

Test de Fagerström

1. Quand fumez-vous votre première cigarette après votre réveil ?

dans les 5 premières minutes 3 entre 6-30 minutes 2
entre 31-60 minutes 1 après 60 minutes 0

2. Avez-vous du mal à ne pas fumer lorsque c'est interdit ? (église, bibliothèque, cinéma, etc.)

oui 1 non 0

3. Quelle est la cigarette que vous détesteriez le plus de perdre ?

la première le matin 1 une autre 0

4. Combien de cigarettes fumez-vous par jour ?

10 ou moins 0 11-20 1
21-30 2 31 ou plus 3

5. Fumez-vous davantage les premières heures après le réveil que pendant le reste de la journée ?

oui 1 non 0

6. Fumez-vous si vous êtes malade et alité la majeure partie du jour ?

oui 1 non 0

Score de dépendance :

- 0-2 points: *dépendance très faible*
- 3-4 points : *dépendance faible*
- 5 points: *dépendance moyenne*
- 6-7 points : *dépendance élevée*
- 8-10 points : *dépendance très élevée*