

1. 당뇨 관련 스트레스 측정 도구

당뇨환자가 자신의 치료과정이나 질병경험에서 느끼는 스트레스 정도로 Polonsky 등(2005)이 개발한 Diabetes Distress Scale 을 최은진(2007)이 번역한 도구로 측정할 점수를 말하며, 심리적 부담감 5 문항, 의료진 관련 스트레스 4 문항, 치료 관련 스트레스 5 문항, 대인관계 관련 스트레스 3 문항으로 구성된 총 17 문항, Likert 5 점 척도로 각 문항마다 지난 1 달 동안 스트레스를 느낀 빈도에 따라 전혀 ‘그렇지 않다’ 1 점에서 ‘항상 그렇다’ 5 점까지 표시하도록 되어 있다. 가능한 점수는 17-85 점이며 점수가 높을수록 스트레스 정도가 높은 것을 의미한다. 귀하는 지난 1 달 동안 다음 항목과 같은 느낌을 얼마나 자주 느끼셨는지 표시해 주십시오.

항 목	항상 그렇다	자주 그렇다	가끔씩 그렇다	거의 그렇지 않다	전혀 그렇지 않다
1. 당뇨병은 매일 나의 정신적 육체적 에너지를 너무 많이 소진시키다.					
2. 나의 의료진들은 당뇨병과 당뇨 관리방법에 대해 잘 모르는 것 같다.					
3. 내가 당뇨병과 평생 살아야 할 것을 생각하면 화가 나고 우울하며 두렵다.					
4. 나의 의료진들은 내게 당뇨병을 관리하는 방법에 대해 충분한 정보를 주지 않는다.					
5. 나는 필요한 만큼 자가 혈당 검사를 자주 하지 않는다.					
6. 나는 나의 당뇨병 관리(약복용, 식사 및 운동요법 실시 등)에 종종 실패하고 있다.					
7. 나는 가족이나 친구들로부터 내가 당뇨병을 잘 관리할 수 있도록 충분한 지지를 받고 있지 않는 것 같다.					
8. 당뇨병이 나의 삶을 지배하고 있는 것 같다.					
9. 나의 의료진들은 나의 근심이나 걱정을 진심으로 취급하지 않는다.					

10. 나의 일상생활에서 당뇨병을 관리할 나의 능력에 대해 자신감이 없다.					
11. 내가 무엇을 하든지 간에 나는 심각한 당뇨합병증으로 일생을 마감할 것이다.					
항 목	항상 그렇다	자주 그렇다	가끔씩 그렇다	거의 그렇지 않다	전혀 그렇지 않다
12. 나는 당뇨환자들에게 권장되는 당뇨식을 충분히 지키지 못하고 있다.					
13. 가족과 친구들은 당뇨병을 갖고 살아가는 것이 얼마나 어려운지 이해해주지 못한다.					
14. 당뇨병을 관리하기 위해 지켜야 하는 많은 요구나 지시사항에 의해 압도당하는 기분이다.					
15. 나에게는 나의 당뇨병에 대해 규칙적으로 만나 상담할 수 있는 의료진이 없다.					
16. 나에게는 스스로 당뇨병 관리를 계속 잘하도록 하는 동기가 부족하다.					
17. 나는 가족이나 친구들로부터 내가 원하는 만큼의 정서적 지지를 받지 못한다.					