

## NIKOTINBEROENDETEST

### Testa ditt eventuella nikotinberoende

Klicka för det svarsalternativ som bäst motsvarar din situation.

**1. Hur snabbt efter att det du vaknat på morgonen tänder du din första cigarett?**

- inom 5 minuter
- inom 6-30 minuter
- inom 31-60 minuter
- efter 60 minuter

**Välj ett av alternativen.**

**2. Är det svårt för dig att låta bli att röka på ställen där det är förbjudet att röka?**

- ja
- nej

**Välj ett av alternativen.**

**3. Vilken cigarett skulle du ha svårast att sluta med?**

- den första på morgonen
- någon annan

**Välj ett av alternativen.**

**4. Hur många cigaretter röker du per dygn?**

- 1-10 cigaretter
- 11-20 cigaretter
- 21-30 cigaretter
- 31 cigaretter eller mera

**Välj ett av alternativen.**

**5. Röker du mera under morgonens första timmar än under resten av dagen?**

- ja
- nej

**Välj ett av alternativen.**

**6. Röker du när du är så sjuk att du måste ligga till sängs största delen av dagen?**

- ja
- nej

**Välj ett av alternativen.**

**Ålder**

- 15 eller under
- 16 - 17
- 18 - 24
- 25 - 30
- 31 - 40
- 41 - 50
- 51 - 64
- 65 eller mera
- Jag vill inte berätta

**Välj ett av alternativen.**

**Är du:**

- Man
- Kvinna
- Jag vill inte berätta

**Välj ett av alternativen.**

*Testresultaten kan användas som material för forskning om beroenden. Vi publicerar resultaten och respondenternas bakgrundsuppgifter endast i statistisk form.*

Ge respons

*Källa: Karl Olov Fagerström / Pharmacia & Upjohn Oy / Nicorette.*

\* ttillagd frågor om bakgrundsinformation

[1]

---

**Källa till webbadress:** <https://www.paihdelinkki.fi/sv/tester-och-matarn/tobak/nikotinberoendetest>