

### Test de Fagerström

Mesure la dépendance pharmacologique au tabac chez l'adulte

Merci d'entourer le chiffre qui correspond à votre réponse.

- Le matin, combien de temps après être réveillé(e), fumez-vous votre première cigarette ?

Dans les 5 minutes	3
6 - 30 minutes	2
31 - 60 minutes	1
Plus de 60 minutes	0
  
- Trouvez-vous qu'il est difficile de vous abstenir de fumer dans les endroits où c'est interdit ? (ex : cinémas, bibliothèques)

Oui	1
Non	0
  
- A quelle cigarette renoncerez-vous le plus difficilement ?

A la première de la journée	1
A une autre	0
  
- Combien de cigarettes fumez-vous par jour, en moyenne ?

10 ou moins	0
11 à 20	1
21 à 30	2
31 ou plus	3
  
- Fumez-vous à intervalles plus rapprochés durant les premières heures de la matinée que durant le reste de la journée ?

Oui	1
Non	0
  
- Fumez-vous lorsque vous êtes malade au point de devoir rester au lit presque toute la journée ?

Oui	1
Non	0

Faites le total : \_\_\_\_\_

#### Interprétation des résultats

Score entre 0-2 : pas de dépendance

Score entre 3-4 : dépendance faible

Score entre 5-6: dépendance moyenne

Score entre 7-8 : dépendance forte

Score entre 9-10 : dépendance très forte