

## ニコチン依存症のスクリーニングテスト (TDS)

下記設問で5点以上の方はニコチン依存症と判定！

質問内容		1点	0点
①	自分が吸うつもりよりも、ずっと多くタバコを吸ってしまうことがありましたか。	はい	いいえ
②	禁煙や本数を減らそうと試みて、できなかったことがありましたか。	はい	いいえ
③	禁煙したり本数を減らそうとしたときに、タバコがほしくてほしくてたまらなくなることがありましたか。	はい	いいえ
④	禁煙したり本数を減らしたときに、次のどれかがありましたか。 (イライラ、神経質、落ちつかない、集中しにくい、ゆううつ、頭痛、眠気、胃のむかつき、脈が遅い、手のふるえ、食欲または体重増加)	はい	いいえ
⑤	上の症状を消すために、またタバコを吸い始めることがありましたか。	はい	いいえ
⑥	重い病気にかかったときに、タバコはよくないとわかっているのに吸うことがありましたか。	はい	いいえ
⑦	タバコのために自分に健康問題が起きているとわかっているのに、吸うことがありましたか。	はい	いいえ
⑧	タバコのために自分に精神的問題※が起きていると分かっているのに、吸うことがありましたか。	はい	いいえ
⑨	自分はタバコに依存していると感じることがありましたか。	はい	いいえ
⑩	タバコが吸えないような仕事やつきあいを避けることが何度かありましたか。	はい	いいえ

※ 禁煙や本数を減らした時に出現する離脱症状（いわゆる禁断症状）ではなく、喫煙することによって神経質になったり、不安や抑うつなどの症状が出現している状態。