

TEST DE DÉPENDANCE

(D'après Fagerström 1991)

(Inscrivez votre score à chaque question dans la case correspondante)

			Score
1.- Quand fumez-vous votre première cigarette après votre réveil?	<i>moins de 5 min.....</i>	3	
	<i>entre 6 et 30 min.....</i>	2	
	<i>entre 31 et 60 min...</i>	1	
	<i>plus tard.....</i>	0	__
2.- Avez-vous du mal à ne pas fumer lorsque c'est interdit? (Cinéma, salle d'attente, église, bibliothèque ...)	<i>oui.....</i>	1	
	<i>non.....</i>	0	__
3.- Quelle est la cigarette que vous détesteriez perdre le plus ?	<i>la première le matin...</i>	1	
	<i>une autre.....</i>	0	__
4.- Combien de cigarettes fumez-vous par jour ?	<i>10 ou moins.....</i>	0	
	<i>11 à 20.....</i>	1	
	<i>21 à 30.....</i>	2	
	<i>31 ou plus</i>	3	__
5.- Fumez-vous davantage les premières heures après le réveil que pendant le reste de la journée?	<i>oui.....</i>	1	
	<i>non.....</i>	0	__
6.- Fumez-vous même si vous êtes malade et alité la majeure partie du jour ?	<i>oui.....</i>	1	
	<i>non.....</i>	0	__

Faites le total

TOTAL |__|__|

Au dessous de **4** : *non dépendant*
4 et 5 : *dépendance faible*

6 et 7 : *dépendance moyenne*
8 et plus : *forte dépendance*