

## Test di Fagerström

(serve alla valutazione del grado di dipendenza dalla nicotina)  
(utilizzato nell' "ASK" della formula internazionale delle 5 "A")

	Punteggio
<b>Dopo quanto tempo dal risveglio accende la prima sigaretta?</b>	
Entro 5 minuti	3
Entro 6-30 minuti	2
Entro 31-60 minuti	1
Dopo 60 minuti	0
<b>Fa fatica a non fumare in luoghi in cui è proibito (cinema, chiesa, mezzi pubblici, ecc.)?</b>	
No	0
Sì	1
<b>Quale sigaretta le dispiacerebbe maggiormente non fumare?</b>	
La prima del mattino	1
Tutte le altre	0
<b>Quante sigarette fuma al giorno?</b>	
10 o meno	0
11-20	1
21-30	2
31 o più	3
<b>Fuma più frequentemente durante la prima ora dal risveglio che durante il resto del giorno?</b>	
Sì	1
No	0
<b>Fuma anche se è così malato da passare a letto la maggior parte del giorno?</b>	
Sì	1
No	0
<b>Totale</b>	

### *Interpretazione del Test:*

- da 0 a 2 lieve dipendenza
- 3 o 4 media dipendenza
- 5 o 6 forte dipendenza
- da 7 a 10 dipendenza molto forte