

LESTVICA VEDENJA IN RAVNANJA OB POJAVU HIPOGLIKEMIJE (HABS)

NAVODILA: pri vsaki od spodnjih postavk označite polje, ki najbolje označuje, v kakšni meri se strinjate ali ne strinjate z vsako izjavo, tako da bo vaš odgovor najbolj ustrezal vašemu trenutnemu občutku glede hipoglikemije (nizkega krvnega sladkorja).

	sploh se ne strinjam	ne strinjam se	sem neoprede- ljen(a)	strinjam se	povsem se strinjam
1. Svoj krvni sladkor poskušam ohranjati nekoliko višje, kot bi verjetno moral biti, da bi se izognil(a) hudim težavam zaradi nizkega krvnega sladkorja.					
2. Bojim se, da bi lahko zaradi epizode nizkega krvnega sladkorja omedlel(a) v javnosti.					
3. Kadar se počutim »čudno«, hitro ukrepam, da si dvignem krvni sladkor, ne da bi se ukvarjal(a) z merjenjem.					
4. Prepričan(a) sem, da sem med vožnjo lahko varen(-na) pred hudimi težavami z nizkim krvnim sladkorjem.					
5. Nikoli ne bi odšel(-la) od doma, če s seboj ne bi imel(a) obilne zaloge za dvig krvnega sladkorja v nujnem primeru.					
6. Prepričan(a) sem, da se lahko izognem hudim težavam zaradi nizkega krvnega sladkorja, medtem ko sem sam(a).					
7. Možnost epizode nizkega krvnega sladkorja mi povzroča takšne skrbi, da se težko kdaj zares veselim.					
8. Prepričan(a) sem, da lahko zaznam in se odzovem na nizek krvni sladkor, še preden mi ta preveč pade.					
9. Zelo se bojim, da bi lahko zaradi epizode nizkega krvnega sladkorja poškodoval(a) sebe ali koga drugega.					
10. Da bi se izognil(a) hudim težavam zaradi nizkega krvnega sladkorja, jem in pijem veliko pogosteje, kot bi res moral(a).					
11. Prepričan(a) sem, da sem med telesnimi aktivnostmi lahko varen(-na) pred hudimi težavami z nizkim krvnim sladkorjem.					

12. Da bi se izognil(a) hudim težavam zaradi nizkega krvnega sladkorja, blizu doma ostajam pogosteje, kot bi si želel(a).					
13. Če se mi zdi, da je moj krvni sladkor nizek, kar jem in jem in ne preneham, dokler se ne počutim bolje.					
14. Prepričan(a) sem, da lahko tudi zdoma ostanem varen(-na) pred hudimi težavami z nizkim krvnim sladkorjem.					