

ファガストロームのニコチン依存度テスト

Table with 5 columns: 質問, 0点, 1点, 2点, 3点. Rows include questions about smoking frequency, difficulty of quitting, and nicotine dependence.

※6項目の合計点で判定します

Table with 3 columns: 合計点, 依存度, アドバイス. Rows show score ranges (0-3, 4-6, 7-10) and corresponding advice on quitting smoking.

④禁煙開始日を定める。元日や誕生日、特別な記念日を開始日にする...

⑤ニコチン依存度テスト(表を参考に、依り一日)から入りましょう...

◆毎週月曜連載 桐生大学・桐生大学短期大学部副学長の山科章さんは、同大学医療保健学部の学生などに講義も開講している。

④7 そろそろ禁煙しませんか



桐生大学 桐生大学短期大学部副学長 山科 章

【プロフィール】広島県生まれ。1976年広島大学医学部卒業後、聖路加国際病院内科勤務...

これまで8回にわたってたばこの健康被害について紹介しました。「禁煙しよう」ある...

保健・福祉

Table showing infection statistics for various diseases in Gunma Prefecture, including Influenza, COVID-19, and others.

群馬県の感染症サーベイランス (1月17日、23日)

冬枯れの芝生の中に、緑の雑草が寒さに負けじと芽吹いてきました...

はやってる病気は?

とにより、重症化のリスクは大幅に低減されています。3回目の接種を受けることで...

広告 「STOP! 突然死」——。桐生タイムス 心臓蘇生・AED事業 協賛各社

Large advertisement for AED installation and various local services including 'Me no Kyou', 'Darwin', 'Sports Club Yamakura', and 'Tatsukichi'.