

Škála závislosti na cigaretách Cigarette Dependence Scale (CDS)

Etter, J. F., Le Houezec, J., Perneger, T. V. (2003). A Self-administered Questionnaire to measure Dependence on Cigarettes: The Cigarette Dependence Scale. *Neuropsychopharmacology*, 28, 359-370.

Králíková, E. (2004). Závislost na tabáku a možnosti léčby. *Čes. a slov. psychiatrie*, 100, 1, 13-18.

1. Označte míru své závislosti na cigaretách na škále od 0 do 100 (nejsem závislý na cigaretách = 0, jsem extrémně závislý na cigaretách = 100).

- a) 1 bod
- b) 2 body
- c) 3 body
- d) 4 body
- e) 5 bodů

2. kolik cigaret denně v průměru kouříte?

- a) 1 bod
- b) 2 body
- c) 3 body
- d) 4 body
- e) 5 bodů

3. Za jak dlouho po probuzení si zapalujete obvykle svou první cigaretu?

- a) 5 bodů
- b) 4 body
- c) 3 body
- d) 2 body
- e) 1 bod

4. Přestat navždy kouřit by pro Vás bylo:

- a) 5 bodů
- b) 4 body
- c) 3 body
- d) 2 body
- e) 1 bod

V následujících otázkách označte, prosím, vždy míru Vašeho souhlasu

5. Po několika hodinách bez kouření cítím nepřekonatelnou potřebu kouřit.

- a) 1 bod
- b) 2 body
- c) 3 body
- d) 4 body
- e) 5 bodů

6. Představa, že bych neměl u sebe cigarety, u mne vyvolává stres.

- a) 1 bod
- b) 2 body
- c) 3 body
- d) 4 body
- e) 5 bodů

7. Než jdu ven, vždy se ujistím, zda mám u sebe cigarety.

- a) 1 bod
- b) 2 body
- c) 3 body
- d) 4 body
- e) 5 bodů

8. Jsem v zajetí cigaret.

- a) 1 bod
- b) 2 body
- c) 3 body
- d) 4 body
- e) 5 bodů

9. Kouřím příliš mnoho.

- a) 1 bod
- b) 2 body
- c) 3 body
- d) 4 body
- e) 5 bodů

10. Někdy všeho nechám a jdu ven koupit si cigarety.

- a) 1 bod
- b) 2 body
- c) 3 body
- d) 4 body
- e) 5 bodů

11. Kouřím pořád.

- a) 1 bod
- b) 2 body
- c) 3 body
- d) 4 body
- e) 5 bodů

12. Kouřím i přes rizika pro mé zdraví.

- a) 1 bod
- b) 2 body
- c) 3 body
- d) 4 body
- e) 5 bodů

Vyhodnocení:

Je možné hodnotit jen prvních 5 otázek (CDS 5) nebo všech 12 (CDS 12). V rámci daného bodového rozmezí lze odhadnout míru závislosti (není dáno přesněji).

Míra závislosti: CDS 5: rozmezí 5-25 bodů,
CDS 12: rozmezí 12-60 bodů.

Pro CDS 12:

Do 24 bodů	mírná závislost
25-44 bodů	střední závislost
45+	silná závislost