

たばこ依存度スクリーニングテスト

ニコチンの依存度を評価する質問表です。よりニコチン依存度を正確に評価できるとされ、保険診療の際の判定基準になっています。

	質 問	回 答	得 点
1	自分が吸うつもりよりも、ずっと多くたばこを吸ってしまう事がありましたか？	はい→ いいえ→	1 0
2	禁煙や本数を減らそうと試みてできなかった事がありましたか？	はい→ いいえ→	1 0
3	禁煙したり、本数を減らそうとしたときに、たばこがほしくてたまらなくなる事がありましたか？	はい→ いいえ→	1 0
4	禁煙したり、本数を減らそうとしたときに、次のどれかがありましたか？(イライラ・神経質・落ち着かない・集中しにくい・ゆううつ・頭痛・眠気・胃のむかつき・脈が遅い・手の震え・食欲又は体重増加)	はい→ いいえ→	1 0
5	上の症状を消すために、またたばこを吸い始めた事がありましたか？	はい→ いいえ→	1 0
6	重い病気にかかって、たばこはよくないとわかっているのに吸うことがありましたか？	はい→ いいえ→	1 0
7	たばこのために健康問題が起こっているとわかっているのに吸うことありましたか？	はい→ いいえ→	1 0
8	たばこのために精神的問題が起こっているとわかっているのに吸うことありましたか？	はい→ いいえ→	1 0
9	自分はたばこに依存していると感じる事がありましたか？	はい→ いいえ→	1 0
10	たばこが吸えないような仕事やつきあいを避けることが何度かありましたか？	はい→ いいえ→	1 0
	合計点		点

▶ 判定結果

合計点が0～4点の人は、**たばこ依存症である可能性が低い**

合計点が5～10点の人は、**たばこ依存症である可能性が高い**