

Fagerströms test

		Points
1. Hvor lang tid går der, fra du vågner til du til ryger dagens første cigaret?	Under 5 min. 6-30 min. 31-60 min. Over 60 min.	3 2 1 0
2. Har du svært ved at lade være med at ryge, hvor det er forbudt?	Ja Nej	1 0
3. Hvilken cigaret er sværest at undvære?	Den om morgenen En anden	1 0
4. Gram tobak dagligt 1 cigaret = 1 g 1 cerut/pibestop = 3 g 1 cigar = 4 g	1 -10 g 11 - 20 g 21 - 30 g over 30 g	0 1 2 3
5. Ryger du mere først på dagen end resten af døgnet?	Ja Nej	1 0
6. Ryger du, når du er syg eller sengeliggende?	Ja Nej	1 0
SUM		