

Stupnice obtíží při cukrovce (DDS)

POKYNY: Život s cukrovkou může být občas náročný. Může nastat mnoho problémů a těžkostí souvisejících s cukrovkou a jejich závažnost se může velmi lišit. Škála potíží může sahát od méně závažných nepříjemností po zásadní životní obtíže. Níže je uvedeno 17 možných oblastí, kde se lidé s cukrovkou mohou setkat s potížemi. Posuďte, do jaké míry vás každá z uvedených 17 položek BĚHEM UPLYNULÉHO MĚSÍCE mohla vyvádět z rovnováhy nebo obtěžovat, a zakroužkujte odpovídající číslo.

Veďte prosím na vědomí, že vás žádáme, abyste označil/a míru, do jaké vás každá položka v životě případně obtěžuje, NIKOLIV jestli se vás daná položka pouze týká. Pokud máte pocit, že pro vás daná položka nepředstavuje žádnou potíž nebo problém, zakroužkujte „1“. Pokud vás velmi obtěžuje, zakroužkujte „6“.

	Není problém	Mírný problém	Středně závažný problém	Poněkud závažný problém	Závažný problém	Velmi závažný problém
1. Pocit, že můj lékař toho o cukrovce a péči věnované tomuto onemocnění neví dost.	1	2	3	4	5	6
2. Pocit, že mi cukrovka každý den ubírá příliš mnoho mentální a fyzické energie.	1	2	3	4	5	6
3. Pocit nejistoty, zda dokážu každodenně svoji cukrovku zvládat.	1	2	3	4	5	6
4. Pocit zloby, strachu a/nebo sklíčenosti, když přemýšlím o svém životě s cukrovkou.	1	2	3	4	5	6
5. Pocit, že mi můj lékař nedává dostatečně jasné pokyny, jak mám svoji cukrovku zvládat.	1	2	3	4	5	6
6. Pocit, že si dostatečně často nekontroluji hladinu cukrů v krvi.	1	2	3	4	5	6
7. Pocit, že ať dělám, co dělám, stejně skončím se závažnými dlouhodobými komplikacemi.	1	2	3	4	5	6
8. Pocit, že často nedělám své navyké činnosti v souvislosti s cukrovkou tak, jak bych měl/a.	1	2	3	4	5	6

	Není problém	Mírný problém	Středně závažný problém	Poněkud závažný problém	Závažný problém	Velmi závažný problém
9. Pocit, že přátelé nebo rodina mi nejsou v mém úsilí o sebe pečovat dostatečnou oporou (např. plánují činnosti, které jsou v rozporu s mým rozvrhem, vybízejí mě, abych jedl/a „špatné“ potraviny).	1	2	3	4	5	6
10. Pocit, že cukrovka ovládá můj život.	1	2	3	4	5	6
11. Pocit, že můj lékař nebere mé obavy dostatečně vážně.	1	2	3	4	5	6
12. Pocit, že dostatečně nedodržuji plán dobrého stravování.	1	2	3	4	5	6
13. Pocit, že přátelé nebo rodina dostatečně nechápou, jak těžký může život s cukrovkou být.	1	2	3	4	5	6
14. Pocit, že jsem bezmocný vůči nárokům života s cukrovkou.	1	2	3	4	5	6
15. Pocit, že nemám lékaře, kterého bych mohl/a dostatečně pravidelně kvůli své cukrovce navštěvovat.	1	2	3	4	5	6
16. Pocit, že nejsem motivovaný/á nadále sám/sama zvládat cukrovku.	1	2	3	4	5	6
17. Pocit, že mi přátelé nebo rodina neposkytují emoční podporu, kterou bych si přál/a.	1	2	3	4	5	6