

Fagerstömův test závislosti pro adolescenty

1. Kolik cigaret denně kouříš?

víc než 25	3 body
6–25	2 body
1–15	1 bod

2. Kouříš víc během prvních dvou hodin po probuzení než pak ve zbytku dne?

ano	1 bod
ne	0 bodů

3. Jak brzo po probuzení si zapaluješ první cigaretu?

do 30 minut	2 body
za déle než 30 minut, ale před polednem	1 bod
odpoledne nebo večer	0 bodů

4. Které cigarety by ses nejméně rád vzdal/a (která je nejdůležitější, nejvíc si ji vychutnáš)?

první ranní	2 body
kterákoli před polednem	1 bod
kterákoli odpoledne nebo večer	0 bodů

5. Je pro tebe těžké nekouřit tam, kde to nejde?

ano	1 bod
ne	0 bodů

6. Kouříš, i když jsi nemocný/á a většinu dne v posteli?

ano	1 bod
ne	0 bodů

Orientační hodnocení:

0– 1 bod	– žádná nebo slabá závislost
2– 4 body	– střední závislost
5–10 bodů	– silná závislost