

Fagerströms beroendeskala – snusning

Frågor	Svar	Poäng	Poängberäkning
1. Hur mycket snusar du per dag?	Mindre än 1/3 dosa 1/3 dosa 1/2 dosa 1 dosa eller mer	1 2 3 4	
2. Hur lång tid efter uppvaknandet snusar du dagens första prilla?	Inom 30 minuter Senare än 30 minuter	2 1	
3. Snusar du när du sover?	Ja Ibland Nej, aldrig	3 2 1	
4. Vilken sorts snus snusar du?	Light Portion Lössnus	1 2 3	
5. Hur lång tid kan du vara utan snus?	Mindre än två timmar Mer än två timmar Mer än en dag	3 2 1	

Räkna ihop poängen _____

5-7 poäng	Lågt nikotinberoende
8-15 poäng	Högt nikotinberoende