

# NUUSKATESTI

Tulkinta:

0–1 = Hyvin vähäinen nikotiiniriippuvuus

2–3 = Vähäinen nikotiiniriippuvuus

4–5 = Kohtalainen nikotiiniriippuvuus

6–7 = Voimakas nikotiiniriippuvuus

8–10 = Erittäin voimakas nikotiiniriippuvuus

| Kysymys  |                         | Pisteet |
|--|-------------------------|---------|
| 1. Kuinka pian heräämisen jälkeen otat ensimmäisen nuuska-annoksesi? | 5 minuutin kuluessa     | 3       |
|  | 6–30 minuutin kuluessa  | 2       |
|  | 31–60 minuutin kuluessa | 1       |
|  | 60 minuutin jälkeen     | 0       |
| 2. Kuinka monta kertaa vuorokaudessa käytät nuuskaa?                 | 1–7 kertaa              | 0       |
|  | 8–12 kertaa             | 1       |
|  | 13 tai enemmän kertaa   | 2       |
| 3. Pidätkö nuuskaa suussasi suurimman osan ajasta?                   | Kyllä                   | 1       |
|  | En                      | 0       |
| 4. Nieletkö tarkoituksellisesti nuuskansekaista sylkeä?              | Kyllä                   | 1       |
|  | En                      | 0       |
| 5. Montako minuuttia pidät nuuska-annosta suussasi?                  | 0–20 minuuttia          | 0       |
|  | 21–35 minuuttia         | 1       |
|  | yli 35 minuuttia        | 2       |
| 6. Käytätkö nuuskaa, jos olet sairaana vuoteessa?                    | Kyllä                   | 1       |
|  | En                      | 0       |
| <b>Pisteet yhteensä</b>  |                         |         |

**Lähde:** Riippuvuustestin on keittänyt Karl Fagerström, perustuen Fagerström Test for Nicotine Dependence (FTND) -mittariin (Heatherton ym. 1991) ja Boylen ym. (1995) FTND-sovellukseen. Testi suomennettu Helsingin yliopiston 'Kaksosten Kehitys ja Terveys' -tutkimukseen. Suomennetun testin käyttö kortissa Helsingin yliopiston luvalla.