

Grado di dipendenza da nicotina, il test di Fagerström

1. **Dopo quanto tempo dal risveglio accende la sigaretta?**

Entro 5 minuti	3
6-30 minuti	2
31-60 minuti	1
dopo 60 minuti	0
 2. **Trova difficile astenersi dal fumare in luoghi dove è vietato?**

Sì	1
No	0
 3. **Tra tutte le sigarette che fuma a quale le sarebbe più difficile rinunciare?**

La prima del mattino	1
Qualsiasi	0
 4. **Quante sigarette fuma in una giornata?**

0 - 10	0
11 - 20	1
21 - 30	2
31 o più	3
 5. **Fuma con maggiore frequenza nelle prime ore del giorno che nel resto della giornata?**

Sì	1
No	0
 6. **Fuma anche quando è così malato da rimanere a letto tutto il giorno?**

Sì	1
No	0
- Punteggio totale**

Grado di dipendenza

0-2	molto basso
3-4	basso
5-6	medio-alto
7-8	alto
9-10	molto alto