

Skala niedogodności spowodowanych przez cukrzycę (DDS)

INSTRUKCJE: Życie z cukrzycą może być czasami trudne. Może pojawić się wiele problemów i niedogodności związanych z cukrzycą, które mogą znacząco różnić się stopniem natężenia. Problemy te mogą przybierać formę od drobnych niedogodności po poważne życiowe utrudnienia. Poniżej wymieniono 17 potencjalnych problemów, na które mogą natrafić osoby cierpiące na cukrzycę. Proszę zastanowić się, w jakim stopniu każdy z 17 wymienionych czynników mógł Państwa denerwować lub Państwu dokuczać W CIĄGU OSTATNIEGO MIESIĄCA i zakreślić odpowiednią cyfrę.

Proszę wziąć pod uwagę to, że prosimy o wykazanie, w jakim stopniu dany czynnik może Państwu dokuczać w życiu, a NIE czy dany problem w ogóle Państwa dotyczy. Jeżeli mają Państwo wrażenie, że dany czynnik nie jest dla Państwa kłopotliwy ani problematyczny, proszę zakreślić „1”. Jeżeli dany czynnik jest dla Państwa bardzo dokuczliwy, proszę zakreślić „6”.

	Nie jest to problem	Mało znaczący problem	Umiarkowany problem	Dość poważny problem	Poważny problem	Bardzo poważny problem
1. Wrażenie, że mój lekarz nie wie wystarczająco dużo na temat cukrzycy i jej leczenia.	1	2	3	4	5	6
2. Wrażenie, że każdego dnia cukrzyca zabiera mi zbyt dużo energii psychicznej i fizycznej.	1	2	3	4	5	6
3. Brak poczucia pewności jeżeli chodzi o możliwość codziennego radzenia sobie z cukrzycą.	1	2	3	4	5	6
4. Uczucie złości, strachu i/lub przygnębienia podczas myślenia o życiu z cukrzycą.	1	2	3	4	5	6
5. Wrażenie, że mój lekarz nie udziela mi wystarczająco jasnych wskazówek dotyczących radzenia sobie z cukrzycą.	1	2	3	4	5	6
6. Wrażenie, że niewystarczająco często badam poziom cukru we krwi.	1	2	3	4	5	6
7. Wrażenie, że niezależnie od tego co zrobię, ostatecznie będę cierpieć na poważne, długotrwałe powikłania.	1	2	3	4	5	6
8. Wrażenie, że często nie radzę sobie, tak jak powinienem/powinnam z codziennym radzeniem sobie z cukrzycą.	1	2	3	4	5	6

	Nie jest to problem	Mało znaczący problem	Umiarkowany problem	Dość poważny problem	Poważny problem	Bardzo poważny problem
9. Wrażenie, że znajomi lub rodzina nie wspierają mnie wystarczająco w wysiłkach związanych z dbaniem o siebie (np. planują czynności, które zaburzają mój plan leczenia, zachęcają mnie do jedzenia „złych” posiłków).	1	2	3	4	5	6
10. Wrażenie, że cukrzyca przejmuję kontrolę nad moim życiem.	1	2	3	4	5	6
11. Wrażenie, że mój lekarz nie traktuje wystarczająco poważnie moich obaw.	1	2	3	4	5	6
12. Wrażenie, że nie trzymam się wystarczająco ściśle właściwego planu żywieniowego.	1	2	3	4	5	6
13. Wrażenie, że moi znajomi lub rodzina nie rozumieją tego, jak trudne może być życie z cukrzycą.	1	2	3	4	5	6
14. Wrażenie bycia przytłoczonym/ą wymaganiami związanymi z życiem z cukrzycą.	1	2	3	4	5	6
15. Wrażenie, że nie mam lekarza, z którym mogę się wystarczająco często konsultować w kwestii cukrzycy.	1	2	3	4	5	6
16. Wrażenie braku motywacji do kontynuowania samodzielnego radzenia sobie z cukrzycą.	1	2	3	4	5	6
17. Wrażenie, że moi znajomi lub rodzina nie udzielają mi takiego wsparcia emocjonalnego, jakiego potrzebuję.	1	2	3	4	5	6