

# FAGERSTRÖM TEST FÜR NIKOTINABHÄNGIGKEIT JUGENDLICHER RAUCHER

*Bitte Zutreffendes ankreuzen!*

Wann nach dem Aufstehen rauchst Du Deine erste Zigarette?	Innerhalb von 30 min	3
	Nach 30 min aber vor Mittag	2
	Am Nachmittag	1
	Am Abend	0
Findest Du es schwierig, an Orten, wo das Rauchen verboten ist (z.B. Schule, Bücherei, Kino usw.) das Rauchen zu lassen?	Ja, sehr schwierig	1
	Ja, einigermaßen schon	1
	Nein, gewöhnlich nicht	0
	Nein, überhaupt nicht	0
Auf welche Zigarette würdest Du nicht verzichten wollen?	Die erste am Morgen	1
	Auf irgendeine am Vormittag	1
	Auf irgendeine am Nachmittag	0
	Auf irgendeine am Abend	0
Wie viele Zigaretten rauchst Du gewöhnlich pro Tag?	Weniger als 1	0
	1 bis 10	1
	11 bis 20	2
	21 und mehr	3
Verglichen mit den restlichen Stunden des Tages: rauchst Du in den ersten 2 Stunden mehr?	Ja	1
	Nein	0
Kommt es vor, dass Du rauchst, wenn Du krank bist und tagsüber im Bett bleiben musst?	Ja, immer	1
	Ja, sehr oft	1
	Gewöhnlich nicht	0
	Niemals	0

0-2 Punkte: sehr geringe Nikotinabhängigkeit,

3-4 Punkte: geringe Nikotinabhängigkeit,

5-10 Punkte: mittlere/hohe Nikotinabhängigkeit