**21. Оценка степени никотиновой зависимости (Тест Фагестрема)**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  |  |  |
| Вопрос | Ответ | Баллы |
| 1. Как скоро после того, как Вы проснулись, Вы выкуриваете 1 сигарету? | - В течение первых 5 мин  - В течение 6-30 мин  - 30 мин - 60 мин  - Более чем 60 мин | 3  2  1  0 |
| 2. Сложно ли для Вас воздержаться от курения в местах, где курение запрещено? | - Да  - Нет | 1  0 |
| 3. От какой сигареты Вы не можете легко отказаться? | - Первая утром  - Все остальные | 1  0 |
| 4. Сколько сигарет Вы выкуриваете в день? | - 10 или меньше  - 11-12  - 21-30  - 31 и более | 0  1  2  3 |
| 5. Вы курите более часто в первые часы утром, после того, как проснетесь, чем в течение последующего дня? | - Да  - Нет | 1  0 |
| 6. Курите ли Вы, если сильно больны и вынуждены находиться в кровати целый день? | - Да  - Нет | 1  0 |
| Степень никотиновой зависимости определяется по сумме баллов: 0-2 - очень слабая; 3-4 - слабая; 5 - средняя; 6-7 - высокая; 8-10 - очень высокая. | | |