

2017

**FAGERSTRÖMIN TESTI**  
Nikotiiniriippuvuuden testaamiseen

	pisteet
<b>1. Kuinka nopeasti herätyäsi tupakoit?</b>	
alle 6 min	3
6 - 30 min	2
31- 60 min	1
yli 60 min	0
<b>2. Onko sinun vaikeaa olla tupakoimatta paikoissa, joissa tupakointi on kielletty?</b>	
kyllä	1
ei	0
<b>3. Mistä tupakasta sinun on vaikeinta päästä eroon?</b>	
aamun ensimmäisestä	1
mistä muusta tahansa	0
<b>4. Montako savuketta poltat päivässä?</b>	
alle 10	0
11 - 20	1
21 - 30	2
yli 30	3
<b>5. Poltatko enemmän aamuisin?</b>	
kyllä	1
en	0
<b>6. Tupakoitko, jos olet sairaana ja vuodepotilaana?</b>	
kyllä	1
en	0

Pisteet yhteensä \_\_\_\_\_

**Tulkinta:**

Pisteitä 6 tai enemmän = voimakas nikotiiniriippuvuus  
Pisteitä 3-5 = kohtalainen nikotiiniriippuvuus  
Pisteitä 0-2 = vähäinen nikotiiniriippuvuus