**Степень табачной зависимости у отдельных курильщиков** может различаться в зависимости от интенсивности и продолжительности курения. Ее каждый может определить с помощью приведенной ниже анкеты

Ваш возраст\_\_\_\_\_\_\_\_ Курите да\_\_\_\_ нет\_\_\_\_\_\_

Ваше место работы- подчеркнуть(Образовательное учреждение, торговля, предприятия общественного питания, лечебное заведение, учреждение оказывающее услуги парикмахерских, услуги размещения)

Ваше место учебы- подчеркнуть (школа, высшее учебное заведение, среднее учебное заведение)

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Количественная оценка табачной зависимости** | | |
| **Вопрос** | **Ответ** | **Баллы** |
| 1. Как скоро после пробуждения вы обычно закуриваете первую сигарету? | В первые 5 минут | 3 |
| Спустя 6-30 минут | 2 |
| Через 31-60 минут | 1 |
| Позже 60 минут | 0 |
| 2. Трудно ли вам удержаться от курения в местах, где это запрещено или не принято (транспорт, театр, кино и др.)? | Да | 1 |
| Нет | 0 |
| 3. Какая из выкуренных в течение дня сигарет доставляет вам наибольшее удовлетворение? | Первая после сна | 1 |
| Любая другая | 0 |
| 4. Сколько сигарет вы выкуриваете за день? | 0-10 | 0 |
| 11-20 | 1 |
| 21-30 | 2 |
| Более 30 | 3 |
| 5. Вы курите обычно утром больше, чем в остальную часть дня? | Да | 1 |
| Нет | 0 |
| 6. Курите ли вы, если больны и находитесь в постели большую часть дня? | Курю как обычно | 2 |
| Курю заметно меньше | 1 |
| Не курю вообще | 0 |
| 7. Какие сигареты вы курите? | Крепкие | 2 |
| Средние | 1 |
| Легкие | 0 |

Примечание. Поставьте галочку или обведите кружком цифры баллов в соответствии с выбранным вами ответом и подсчитайте сумму баллов:

•   0-4 балла означает отсутствие табачной зависимости или ее легкую степень,

•   5-6 баллов свидетельствуют о средней степени табачной зависимости,

•   7 и более баллов говорят о сильной степени табачной зависимости.

**Цель анкетирования:**

-выявление наибольшего процента курящих, среди работников различных сфер; студентов, учащихся;

-зависимости от интенсивности, продолжительности курения.