

ニコチン依存症を判定するテスト		はい	いいえ
		(1点)	(0点)
Q1	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		
Q2	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		
Q3	禁煙したり本数を減らそうとしたときに、タバコがほしくてたまらなくなることがありましたか。		
Q4	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 ・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 ・手のふるえ ・ゆううつ ・食欲または体重増加 ・頭痛		
Q5	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		
Q6	重い病気にかかったときに、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。		
Q7	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。		
Q8	タバコのために自分に精神的問題(神経質になったり不安や抑うつなどの症状)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		
Q9	自分はたばこに依存していると感じることがありましたか		
Q10	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		