

Для определения степени табачной зависимости у курящих лиц в мире используется тест Фагерстрема. Шведский врач Karl Fagerstrom⁴⁷ разработал опросник, который определяет связь между индивидуальным баллом и тяжестью проявления абстинентного синдрома. Однако данный опросник желательно использовать в специализированных клиниках, где занимаются лечением ТЗ.

По результатам 9-месячной работы на телефонной линии помощи по прекращению курения, данный опросник был адаптирован и может быть использован также и на уровне первичного звена здравоохранения для проведения кратких консультаций.

Табл. 9. Оценка степени ТЗ по адаптированному тесту Фагерстрема

<i>1. Просыпаетесь ли Вы ночью от желания закурить или употребить насвай?</i>		Б*
	Нет	0
	Да	1
<i>2. Через сколько времени после пробуждения Вы закуриваете первую сигарету или потребляете первую порцию насвая?</i>		
	Более чем 60 минут	0
	31-60 минут	1
	6-30 минут	2
	менее 5 минут	3
<i>3. Вам трудно удержаться от курения или потребления насвая в местах, где курить (или потребление насвая) запрещено, например, на собрании, в самолете, в кино или во время религиозного поста и т.п.?</i>		
	Нет	0
	Да	1
<i>4. Сколько сигарет в день Вы курите или сколько раз потребляете насвай?</i>		
	до 5 штук/раз	0
	6-10 штук/раз	1
	11-20 штук/раз	2
	21-30 штук/раз	3
	31 и более штук/раз	
<i>5. Вы курите, даже если Вы больны и вынуждены лежать в постели большую часть дня дома или в больнице?</i>		
	Нет	0
	Да	1
<i>6. Вы в течение дня сочетаете курение с потреблением насвая или, наоборот, потребление насвая с курением?</i>		
	Нет	0
	Да	1
		*- Баллы, итого: =

⁴⁷ Fagerstrom KO, Schneider N. Measuring nicotine dependence: a review of the Fagerstrom Tolerance Questionnaire. J. Behav. Med 1989; 12: 159–182

Дополнительные вопросы: стаж курения (важно стаж регулярного курения), количество попыток бросать курить, уменьшение количества сигарет или приема насвая в день за последний/е год/ы или, наоборот, увеличение его количества. Степень ТЗ оценивается по сумме баллов. Чем выше балл, тем сильнее будет проявляться синдром отмены и тем больше усилий надо приложить для преодоления табачной зависимости.

Баллы	<i>Степень табачной зависимости</i>	
0-1	- <i>очень слабая зависимость</i>	ТЗ 1-й степени
2-3	- <i>слабая зависимость</i>	
4-5	- <i>средняя зависимость</i>	ТЗ 2-й степени
6-7	- <i>высокая зависимость</i>	ТЗ 3-й степени
8 и более	- <i>очень высокая зависимость</i>	