

Basisskema for deltagere i rygestopaktiviteter

Brug venligst blokbogstaver:

Rygestopenhed (nr.): Kursusnr.: CPR-nr: -

Fornavn: _____ Mellempnavn: _____ Efternavn: _____

Privatadresse: _____ Postnr.: _____ By: _____

Tlf.: _____ Mobiltlf: _____ E-mail: _____

1. Hvor mange år har du røget?

 år

2. Bor du sammen med en ryger?

 Nej Ja

3. Bor du sammen med voksne (over 18 år)?

 Nej Ja

4. Bor du sammen med børn (under 18 år)?

 Nej Ja

5. Nikotinafhængighed (Fagerström score):

Sæt kryds ved én besvarelse for hvert spørgsmål og tæl point sammen nederst!

Point

a. Hvor lang tid går der, fra du vågner, til du ryger dagens første cigaret?

 Under 5 minutter: 3
 6-30 minutter: 2
 31-60 minutter: 1
 Over 60 minutter: 0

b. Har du svært ved at lade være med at ryge, hvor det er forbudt?

 Ja: 1
 Nej: 0

c. Hvilken cigaret er sværest at undvære?

 Den om morgenen: 1
 En anden: 0

d. Hvor meget ryger du i løbet af et døgn?

Angiv antal:

Husk at udfylde disse felter

E-cigaretter

 cigaretter
 cerutter
 cigarer
 pibestop
 snus/skrå
 mg nikotin

1 cigaret = 1 gram
1 cerut = 3 gram
1 cigar = 4 gram
1 pibe = 3 gram
1 snus* = 10 gram
1mg nikotin** = 1 gram

Omregn til gram tobak efter tabellen:

 0-10 gram: 0
 11-20 gram: 1
 21-30 gram: 2
 Over 30 gram: 3

e. Ryger du mere først på dagen end resten af dagen?

 Ja: 1
 Nej: 0

f. Ryger du, når du er syg eller sengeliggende?

 Ja: 1
 Nej: 0
Læg de markerede tal sammen og skriv summen her:

* Nikotininhold i 1 gram snus svarer til indholdet i 10 cigaretter.

** Nikotininhold i 1 mg nikotin svarer til indholdet i 1 cigaret. Det beregnes ud fra antal ml væske x koncentration (eks. 10 ml x 12 mg om ugen = 120 / 7 dage = 17 mg).

Udfyld venligst også næste side!

Basisskema (bagside)

6. Hvor mange gange har du inden for de seneste 10 år været røgfri i mindst 14 dage?

- Ingen
 1-3 gange
 Mere end 3 gange

Hvis du har været røgfri, hvad var da din længste røgfrie periode?

måneder
 og uger

7. Har nogle af følgende personer opfordret dig til rygeophør inden for det seneste år?

Sæt gerne flere krydser!

- Praktiserende læge
 Læge på sygehus
 Plejepersonale på sygehus
 Jordemoder
 Tandlæge
 Andet sundhedspersonale
 Apotekspersonale
 Kommune / Stoplinien
 Ingen af ovenstående

8. Hvad er din erhvervmæssige stilling?

Sæt kryds i én af kasserne!

I arbejde:

- Selvstændig erhvervsdrivende (inkl. medhjælpende ægtefælle)
 Funktionær eller tjenestemand
 Faglært arbejder
 Specialarbejder eller ufaglært arbejder
 Lærling/elev
 Anden beskæftigelse

Ikke i arbejde:

- Hjemmegående (husmoder)
 Førtidspensionist
 Pensionist (folkepension mv.)
 På efterløn/overgangsydelse
 Arbejdsløs/i aktivering
 På kontanthjælp
 Studerende, skoleelev
 På orlov (barselsorlov, uddannelsesorlov mv.)
 Andet: _____

9. Hvad er din højeste fuldførte uddannelse?

Sæt kryds i én af kasserne!

- Folkeskole
 Gymnasium, HF (inkl. HH, HTX)
 Et eller flere kortere kurser (specialarbejderkurser, arbejdsmarkedskurser mv.)
 Faglært inden for håndværk, handel, kontor mv. (lærling- eller EFG-uddannelse)
 Anden faglig uddannelse
 Kort videregående uddannelse, under 3 år (fx laborant, datamatiker, jordbrugsteknolog, tandplejer)
 Mellemlang videregående uddannelse, 3-4 år (fx folkeskolelærer, journalist, socialrådgiver, fysioterapeut)
 Lang videregående uddannelse, mere end 4 år (fx civilingeniør, cand.mag., læge, psykolog)
 Andet: _____

10. Bor du i:

- Ejerbolig
 Andelsbolig
 Lejebolig
 Andet: _____

11. Må din rådgiver eller en ekstern konsulent kontakte dig senere for at høre, hvordan det går?

Nej Ja

Skemaet afleveres til rådgiveren. Tak for hjælpen!