

禁煙外来のニコチン依存症の判定テスト (TDS)

設問	設問内容	はい	いいえ
Q,1	自分が吸うつもりよりも、多くタバコを吸ってしまうことがありましたか。		
Q,2	禁煙や本数を減らそう試みて、できなかったことがありましたか。		
Q,3	禁煙したり本数を減らそうとしたときに、タバコが欲しくて欲しくてたまらなくなることがありましたか。		
Q,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。 (イライラ・神経質・落ち着かない・集中しにくい・ゆううつ・頭痛・胃のむかつき・脈が遅い 手のふるえ・食欲または体重の増加)		
Q,5	Q,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。		
Q,6	重い病気にかかったときには、タバコはよくないとわかっていても、吸うことがありましたか。		
Q,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ても、吸うことがありましたか。		
Q,8	タバコのために自分にいわゆる禁断症状が起きて、また吸うことがありましたか。		
Q,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。		
Q,10	タバコが吸えないような仕事やつきあいは避けることが何度かありましたか。		

10問中、5問以上で「はい」の方は、ニコチン依存症です!