

## DIABETO DISTRESO SKALĖ

Tiriamąjį asmens inicialai: \_\_\_\_\_.

{traukimo į tyrimą kodas: \_\_\_\_\_.

Tyrimo data: \_\_\_\_\_.

Problema	Nedidelė problema		Vidutinė problema		Didelė problema		
	1	2	3	4	5	6	
1. Man atrodo, kad diabetas atima iš manęs per daug fizinių ir psichologinių jėgų kiekvieną dieną.	1	2	3	4	5	6	A
2. Man atrodo, kad mano gydytojas nežino pakankamai apie diabetą ir su juo susijusią slaugą.	1	2	3	4	5	6	B
3. Aš jaučiuosi piktas, išsigandęs ir/ar depresiškas, kai pagalvoju apie savo gyvenimą su diabetu.	1	2	3	4	5	6	A
4. Man atrodo, kad mano gydytojas nesuteikia man pakankamai aiškių nurodymų, kaip man rūpintis savimi dėl diabeto.	1	2	3	4	5	6	B
5. Man atrodo, kad aš nepakankamai dažnai matuoju savo cukraus kiekį kraujyje.	1	2	3	4	5	6	C
6. Man atrodo, kad man dažnai nepavyksta laikytis režimo, kuris būtinas, sergant diabetu.	1	2	3	4	5	6	C
7. Man atrodo, kad draugai ir šeimos nariai nepakankamai remia mano pastangas rūpintis savimi, kurios būtinos sergant diabetu.	1	2	3	4	5	6	D
8. Man atrodo, kad diabetas valdo mano gyvenimą.	1	2	3	4	5	6	A
9. Man atrodo, kad mano gydytojas nepakankamai rimtai atsižvelgia į mano nusiskundimus.	1	2	3	4	5	6	B
10. Aš nesijaučiu pakankamai sugebantis kiekvieną dieną tvarkytis su diabetu.	1	2	3	4	5	6	C
11. Man atrodo, kad man gresia rimtos ilgalaikės komplikacijos, nesvarbu kaip aš savimi besirūpinčiau.	1	2	3	4	5	6	A
12. Man atrodo, kad aš nepakankamai gerai laikausi savo maitinimosi plano.	1	2	3	4	5	6	C
13. Man atrodo, kad draugai ir šeimos nariai nepakankamai įvertina, kaip sunku gali būti sergant diabetu.	1	2	3	4	5	6	D
14. Jaučiuosi išsekintas specialiųjų poreikių, reikalingų sergant diabetu.	1	2	3	4	5	6	A
15. Man atrodo, kad man reikėtų turėti (bet aš jo neturiu) tokį gydytoją, kuris galėtų pastoviai man padėti spręsti su diabetu susijusias problemas.	1	2	3	4	5	6	B
16. Nesijaučiu motyvuotas laikytis specialaus režimo ir gyvenimo būdo, reikalingo diabeto kontrolei.	1	2	3	4	5	6	C
17. Jaučiu, kad draugai ir šeimos nariai nepakankamai emociškai mane palaiko.	1	2	3	4	5	6	D

