

Heaviness of Smoking Index (HSI)

Punkte

1. On the days that you smoke, how soon after you wake up do you have your first cigarette?

# Within 5 minutes	Meine erste Zigarette rauche ich innerhalb von 5 Minuten nach dem Aufstehen	3
# 6- 30 minutes	nach 6 bis 30 Minuten	2
# 31-60 minutes	nach 31 bis 60 Minuten	1
# After 60 minutes	nach > 60 Minuten	0

2. How many cigarettes do you typically smoke per day?

# 10 or fewer	Pro Tag rauche ich 10 Zigaretten oder weniger	0
# 11-20	11-20 Zigaretten	1
# 21-30	21-30 Zigaretten	2
# 31 or more	≥ 31 Zigaretten	3

SCORING:

Punktesumme

0-2: low addiction

0-2: geringe Abhängigkeit

3-4: moderate addiction

3-4: mittlere Abhängigkeit

5-6: high addiction

5-6: hohe Abhängigkeit