số hành vi bị nghiêm cấm và địa điểm không được uống rượu, bia được quy định trong Luật Phòng, chống tác hại của rượu, bia.

Anh/chị tự kiểm lại xem mình đã từng có dấu hiệu nào báo hiệu sự lệ thuộc vào rượu, bia hay chưa nhé. Đó là dấu hiệu buồn nôn, choạng vạng vào buổi sáng hoặc uống một lượng lớn rượu, bia mà không cảm thấy có gì khác với không uống. Nếu có thì đã đến lúc rất cần phải bỏ hoàn toàn rượu, bia rồi. Nếu Anh/chị không hay uống quá mức và chưa cảm nhận mình bị mất tự chủ thì cũng nên giảm uống rượu, bia.

- Tư vấn, hỗ trợ thay đổi hành vi: xác định đối tượng đang ở giai đoạn nào của sự thay đổi hành vi uống rượu, bia để từ đó lựa chọn can thiệp tương ứng với giai đoạn hành vi của đối tượng:

Giai đoạn	Định nghĩa	Can thiệp tương ứng
Chưa nhận ra hành vi cần thay đổi	Người uống chưa cân nhắc thay đổi hành vi ngay; có thể chưa nhận thức được những hậu quả thực sự hoặc tiềm tàng đối với sức khỏe nếu vẫn tiếp tục uống ở mức nguy cơ rất cao	Thông báo kết quả sàng lọc, giúp đối tượng biết đang ở mức nguy cơ rất cao; Cung cấp thông tin về những tác hại của uống rượu, bia với mức nguy cơ rất cao
Quan tâm đến hành vi mới	Người uống đã nhận thức được những hậu quả liên quan đến uống rượu, bia nhưng còn lưỡng lự nước đôi về việc thay đổi	Nhấn mạnh lợi ích của sự thay đổi Cung cấp thông tin về những tác hại của rượu, bia; những hậu quả nếu trì hoãn thay đổi Thảo luận cách chọn mục tiêu để thay đổi
Chuẩn bị thay đổi	Người uống đã quyết định sẽ thay đổi và lên kế hoạch thực hiện thay đổi	Thảo luận cách chọn mục tiêu và giáo dục nhận thức, khuyến khích động viên để thay đổi
Hành động thay đổi	Người uống bắt đầu thay đổi bằng việc bỏ hoặc giảm uống rượu, bia nhưng sự thay đổi còn chưa bền vững	Giáo dục nhận thức Tiếp tục khuyến khích động viên
Duy trì	Đã bỏ hẳn hoặc giảm uống xuống mức nguy cơ thấp một cách bền vững	Tiếp tục khuyến khích động viên

Nhấn mạnh:

Tôi tin tưởng rằng Anh/chị sẽ thực hiện được lời khuyên. Nếu Anh/chị gặp khó khăn thì xin cứ liên hệ (theo số điện thoại...) hoặc quay lại gặp chúng tôi để trao đổi tiếp về vấn đề này.

- Khuyến đối tượng cần phối hợp với nhân viên y tế để được thực hiện sàng lọc, đánh giá lại sau 6 tháng.

4. Nguy cơ lệ thuộc/nghiện rượu, bia (≥ 20 điểm)

- Thông báo cho đối tượng kết quả sàng lọc:

Dựa vào câu trả lời của Anh/chị cho thấy Anh/chị thuộc nhóm nguy cơ lệ thuộc/nghiện rượu, bia.

Đây là tình trạng nặng, việc uống rượu, bia đã gây ra nhiều vấn đề về sức khỏe và có thể Anh/chị đã bị nghiện rượu, bia; Anh/chị chắc chắn nên dừng hoặc giảm uống rượu, bia dưới sự giúp đỡ của chuyên gia; và Anh/chị cần đến gặp chuyên gia để được chẩn đoán và điều trị.

- Giới thiệu/chuyển đối tượng đến cơ sở y tế:

Tôi xin giới thiệu Anh/chị đến ... (tên, địa chỉ, số điện thoại liên hệ của cơ sở y tế chuyên khoa hoặc trung tâm y tế/cơ sở y tế/cơ sở khác) tại đó có đội ngũ bác sĩ, điều dưỡng chuyên khoa và thuốc, trang thiết bị chuyên ngành sẽ tư vấn sức khỏe, đánh giá, điều trị và trị liệu tâm lý phù hợp.

