

Basisskema for unge

Brug venligst blokbogstaver:

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

Fornavn: _____ Mellemlavn: _____ Efternavn: _____

Privatadresse: _____ Postnr.: _____ By: _____

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

1.a Bruger du?

Nej: Ja,:

- cigaretter, pibe og lign.
- snus/nikotinposer/tyggetobak
- e-cigaret/vapes
- opvarmet tobak
- vandpibe
- andet: _____

1.b Hvor ofte?

- dagligt ugentligt månedligt
- dagligt ugentligt månedligt
- dagligt ugentligt månedligt
- dagligt ugentligt månedligt
- dagligt ugentligt månedligt
- dagligt ugentligt månedligt

1.c Hvor længe?

- år og måneder
- år og måneder
- år og måneder
- år og måneder
- år og måneder
- år og måneder

2. Bor du sammen med en ryger?

 Nej Ja

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

 Nej Ja Hvis ja: Forældre Kæreste/ægtefælle Bofælle(r)

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

 Nej Ja Hvis ja: Egne/partners børn Søskende Bofælle(r)

5. Udfyldes af daglige brugere (sæt ét kryds for hvert underspørgsmål!)

Point

a. Hvor lang tid går der, fra du vågner, til du bruger tobak/nikotin?

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

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

- Ja 1
- Nej 0

c. Hvad er sværest at undvære?

- Den om morgenen 1
- En anden 0

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

Angiv antal:

- cigaretter
- cigarillos
- snus/nikotinposer
- tyggetobak
- e-cigaretter/vapes
- opvarmet tobak
- vandpibe
- andet

Nikotinoptag:

- 1 cigaret = 1 mg
- 1 cigarillo = 1 mg
- 1 snus <10 mg konc.¹ = 1 mg
- 1 nikotinpose <5 mg konc.² = 1 mg
- 1 tyggetobak <10 mg konc.¹ = 1 mg
- 1 ml e-cigaretvæske
20 mg/ml konc.³ = 15 mg
- 1 opvarmet tobak = 1 mg
- 1 vandpibe⁴ = 10-20 mg
- Andet beregnes af rådgiveren

Nikotinoptag i mg

(omregn efter tabellen):

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

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

- Ja 1
- Nej 0

f. Bruger du tobak/nikotin, når du er syg eller sengeliggende?

- Ja 1
- Nej 0

Læg de markerede tal sammen og skriv summen her:

Tabellen viser det gennemsnitlige nikotinoptag (brug gerne hjælpeberegneren på hjemmesiden)

¹ ≥10 mg konc.: x 2, ≥20 mg konc.: x 3 osv.³ ca. 75 % optages² ≥5 mg konc.: x 2, ≥10 mg konc.: x 3 osv.⁴ Deles med antal brugere

Udfyld venligst også næste side!

Basisskema for unge (bagside)

Stopenhed (nr.): Kursusnr.:

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

- Ingen
 1-3 gange
 Mere end 3 gange

Hvis du har stoppet helt, hvad var da din længste periode?

og måneder
og uger

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

Sæt gerne flere krydser!

- | | |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> Familiemedlem | <input type="checkbox"/> Læge / andet sundhedspersonale |
| <input type="checkbox"/> Lærer / underviser | <input type="checkbox"/> Tandlæge |
| <input type="checkbox"/> Træner / klubmedarbejder | <input type="checkbox"/> Apotekspersonale |
| <input type="checkbox"/> Venner / kæreste | <input type="checkbox"/> Kommune / Stoplinien |
| <input type="checkbox"/> Ingen af ovenstående | <input type="checkbox"/> Andre: _____ |

8. Hvad laver du?

Sæt kryds i én af kasserne!

- | | |
|---|--|
| <input type="checkbox"/> Elev, lærling eller studerende | <input type="checkbox"/> Førtidspensionist |
| <input type="checkbox"/> Lønmodtager | <input type="checkbox"/> Arbejdsløs / i aktivering / på kontanthjælp |
| <input type="checkbox"/> Selvstændig erhvervsdrivende | <input type="checkbox"/> På orlov (barselsorlov, uddannelsesorlov mv.) |
| <input type="checkbox"/> Andet arbejde | <input type="checkbox"/> Andet: _____ |
| <input type="checkbox"/> Hjemmegående (uden indtægt) | |

9. Hvad er din højeste fuldførte uddannelse?

Sæt kryds i én af kasserne!

- Ingen, endnu ikke afsluttet folkeskolen
 Folkeskole

Ungdomsuddannelser og erhvervsuddannelser

- | | |
|--|--|
| <input type="checkbox"/> Gymnasial ungdomsuddannelse | (fx STX, EUX, HF, HH, HHX, HTX mv.) |
| <input type="checkbox"/> Et eller flere kortere kurser | (fx specialarbejderkurser, truckfører, portør mv.) |
| <input type="checkbox"/> Erhvervsfaglig uddannelse | (fx erhvervsuddannelser, handel og kontor, sosu-assistent mv.) |
| <input type="checkbox"/> Anden faglig uddannelse | (fx sosu-hjælper, lægesekretær mv.) |

Videregående uddannelser

- | | |
|-------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> Kort | (op til 3 år; fx laborant, installatør, datamatiker) |
| <input type="checkbox"/> Mellemlang | (3-4 år; fx folkeskolelærer, sygeplejerske, socialrådgiver) |
| <input type="checkbox"/> Lang | (mere end 4 år; fx civilingeniør, gymnasielærer, læge) |

 Andet: _____

10. Bor du i:

Sæt kryds i en af kasserne!

- | | |
|--------------------------------------|---|
| <input type="checkbox"/> Ejerbolig | <input type="checkbox"/> Ved ikke |
| <input type="checkbox"/> Andelsbolig | <input type="checkbox"/> Andet: _____ |
| <input type="checkbox"/> Lejebolig | (fx efterskole, kollegium, institution mv.) |