

ニコチン依存症に係るスクリーニングテスト（TDS）

全 10 問の質問です。「はい」と答える 1 点、「いいえ」と答えると 0 点で、10 問の点数の総計で依存度を判定します。

合計点が 5 点以上で「ニコチン依存症」と判定されます。

なお、スクリーニングテストの結果、問題や異常がなくとも、不安や気になることがあれば必ず医療機関を受診してください。最終的なニコチン依存症の診断は医師が行います。

	設 問 内 容	はい 1 点	いいえ 0 点
問 1	自分が吸うつもりよりも、ずっと多くたばこを吸ってしまいましたか。		
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すか。		
問 3	禁煙したり本数を減らそうとしたときに、たばこ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の増加）		
問 5	問 4 でうかがった症状を消すために、またたばこ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、たばこ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	たばこ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。		
問 8	たばこ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るのに、吸うことがありましたか		
問 9	自分はたばこに依存していると感じることがありましたか。		
問 10	たばこ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。		合計	

（日本循環器学会 日本肺癌学会 日本癌学会 日本呼吸器学会 禁煙治療のための標準手順書 第 8.1 版より引用）