



Оценка степени никотиновой зависимости.

Тест Фагерстрема.

№	Вопрос	Ответ	Баллы
1.	Как скоро после того, как Вы проснулись, Вы закуриваете первую сигарету?	В течение первых 5 минут	3
		В течение 6-30 минут	2
2.	Сложно ли Вам воздержаться от курения в местах, где курение запрещено?	Да	1
		Нет	0
3.	От какой сигареты Вы можете легко отказаться?	Первая утром	1
		Все остальные	0
4.	Сколько сигарет Вы выкуриваете в день?	10 или меньше	0
		11-20	1
		21-30	2
		31 и более	3
5.	Вы курите более часто в первые часы утром, после того, как проснулись, чем в течение последующего дня?	Да	1
		Нет	0
6.	Курите ли вы, если сильно больны и вынуждены находиться в кровати целый день?	Да	1
		Нет	0

Степень никотиновой зависимости определяется по сумме баллов:

0-2 – очень слабая зависимость

3-4 – слабая зависимость

5 – средняя зависимость

6-7 – высокая зависимость

8-10 – очень высокая зависимость