

タバコ依存症スクリーニングテスト

1日あたりのタバコの本数（ ）本 × 吸った年数（ ）年

(はい：1点, いいえ：0点)

質問事項	点数
問1 自分が吸うつもりよりも、ずっと多くタバコを吸ってしまうことがありましたか。	
問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。	
問3 禁煙したり本数を減らそうとしたときに、タバコがほしくて欲しくてたまらなくなることがありましたか。	
問4 禁煙したり本数を減らしたときに、次のどれかがありましたか。 (イライラ, 神経質, 落ちつかない, 集中しにくい, ゆううつ, 頭痛, 眠気, 胃のむかつき, 脈が遅い, 手のふるえ, 食欲または体重増加)	
問5 上記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。	
問6 重い病気にかかったときに、タバコは良くないと分かっているのに吸うことがありましたか。	
問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にもかかわらず、吸うことがありましたか。	
問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にもかかわらず、吸うことがありましたか。	
問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。	
問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。	
合 計	

年 月 日

お名前