

## Fägerström – Test für Nikotinabhängigkeit (FTNA)

Nach Fägerström Test for Nicotine Dependence © Pharmacie AG

Beantworten Sie bitte folgende Fragen	3 Punkte	2 Punkte	1 Punkt	0 Punkte	Ihre Punkte
1. Wann nach dem Aufwachen rauchen Sie Ihre erste Zigarette?	Innert 5 Minuten	Innert 6-30 Minuten	Innert 31 bis 60 Minuten	Nach 60 Minuten	
2. Finden Sie es schwierig, an Orten, wo das Rauchen verboten ist, das Rauchen sein zu lassen?			Ja	Nein	
3. Auf welche Zigarette würden Sie nicht verzichten wollen?			Die erste am Morgen	Andere	
4. Wie viele Zigaretten rauchen Sie im Allgemeinen pro Tag?	Mehr als 30	21-30	11-20	Bis 10	
5. Rauchen Sie am frühen Morgen im Allgemeinen mehr als am Rest des Tages?			Ja	Nein	
6. Kommt es vor, dass sie rauchen, wenn Sie krank sind und tagsüber im Bett bleiben müssen?			Ja	Nein	
<b>Total Punkte</b>					

### Auswertung

Übertragen Sie Ihr Punktetotal auf die Skala (zutreffendes ankreuzen). Nun sehen Sie, wie stark Sie vom Nikotin abhängig sind.

1   
  2   
  3   
  4   
  5   
  6   
  7   
  8   
  9   
  10

geringe  
Abhängigkeit

starke  
Abhängigkeit