

1. Jak brzy po probuzení si zapálíte svou první cigaretu?	
do 5 minut	3 body
za 6 – 30 minut	2 body
za 31 – 60 minut	1 bod
po 60 minutách	0 bodů
2. Je pro vás obtížné nekouřit v místech, kde není kouření dovoleno?	
ano	1 bod
ne	0 bodů
3. Kterou cigaretu byste nerad/a postrádal/a ?	
první ráno	1 bod
kteroukoli jinou	0 bodů
4. Kolik cigaret denně kouříte?	
0 – 10	0 bodů
11 – 20	1 bod
21 – 30	2 body
31 a více	3 body
5. Kouříte častěji během dopoledne?	
ano	1 bod
ne	0 bodů
6. Kouříte, i když jste nemocen/a a upoután/a na lůžko?	
ano	1 bod
ne	0 bodů

Orientační hodnocení:

0 – 1: žádná nebo velmi malá závislost na nikotinu

2 – 4: střední

5 – 10: silná závislost na nikotinu