

## 禁煙治療に関する問診票

Q1. 現在、タバコを吸っていますか？

吸う     やめた(      年前 /      カ月前)     吸わない

以下の質問は、吸うと回答した人のみお答え下さい。

Q2. 1日に平均して何本タバコを吸いますか？      1日(      本)

Q3. 習慣的にタバコを吸うようになってから何年間タバコを吸っていますか？      (      年間)

Q4. あなたは禁煙することにどのくらい関心がありますか？

関心がない

関心はあるが、今後6カ月以内に禁煙しようとは考えていない

今後6カ月以内に禁煙しようと考えているが、直ちに禁煙する考えはない

直ちに禁煙しようと考えている

Q5. 下記の質問を読んであてはまる項目に✓を入れて下さい。

該当しない項目は「いいえ」とお答えください。

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があ		
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		
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るのに、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, 自分はタバコに依存していると感じることがありましたか		
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		
合計		

Q6. 禁煙治療を受けることに同意されますか？     はい     いいえ

※[禁煙宣言] 私はニコチン依存症であることを認識し、喫煙の害ならびに禁煙の効果を十分に理解したうえで      月      日より禁煙することを宣言します。

氏 名 \_\_\_\_\_

記入日 \_\_\_\_\_

協力者：主治医 \_\_\_\_\_、看護師 \_\_\_\_\_

## あなたはどんな喫煙タイプ？

以下のQ1～21の順番に各質問ごとに、自分にあてはまる回答番号を選んでその点数を記入して下さい。

回答が終わったら、同じ色ごとに回答の点数を合計しましょう。合計点数の最も高いところが、あなたの喫煙タイプです。



回答	
全くちがう	0点
少しあてはまる	1点
かなりあてはまる	2点
非常にあてはまる	3点

Q1 火をつけたタバコを灰皿に置いたまま忘れて、また別のタバコに火をつけてしまうことがある。  点

Q2 ゆっくりくつろいでいる時の一服が一番好きである。  点

Q3 タバコを吸う時は、いつでも非常においしく楽しい。  点

Q4 タバコを指にはさむ、口にくわえるなどの動作も喫煙の楽しみのひとつである。  点

Q5 タバコを吸うのは、かっこいいと思う。  点

Q6 心配事があるとき、本数が増える。  点

Q7 タバコを吸うと元気がでて気分が向上する。  点

Q8 ほとんど無意識にタバコを吸ってしまう。  点

Q9 何となく手もちぶたさなのでタバコを吸う。  点

Q10 タバコが切れると非常に不安になり、すぐに買いに行ってしまう。  点

Q11 イヤなことがあるとたくさん吸う。  点

Q12 疲れている時、タバコを吸うと頑張りがきく。  点

Q13 タバコに火をつけた覚えがないのに、気がつくとき吸っている。  点

Q14 気分が良く、リラックスしている時に、一番吸いたと思う。  点

Q15 タバコを吸うと考えがまとまりやすい。  点

Q16 しばらくタバコを吸わずにいと、いてもたってもいられないほど吸いたくなる。  点

Q17 タバコを吸うのは成熟していて洗練されているというイメージがある。  点

Q18 タバコを吸っていない時、吸っていないということを常に意識している。  点

Q19 何となく口さみしいのでタバコを吸う。  点

Q20 異性に対して、タバコを吸う人の方が魅力があると思う。  点

Q21 何かに腹を立てている時にタバコを吸う。  点