

## ニコチン依存症のスクリーニングテスト

| 設問内容 |                                                                                                  | はい<br>1 点 | いいえ<br>0 点 |
|------|--------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------|------------|
| 問1.  | 自分が吸うつもりよりも、ずっと多くのタバコを吸ってしまうことがありましたか。                                                           |           |            |
| 問2.  | 禁煙や本数を減らそうと試みて、出来なかったことがありましたか。                                                                  |           |            |
| 問3.  | 禁煙したり本数を減らそうとしたときに、タバコがほしくてほしくてたまらなくなることがありましたか。                                                 |           |            |
| 問4.  | 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。<br>(イライラ、神経質、落ちつかない、集中しにくい、ゆううつ、頭痛、眠気、胃のむかつき、脈が遅い、手のふるえ、食欲または体重増加) |           |            |
| 問5.  | 問 4 でうかがった症状を消すために、またタバコを吸い始めることがありましたか。                                                         |           |            |
| 問6.  | 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。                                                       |           |            |
| 問7.  | 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にもかかわらず、吸うことがありましたか。                                                  |           |            |
| 問8.  | タバコのために自分に精神問題 <sup>(※)</sup> が起きているとわかっているにもかかわらず、吸うことがありましたか。                                  |           |            |
| 問9.  | 自分はタバコに依存していると感じることがありましたか。                                                                      |           |            |
| 問10. | 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。                                                              |           |            |
| 合計   |                                                                                                  |           |            |

(※) 禁煙や本数を減らした時に出現する離脱症状ではなく、喫煙することによって神経質になったり、不安や抑うつなどの症状が出現している状態。

**※合計が5点以上の場合、今回の禁煙支援プログラムの対象となります。**

(日本循環器学会 日本肺癌学会 日本癌学会 日本呼吸器学会 禁煙治療のための標準手順書第 8.1 版より引用)