

## “Fagerström Test for Nicotine Dependence (FTND)”\*

Der Fagerström-Test ist ein weltweit anerkanntes Verfahren, um die Stärke der Abhängigkeit bei Raucherinnen und Rauchern zu messen.

### 1. Wann nach dem Aufwachen rauchen Sie Ihre erste Zigarette?

- |  |          |
|--|----------|
| <input type="checkbox"/> Innerhalb von 5 Minuten         | 3 Punkte |
| <input type="checkbox"/> Innerhalb von 6 bis 30 Minuten  | 2 Punkte |
| <input type="checkbox"/> Innerhalb von 30 bis 60 Minuten | 1 Punkt  |
| <input type="checkbox"/> Es dauert länger als 60 Minuten | 0 Punkte |

### 2. Finden Sie es schwierig, an Orten, wo das Rauchen verboten ist (z.B. in der Kirche, in der Bibliothek, im Kino, usw.) das Rauchen sein zu lassen?

- |                               |          |
|-------------------------------|----------|
| <input type="checkbox"/> ja   | 1 Punkt  |
| <input type="checkbox"/> nein | 0 Punkte |

### 3. Auf welche Zigarette würden Sie nicht verzichten wollen?

- |  |          |
|--|----------|
| <input type="checkbox"/> Die erste am Morgen | 1 Punkt  |
| <input type="checkbox"/> andere              | 0 Punkte |

### 4. Wie viele Zigaretten rauchen Sie durchschnittlich pro Tag?

- |                                  |          |
|----------------------------------|----------|
| <input type="checkbox"/> > 30    | 3 Punkte |
| <input type="checkbox"/> 21 - 30 | 2 Punkte |
| <input type="checkbox"/> 11 - 20 | 1 Punkt  |
| <input type="checkbox"/> 0 -10   | 0 Punkte |

### 5. Rauchen Sie in den ersten Stunden nach dem Erwachen im Allgemeinen mehr als am Rest des Tages?

- |                               |          |
|-------------------------------|----------|
| <input type="checkbox"/> ja   | 1 Punkt  |
| <input type="checkbox"/> nein | 0 Punkte |

### 6. Kommt es vor, dass Sie rauchen, wenn Sie krank sind und tagsüber im Bett bleiben müssen?

- |                               |          |
|-------------------------------|----------|
| <input type="checkbox"/> ja   | 1 Punkt  |
| <input type="checkbox"/> nein | 0 Punkte |

0-2 Punkte: geringe Abhängigkeit  
3-5 Punkte: mittlere Abhängigkeit  
6-7 Punkte: starke Abhängigkeit  
8-10 Punkte: sehr starke Abhängigkeit

\* Fagerström KO, Schneider NG.

Measuring nicotine dependence: A review of the Fagerström Tolerance Questionnaire.  
*J Behav Med.* 1989; 12:159-181