

## SKALA ZU EINSTELLUNG UND VERHALTEN BEI HYPOGLYKÄMIE (HABS)

**ANWEISUNGEN:** Bitte kreuzen Sie bei jeder der nachfolgenden Aussagen an, in welchem Masse Sie dieser zustimmen oder diese ablehnen, ausgehend von Ihrem derzeitigen Empfinden der Hypoglykämie (Unterzuckerung).

	Stimme überhaupt nicht zu	Stimme nicht zu	Neutral	Stimme zu	Stimme völlig zu
1. Um ernsthafte Probleme mit Unterzuckerung zu vermeiden, tendiere ich dazu, meinen Blutzuckerspiegel höher zu halten, als ich wahrscheinlich sollte.					
2. Ich habe Angst, dass ich in der Öffentlichkeit aufgrund einer Episode von Unterzuckerung in Ohnmacht fallen könnte.					
3. Ohne überhaupt erst zu testen, reagiere ich schnell beim ersten Anzeichen eines «komischen» Gefühls, um meinen Blutzuckerspiegel zu erhöhen.					
4. Ich bin sicher, dass keine ernsthaften Probleme mit Unterzuckerung auftreten können, während ich Auto fahre.					
5. Ohne ausreichende Notrationen zur Erhöhung meines Blutzuckerspiegels bei mir zu haben, würde ich nicht aus dem Haus gehen.					
6. Ich bin sicher, dass ich ernsthafte Probleme aufgrund von Unterzuckerung vermeiden kann, wenn ich allein bin.					
7. Ich verbringe so viel Zeit damit, mir Sorgen über die Möglichkeit einer Episode von Unterzuckerung zu machen, dass es mir schwerfällt, mich je glücklich zu fühlen.					
8. Ich bin sicher, dass ich Unterzuckerung erkennen und darauf reagieren kann, bevor mein Blutzuckerspiegel zu stark absinkt.					
9. Ich habe Angst, dass ich bei einer Episode von Unterzuckerung mich selbst oder jemand anderes verletzen könnte.					
10. Um ernsthafte Probleme aufgrund von Unterzuckerung zu vermeiden, esse oder trinke ich weitaus häufiger als notwendig.					
11. Ich bin sicher, dass keine ernsthaften Probleme mit Unterzuckerung auftreten können, während ich Sport treibe.					

12. Um ernsthafte Probleme aufgrund von Unterzuckerung zu vermeiden, bleibe ich häufiger in der Nähe von zu Hause, als ich es eigentlich möchte.					
13. Wenn ich denke, mein Blutzuckerspiegel sei zu niedrig, esse und esse ich und höre erst dann wieder auf, wenn ich mich besser fühle.					
14. Ich bin sicher, dass keine ernsthaften Probleme mit Unterzuckerung auftreten können, während ich mich in der Öffentlichkeit aufhalte.					