

VERSI 17-PERKARA BAGI SKALA PENDERITAAN PESAKIT DIABETES

ARAHAN : Hidup berpenyakit kencing manis kadangkala menyusahkan. Terdapat pelbagai masalah dan gangguan berkaitan penyakit kencing manis yang mungkin timbul. Tahap masalahnya mungkin sangat berbeza, iaitu daripada gangguan kecil hingga membawa kesengsaraan teruk. Di bawah ini, tersenarai 17 perkara yang mungkin dialami oleh pesakit kencing manis. Pertimbangkan tahap gangguan bagi setiap 17 perkara tersebut sepanjang **BULAN LEPAS** dan bulatkan nombor yang sesuai.

Sila ambil perhatian bahawa kami memerlukan anda untuk memberitahu tahap gangguan setiap perkara yang mungkin berlaku dalam kehidupan anda, **BUKAN** samada perkara itu benar-benar berlaku pada diri anda atau tidak. Jika anda berasa bahawa perkara tersebut bukan gangguan atau masalah untuk anda, bulatkan "1". Jika perkara itu sangat mengganggu hidup anda, bulatkan "6".

No.	Masalah-masalah	Bukan Masalah	Masalah Kecil	Masalah Sederhana	Masalah Agak Serius	Masalah Serius	Masalah Sangat Serius
1.	Berasa bahawa doktor saya tidak cukup mengetahui penyakit kencing manis dan cara menanganinya.	1	2	3	4	5	6
2.	Berasa bahawa kerana penyakit kencing manis, saya kehilangan terlalu banyak tenaga mental dan fizikal setiap hari.	1	2	3	4	5	6
3.	Tidak berasa yakin dengan keupayaan saya untuk mengendalikan penyakit kencing manis setiap hari.	1	2	3	4	5	6
4.	Berasa marah, takut dan/atau tertekan apabila saya memikirkan hidup dengan penyakit kencing manis.	1	2	3	4	5	6
5.	Berasa bahawa doktor saya tidak memberikan arahan yang cukup jelas tentang cara mengendalikan penyakit kencing manis saya.	1	2	3	4	5	6
6.	Berasa bahawa saya tidak menguji kandungan gula dalam darah dengan cukup kerap.	1	2	3	4	5	6
7.	Berasa bahawa saya akan mengalami komplikasi jangka panjang yang serius, tidak kira apa-apa pun yang saya lakukan.	1	2	3	4	5	6
8.	Berasa bahawa saya sering gagal dengan rutin pengawalan penyakit kencing manis saya.	1	2	3	4	5	6

9.	Berasa bahawa rakan atau keluarga tidak memberikan sokongan secukupnya dalam usaha penjagaan diri (misalnya merancang aktiviti yang bercanggah dengan jadual saya, menggalakkan saya untuk makan makanan yang "salah").	1	2	3	4	5	6
10.	Berasa bahawa penyakit kencing manis mengawal hidup saya.	1	2	3	4	5	6
11.	Berasa bahawa doktor saya tidak memberikan perhatian yang cukup serius terhadap kebimbangan saya.	1	2	3	4	5	6
12.	Berasa bahawa saya tidak mematuhi pelan pemakanan yang baik sepenuhnya.	1	2	3	4	5	6
13.	Berasa bahawa rakan atau keluarga tidak dapat memahami kesengsaraan hidup yang mungkin dialami oleh penghidap kencing manis.	1	2	3	4	5	6
14.	Berasa terbeban untuk menjalani hidup dengan berpenyakit kencing manis.	1	2	3	4	5	6
15.	Berasa bahawa saya tidak mempunyai doktor yang dapat ditemui dengan kerap untuk berbincang tentang penyakit kencing manis saya.	1	2	3	4	5	6
16.	Berasa tidak bermotivasi untuk terus mengurus penyakit kencing manis dengan sendiri.	1	2	3	4	5	6
17.	Berasa bahawa rakan atau keluarga tidak memberi saya sokongan emosi yang diingini.	1	2	3	4	5	6