

### Échelle de la détresse liée au diabète (DDS)

**INSTRUCTIONS:** Vivre avec le diabète peut parfois se révéler difficile. De nombreux problèmes et ennuis liés au diabète peuvent se présenter et leur gravité varie énormément. Ceux-ci peuvent aller des petits ennuis aux difficultés importantes dans la vie de tous les jours. Vous trouverez ci-dessous une liste de 17 domaines dans lesquels les personnes souffrant de diabète sont susceptibles de rencontrer des problèmes. Veuillez évaluer à quel point chacune de ces 17 situations vous a affecté(e) ou ennuyé(e) AU COURS DES 30 DERNIERS JOURS et entourez le chiffre qui y correspond.

Nous vous demandons d'indiquer le degré auquel chaque proposition vous a dérangé(e) dans votre vie quotidienne, et PAS UNIQUEMENT si vous êtes concerné(e) ou pas par la situation. Si vous estimez qu'une situation ne vous affecte pas ou qu'elle ne représente pas un problème pour vous, entourez le "1". Si elle vous affecte énormément, entourez le "6".

	Pas un problème	Un léger problème	Un problème moyen	Un problème plutôt grave	Un problème grave	Un problème très grave
1. J'ai le sentiment que mon médecin n'en sait pas assez sur le diabète et les soins qu'il requiert.	1	2	3	4	5	6
2. J'ai le sentiment que le diabète me prend trop d'énergie mentale et physique au quotidien.	1	2	3	4	5	6
3. Je ne me sens pas confiant quant à mon aptitude à gérer mon diabète au quotidien.	1	2	3	4	5	6
4. Je me sens en colère, effrayé(e) et/ou déprimé(e) lorsque je pense à ma vie avec le diabète.	1	2	3	4	5	6
5. J'ai le sentiment que mon médecin ne me donne pas d'indications suffisamment claires sur la façon de gérer mon diabète.	1	2	3	4	5	6
6. J'ai le sentiment que je ne mesure pas assez souvent ma glycémie.	1	2	3	4	5	6
7. J'ai le sentiment que j'aurai de graves complications à long terme, peu importe ce que je fais.	1	2	3	4	5	6
8. J'ai le sentiment que je n'arrive pas souvent à suivre mon programme de soins concernant mon diabète.	1	2	3	4	5	6

	<b>Pas un problème</b>	<b>Un léger problème</b>	<b>Un problème moyen</b>	<b>Un problème plutôt grave</b>	<b>Un problème grave</b>	<b>Un problème très grave</b>
9. J'ai le sentiment que mes amis ou ma famille ne me soutiennent pas assez dans mes efforts pour me soigner (p. ex. en organisant des activités qui vont à l'encontre de mon programme, en m'encourageant à manger les "mauvais" aliments).	1	2	3	4	5	6
10. J'ai le sentiment que le diabète contrôle ma vie.	1	2	3	4	5	6
11. J'ai le sentiment que mon médecin ne prend pas mes inquiétudes assez au sérieux.	1	2	3	4	5	6
12. J'ai le sentiment que je ne suis pas assez rigoureusement un programme alimentaire adapté.	1	2	3	4	5	6
13. J'ai le sentiment que mes amis ou ma famille ne se rendent pas compte à quel point il peut être difficile de vivre avec le diabète.	1	2	3	4	5	6
14. J'ai le sentiment que je suis dépassé(e) par les exigences liées à la vie avec le diabète.	1	2	3	4	5	6
15. J'ai le sentiment que je n'ai pas de médecin que je peux consulter de manière suffisamment régulière concernant mon diabète.	1	2	3	4	5	6
16. Je ne me sens pas motivé(e) à gérer moi-même mon diabète.	1	2	3	4	5	6
17. J'ai le sentiment que mes amis ou ma famille ne m'apportent pas le soutien émotionnel que je souhaiterais.	1	2	3	4	5	6