Phụ lục 6. Hướng dẫn hỏi bộ công cụ sàng lọc nguy cơ sức khỏe do uống rượu, bia.

1. Khi phỏng vấn, Điều tra viên đọc rành mạch từng câu hỏi đúng như trong phiếu phỏng vấn và căn cứ kết quả trả lời của đối tượng để chọn đáp án thích hợp.

2. Đối với các câu hỏi về tần suất (trừ câu hỏi số 2), nếu sau khi đọc rành mạch câu hỏi mà đối tượng không hiểu hoặc trả lời không đúng hay không rõ ràng thì Điều tra viên có thể hỏi lại thành 2 câu hỏi nhỏ: 1) Có bao giờ ...? 2) Nếu có, bao lâu một lần?

Ví dụ câu hỏi số 4

Hỏi: Trong 12 tháng qua, có bao giờ khi đang uống rượu, bia, Anh/chị nhận thấy không thể tự dừng uống được?

- Nếu đối tượng trả lời “Không bao giờ” thì khoanh vào đáp án (0) và chuyển đến câu hỏi tiếp theo (câu 5).
- Nếu đối tượng trả lời CÓ thì hỏi tiếp “Bao lâu một lần” để xác định tần suất. Nếu đối tượng trả lời không rõ ràng thì điều tra viên có thể đọc các phương án đáp án cho đối tượng nghe để chọn.

3. Một số lưu ý cụ thể khi hỏi các câu hỏi:

<p>1. Trong 12 tháng qua, có bao giờ Anh/chị uống rượu, bia không? Nếu có bao lâu một lần?</p> <p>- Trong 12 tháng qua có uống rượu, bia tức là có ít nhất một lần đã từng uống rượu, bia với bất kỳ mức độ nào, thậm chí chỉ uống một ngụm.</p>	<p>6. Trong 12 tháng qua, có bao giờ sau một lần uống nhiều thì sáng hôm sau khi thức dậy Anh/chị phải uống ngay một cốc rượu, bia trước khi làm những việc khác? Nếu có bao lâu một lần?</p> <p>- Câu hỏi nhớ lại trong 12 tháng vừa qua</p>
<p>2. Trong một ngày có uống rượu, bia, Anh/chị thường uống bao nhiêu?</p> <p>- Sử dụng hình minh họa đơn vị cồn để hỏi xem trong một ngày có uống rượu, bia đối tượng thường uống những loại đồ uống nào (bia hay rượu mạnh hay rượu vang...)?</p> <p>- Sau đó hỏi với mỗi loại đồ uống thì uống bao nhiêu (bao nhiêu ml hay bao nhiêu lon/chai/cốc...)?</p> <p>- Dựa vào hướng dẫn trong hình minh họa để tính số đơn vị cồn cho từng loại đồ uống, sau đó cộng để tính tổng số đơn vị cồn và đánh dấu chọn đáp án tương ứng.</p> <p>- Áp dụng quy tắc làm tròn để chọn đáp án phù hợp (ví dụ nếu uống từ 2 đến dưới 2,5 thì làm tròn thành 2 đơn vị cồn; từ 2,5 đến 3 thì làm tròn thành 3 đơn vị cồn).</p>	<p>7. Trong 12 tháng qua, có bao giờ Anh/chị cảm thấy có lỗi hoặc hối hận sau khi uống rượu, bia không? Nếu có bao lâu một lần?</p> <p>- Câu hỏi nhớ lại trong 12 tháng vừa qua</p> <p>- Cảm thấy có lỗi hoặc hối hận sau khi uống rượu, bia: Sau một lần uống rượu bia thì cảm thấy ân hận vì những việc mình đã gây ra trong lúc uống hoặc cảm thấy lo lắng về hậu quả sức khỏe hoặc thấy có lỗi vì đã gây ra hậu quả cho người xung quanh.</p>

