

Тест: оценка степени никотиновой зависимости

Вопросы		Ответы		Баллы
1	Как скоро после того, как Вы проснулись, Вы выкуриваете первую сигарету?	a	В течение первых 5 мин.	3
		b	В течение 6-30 мин.	2
		c	В течение 30-60 мин.	1
		d	Более чем 60 мин.	0
2	Сложно ли Вам воздержаться от табакокурения в местах, где табакокурение запрещено?	a	Да	1
		b	Нет	0
3	От какой сигареты Вы не можете отказаться?	a	Первой (утром)	1
		b	Всех остальных	0
4	Сколько сигарет Вы выкуриваете в день?	a	10 или менее	0
		b	11-20	1
		c	21-30	2
		d	31 и более	3
5	Чаще Вы курите утром, в первые часы после пробуждения, а не в течение последующего дня?	a	Да	1
		b	Нет	0
6	Курите ли Вы, если сильно больны и вынуждены находиться в кровати целый день?	a	Да	1
		b	Нет	0

Обработка и интерпретация результатов теста:

Баллы начисляются по следующей схеме: 1a – 3 балла, 1b – 2 балла, 1c – 1 балл, 1d – 0 баллов; 2a – 1 балл; 3a – 1 балл; 4b – 1 балл, 4c – 2 балла, 4d – 3 балла; 5a – 1 балл; 6a – 1 балл. Максимальная сумма баллов – 10.

Интерпретация результатов теста:

- ✓ 8-10 баллов – очень высокая зависимость;
- ✓ 6-7 баллов – высокая зависимость;
- ✓ 5 баллов – средняя зависимость;
- ✓ 3-4 балла – слабая зависимость;
- ✓ 0-2 балла – очень слабая зависимость.