

SCALA PENTRU ATITUDINI ȘI COMPORTAMENTE ÎN HIPOGLICEMIE

INSTRUCȚIUNI: La fiecare din întrebările de mai jos, bifați căsuța care descrie cel mai bine cât de mult sunteți de acord sau nu sunteți de acord cu faptul că acea afirmație reprezintă simțămintele dumneavoastră despre hipoglicemie (nivel scăzut al zahărului în sânge).

	Dezacord puternic	Dezacord	Neutru	Acord	Acord puternic
1. Pentru a evita să am probleme grave cu hipoglicemia, am tendința să îmi mențin glicemia la niveluri mai mari decât ar trebui, probabil.					
2. Mă îngrozește gândul că aș putea să leșin în public din cauza unei crize de hipoglicemie.					
3. Imediat ce mi se pare că încep să am semne de hipoglicemie, iau repede măsuri pentru a-mi ridica glicemia fără să mă mai deranjez să fac testul.					
4. Am încredere că pot să evit să am probleme grave cu hipoglicemia în timp ce conduc vehicule.					
5. Nu plec de acasă decât dacă am cu mine, din abundență, provizii de urgență pentru a-mi ridica glicemia.					
6. Am încredere că pot să evit să am probleme grave din cauza hipoglicemiei când sunt singur(ă).					
7. Am petrecut atât de mult timp gândindu-mă cu îngrijorare la posibilitatea unei crize de hipoglicemie, încât îmi este greu să mă mai simt fericit(ă) vreodată.					
8. Am încredere că pot să fiu atent(ă) și să iau măsuri de răspuns la apariția hipoglicemiei înainte ca glicemia să îmi scadă prea mult.					
9. Mă îngrozește gândul că aș putea să mă rănesc sau să rănesc pe altcineva din cauza unei crize de hipoglicemie.					
10. Pentru a evita să am probleme grave din cauza hipoglicemiei, mănânc și beau mult mai des decât aș avea nevoie de fapt.					
11. Am încredere că pot să evit să am probleme grave cu hipoglicemia în timp ce fac efort fizic.					

12. Pentru a evita să am probleme grave din cauza hipoglicemiei, stau pe aproape de casă mai mult decât mi-aș dori de fapt.					
13. Dacă mi se pare că glicemia mea este prea mică, încep să mănânc și tot mănânc și nu mă opresc până când nu mă simt mai bine.					
14. Am încredere că pot să evit să am probleme grave cu hipoglicemia în timp ce sunt în public.					