



FAGERSTROM

Utilisé pour évaluer
la dépendance
nicotinique.

1 - Le matin, combien de temps après être réveillé(e), fumez-vous votre première cigarette ?

- Dans les 5 minutes (3)
- 6 à 30 minutes (2)
- 31 à 60 minutes (1)
- Plus de 60 minutes (0)

2 - Trouvez-vous qu'il est difficile de vous abstenir de fumer dans les endroits où c'est interdit (exemple : cinéma, bibliothèque)

- Non (1)
- Oui (0)

3 - A quelle cigarette renonceriez-vous le plus difficilement ?

- La première de la journée (1)
- Une autre (0)

4 - Combien de cigarettes fumez-vous par jour, en moyenne ?

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

5 - Fumez-vous à intervalles plus rapprochés durant les premières heures de la matinée que durant le reste de la journée

- Oui (1)
- Non (0)

6 - Fumez-vous lorsque vous êtes malade au point de devoir rester au lit presque toute la journée ?

- Oui (1)
- Non (0)

Interprétation

0 à 2 : pas de dépendance
3 à 4 : faible dépendance
5 : dépendance moyenne
6 à 7 : forte dépendance
7 à 10 : très forte dépendance