<p>3. Có bao giờ trong một lần uống, Anh/chị đã uống hết 5 chai hay 5 lon bia hoặc đã uống hết 6 cốc nhỏ rượu mạnh hoặc 6 ly rượu vang trở lên? Nếu có bao lâu một lần?</p> <p>- Dùng hình minh họa giới thiệu thế nào là một lon/chai bia, thế nào là một ly rượu vang hoặc một chén rượu mạnh. Giải thích rượu mạnh là rượu từ khoảng 30% trở lên (gồm cả rượu tự nấu, ngâm...)</p> <p>- Mục đích của câu này là để hỏi xem đối tượng có khi nào đã uống từ 6 đơn vị cồn trở lên. Trường hợp đối tượng uống nhiều loại đồ uống khác nhau trong một lần uống thì ĐTV dùng tranh minh họa để giải thích cách quy đổi ra 6 đơn vị cồn từ các loại đồ uống khác nhau.</p> <p>(Chuyển tới hỏi câu 9 và 10 nếu tổng số điểm của câu 2 và 3 là = 0)</p>	<p>8. Trong 12 tháng qua, có bao giờ Anh/chị sau khi uống rượu, bia sáng hôm sau tỉnh dậy không thể nhớ được những gì đã xảy ra đêm hôm trước không? Nếu có bao lâu một lần?</p> <p>- Câu hỏi nhớ lại trong 12 tháng vừa qua.</p> <p>- Sau một bữa uống rượu, bia, sáng hôm sau tỉnh dậy đối tượng không thể nhớ mình đã làm gì, nói gì trong khi uống và những gì đã xảy ra sau đó.</p>
<p>4. Trong 12 tháng qua, có bao giờ khi đang uống rượu, bia, Anh/chị nhận thấy không thể tự dừng uống được? Nếu có bao lâu một lần?</p> <p>- Câu hỏi nhớ lại trong 12 tháng vừa qua.</p> <p>- Không thể tự dừng uống được: không ngừng uống được, muốn uống thêm nữa mặc dù không có ai ép buộc.</p>	<p>9. Từ trước đến nay, có bao giờ do Anh/chị uống rượu, bia đã làm cho mình hay người khác bị thương không?</p> <p>- Câu hỏi nhớ lại từ trước đến nay, không chỉ trong 12 tháng vừa qua.</p> <p>- Chỉ hỏi về việc do đối tượng uống rượu bia mà tự gây ra chấn thương, tai nạn cho bản thân hoặc gây chấn thương, tai nạn cho người khác</p>
<p>5. Trong 12 tháng qua, có bao giờ do uống rượu, bia mà Anh/chị không làm được những công việc bình thường vẫn làm không? Nếu có bao lâu một lần?</p> <p>- Câu hỏi nhớ lại trong 12 tháng vừa qua.</p> <p>- Những công việc bình thường hằng ngày như: làm việc trên máy tính, bán hàng, làm vườn, làm đồng, làm nương rẫy...</p>	<p>10. Từ trước đến nay, đã có ai thấy lo ngại và đề nghị hay khuyên Anh/chị giảm uống rượu, bia không?</p> <p>- Câu hỏi nhớ lại từ trước đến nay, không chỉ trong 12 tháng vừa qua.</p>

Phụ lục 7. Danh sách đối tượng sàng lọc người có nguy cơ sức khỏe do uống rượu, bia

TT	Họ và tên	Tuổi		Địa chỉ	Số điện thoại	Ngày thực hiện	Địa điểm sàng lọc	Điểm sàng lọc	Phân loại theo nhóm nguy cơ				Biện pháp can thiệp	Ghi chú
		Nam	Nữ						I	II	III	IV		
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1														
2														
3														
4														
5														
...														

Ghi chú:

Cột 8: Ghi địa điểm sàng lọc như: trạm y tế, hộ gia đình, bệnh viện, phòng khám, trường học, cơ quan....

Cột 9: Ghi tổng số điểm sàng lọc.

Cột 10, 11, 12, 13: Đánh dấu x vào cột tương ứng với nhóm nguy cơ.

Cột 14: Ghi tóm tắt biện pháp can thiệp theo nhóm nguy cơ (ví dụ: Truyền thông nâng cao nhận thức; Giáo dục nhận thức; Tư vấn nhanh và tiếp tục theo dõi; Giới thiệu đến cơ sở y tế để chẩn đoán và điều trị).

Cột 15: Ghi thông tin như hẹn lịch sàng lọc lần tiếp theo, mắt theo dõi, ...