

Messung des Grades der Nikotinabhängigkeit

(nach dem „Fagerström Test for Nicotine Dependence“ FTND)

NAME: _____ DATUM: _____

Fragen	Antworten	Punkte
1) In welchem Zeitraum nach dem Erwachen rauchen Sie Ihre erste Zigarette?	Innerhalb von: 5 Minuten 6 - 30 Minuten 31 - 60 Minuten Nach 60 Minuten	3 2 1 0
2) Finden Sie es schwierig, Rauchverbote, z.B. an Tankstellen, in Kirchen, Kinos, Bibliotheken oder anderen öffentlichen Gebäuden einzuhalten?	Ja Nein	1 0
3) Welche Zigarette im Verlaufe eines Tages ist Ihnen am wichtigsten?	Die erste am Morgen Alle anderen	1 0
4) Wieviele Zigaretten rauchen Sie durchschnittlich am Tag?	10 oder weniger 11-20 21-30 31 und mehr	0 1 2 3
5) Rauchen Sie mehr während der ersten Stunden nach dem Erwachen als während des übrigen Tages?	Ja Nein	1 0
6) Rauchen Sie auch, wenn Sie krank im Bett liegen müssen?	Ja Nein	1 0
	SUMME	

Je höher die Punktzahl, desto höher der Grad der Abhängigkeit des Rauchers vom Nikotin.

- geringe Abhängigkeit (0 bis 2 Punkte)
- mittlere Abhängigkeit (3 bis 5 Punkte)
- starke Abhängigkeit (6 bis 7 Punkte)
- sehr starke Abhängigkeit (8 bis 10 Punkte)