

## ニコチン依存症テスト：TDS (Tobacco Dependence Screener)

年 月 日

ID		氏名	
----	--	----	--

下記の質問を読んで「はい」を1点、「いいえ」を0点とし数字を記入して下さい。

	設問	はい 1点	いいえ 0点
問1	自分が吸うつもりよりも、ずっと多く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、でき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そうとしたときに、次のどれかがありましたか。 <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin: 5px 0;">                     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                 </div>		
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的問題(※)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9	自分はタバコに依存していると感じた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。		
	(※) 禁煙や本数を減らした時に出現する離脱症状(いわゆる禁断症状)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	点

★「はい」の合計点が5点以上でニコチン依存症と判定されます。