

ニコチン依存症スクリーニングテスト

各設問で該当するものにチェックを入れてみましょう。チェック1つにつき1点が加算され、合計点が5点以上で「ニコチン依存症」と判定されます。

注：最終的なニコチン依存症の診断は医師が行います。

1	自分が吸うよりも、ずっと多くタバコを吸ってしまうことがありますか。	<input type="checkbox"/>
2	禁煙や本数を減らそうと試みて、できなかったことがありましたか。	<input type="checkbox"/>
3	禁煙したり本数を減らした時に、タバコが欲しくて欲しくてたまらなくなることはありませんでしたか。	<input type="checkbox"/>
4	禁煙したり本数を減らした時に、次のどれかがありましたか。 イライラ・眠気・神経質・胃のむかつき・落ち着かない・脈が遅い 集中しにくい・手の震え・ゆううつ・食欲または体重増加・頭痛	<input type="checkbox"/>
5	上の症状を消すために、またタバコを吸い始めることがありましたか。	<input type="checkbox"/>
6	重い病気にかかった時に、タバコ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。	<input type="checkbox"/>
7	タバコのために自分に健康問題が起きているとわかっているのに、吸うことがありましたか。	<input type="checkbox"/>
8	タバコのために自分に精神的問題（*）が起きているとわかっているのに、吸うことがありましたか。	<input type="checkbox"/>
9	自分はタバコに依存していると感じることがありましたか。	<input type="checkbox"/>
10	タバコ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。	<input type="checkbox"/>

* 禁煙や本数を減らした時に出現する離脱症状（いわゆる禁断症状）ではなく、喫煙することによって神経質になったり、不安や抑うつ等の症状が出現している状態。

