

TDS 5点以上

(Tobacco Dependence Screener :
ニコチン依存症に係るスクリーニングテスト)

点

	はい (1点)	いいえ (0点)
問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。		
問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。		
問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。		
問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。 (イラライラ、神経質、落ち着かない、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)		
問5. 問4.でうかがった症状を消すために、またタバコを吸い始めることがありましたか。		
問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。		
問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ても、吸うことがありましたか。		
問8. タバコのために自分に精神的問題（注）が起きているとわかっていても、吸うことがありましたか。		
問9. 自分はタバコに依存していると感じましたか。		
問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。		

（注）禁煙や本数を減らしたとき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

川上 憲人：治療 88 (10) : 2491, 2006 [L20070227032] より改変

ブリンクマン指数* 200以上

喫煙本数 / 日

喫煙年数

×

=

*：タバコ葉を含むスティックを直接加熱するタイプはスティック1本を紙巻タバコ1本として換算
タバコ葉の入ったカプセルやポッドに気体を通過させるタイプは1箱を紙巻タバコ 20 本として換算

直ちに禁煙することを希望し禁煙治療を受けることを文書により同意