

T-ACE Questionnaire de dépistage

1 verre standard =

- 1 bouteille de bière
- 5 onces de vin
- 1½ once d'alcool fort

Pendant une journée normale quelle quantité d'alcool, de bière ou de vin consommez-vous? _____

Pendant une semaine normale, quelle quantité d'alcool, de bière ou de vin consommez-vous? _____

Quantité totale consommée en une seule journée depuis que vous êtes enceinte _____

T - TOLÉRANCE

Combien de verres d'alcool consommez-vous avant d'en ressentir l'effet? (TOLÉRANCE)

- 2 points pour deux verres ou plus
- 0 point pour deux verres ou moins

A - AGACEMENT

Vous est-il arrivé d'être AGACÉE quand quelqu'un vous dit que vous devriez diminuer votre consommation d'alcool ?

- 1 point pour réponse «oui»

C - DIMINUTION

Avez-vous déjà pensé que vous devriez DIMINUER votre consommation ?

- 1 point pour réponse «oui»

E - BOIRE AU RÉVEIL

Vous arrive-t-il de BOIRE AU RÉVEIL pour vous aider à démarrer ou a vous remettre des conséquences d'une soirée trop arrosée ?

- 1 point pour réponse «oui»

Pointage TOTAL (maximum - 5 points)

Un total de trois points ou plus signale un grave problème et il faut alors effectuer une évaluation plus détaillée.

Inscrire le
pointage

Le saviez-vous?

- Il est plus prudent d'arrêter de consommer de l'alcool, des drogues illicites et du tabac lorsque vous êtes enceinte.
- Seuls les drogues et les médicaments recommandés par votre médecin ou votre pharmacien doivent être consommés pendant votre grossesse.
- Il est recommandé que vous avisiez votre fournisseur de soins de santé si vous consommez de l'alcool pendant votre grossesse.
- La consommation d'alcool et de certaines drogues ou de certains médicaments nuit à la conduite automobile.

Pour de plus amples renseignements...

Demandez de plus amples renseignements sur la consommation d'alcool et de drogues pendant la grossesse à votre infirmière de la Santé publique, à votre nutritionniste de la Santé publique ou à votre fournisseur de soins de santé.

Services de traitement des dépendances

Cherchez dans votre annuaire téléphonique sous la rubrique « Services de traitement des dépendances » pour tout service local près de chez vous ou sur Internet à l'adresse suivante :
<http://www.gnb.ca/santé>

Ligne d'aide pour la consommation d'alcool et de drogues illicites de Motherisk : 1 877 327-4636 (sans frais) ou www.motherisk.org

Ligne d'aide pour fumeurs : 1 877 513-5333 (sans frais)