

HİPOGLİSEMİ TUTUM VE DAVRANIŞ ÖLÇEĞİ

ACIKLAMA: Aşağıdaki her bir madde, hipoglisemi (düşük kan şekeri) ile ilgili mevcut duygularınızla ilişkili olduğundan, her ifadeye ne kadar katılıp katılmadığınızı gösteren en uygun kutuyu işaretleyin.

	Kesinlikle Katılmıyorum	Katılmıyorum	Kararsızım	Katılıyorum	Kesinlikle Katılıyorum
1. Düşük kan şekeri kaynaklı ciddi problemler yaşamamak için kan şekeri normalden yüksek tutmaya çalışırım.	1	2	3	4	5
2. Düşük kan şekeri atağı nedeniyle toplum içinde bayılmaktan/kendimden geçmekten çok korkuyorum.	1	2	3	4	5
3. Kan şekeri düşeceğini hissettiğim an, ölçmeye gerek duymadan kan şekeri yükseltmek için hızla harekete geçerim.	1	2	3	4	5
4. Araba kullanırken, düşük kan şekeri kaynaklı ciddi problemler yaşamayacağım konusunda kendime güveniyorum.	1	2	3	4	5
5. Yanımda acil durumda kan şekeri yükseltmeye yetecek bir şeyler yoksa evden çıkmam.	1	2	3	4	5
6. Yalnızken, düşük kan şekeri kaynaklı ciddi problemler yaşamayacağım konusunda kendime güveniyorum.	1	2	3	4	5
7. Düşük kan şekeri atağı ihtimaline karşı sürekli endişe duymak kendimi mutlu hissetmemi zorlaştırır.	1	2	3	4	5
8. Kan şekeri çok düşmeden önce farkedip önlem alabileceğim konusunda kendime güveniyorum.	1	2	3	4	5
9. Düşük kan şekeri atağından dolayı kendime veya bir başkasına zarar verebileceğimden çok korkuyorum.	1	2	3	4	5
10. Düşük kan şekeri kaynaklı ciddi problemler yaşamamak için ihtiyacımdan daha sık ve fazla yiyip içerim.	1	2	3	4	5
11. Egzersiz yaparken, düşük kan şekeri kaynaklı ciddi problemler yaşamayacağım konusunda kendime güveniyorum.	1	2	3	4	5
12. Düşük kan şekeri kaynaklı ciddi problemler yaşamamak için istesem de evden fazla uzaklaşmam.	1	2	3	4	5
13. Kan şekeri çok düştüğünü düşünürsem, kendimi daha iyi hissedene kadar durmadan yerim.	1	2	3	4	5
14. Toplum içindeyken, düşük kan şekeri kaynaklı ciddi problemler yaşamayacağım konusunda kendime güveniyorum.	1	2	3	4	5

İşbu çeviri İngilizce orijinaline uygun olarak Türkçeye yapılmıştır. Yeminli tercüman **Larissa Batum**.

İşbu İngilizceden Türkçeye çevirinin dairemiz yeminli tercümanı Beylikdüzü Sanayi Sitesi, ofis 371 Kat: 1 Beykent - İstanbul'da mukim **Larissa Batum** tarafından yapıldığını onaylıyorum.



THE HYPOGLYCEMIC ATTITUDES AND BEHAVIOR SCALE

DIRECTIONS: For each item below, check the box that best indicates how much you agree or disagree with each statement as it pertains to your current feelings about hypoglycemia (low blood sugar).

	Strongly Disagree	Disagree	Neutral	Agree	Strongly Agree
1. To avoid serious problems with low blood sugar, I tend to keep my blood sugars higher than I probably should.	1	2	3	4	5
2. I am terrified that I might pass out in public due to a low blood sugar episode.	1	2	3	4	5
3. Without even bothering to test, I take quick action to raise my blood sugars at the first hint of any "funny" feelings.	1	2	3	4	5
4. I am confident that I can stay safe from serious problems with low blood sugar while driving.	1	2	3	4	5
5. If I don't have plenty of emergency supplies to raise my glucose with me, I won't leave my house.	1	2	3	4	5
6. I am confident that I can avoid serious problems due to low blood sugar when I'm alone.	1	2	3	4	5
7. I spend so much time worrying about the possibility of a low blood sugar episode that it makes it hard for me ever feel happy.	1	2	3	4	5
8. I am confident that I can catch and respond to low blood sugar before my blood sugars get too low.	1	2	3	4	5
9. I am terrified that I might injure myself or someone else because of a low blood sugar episode.	1	2	3	4	5
10. To avoid serious problems due to low blood sugar, I eat or drink a lot more often than I really need to.	1	2	3	4	5
11. I am confident that I can stay safe from serious problems with low blood sugar while exercising.	1	2	3	4	5
12. To avoid serious problems due to low blood sugar, I stay close to home more than I would	1	2	3	4	5

HABS 1.29.16 © William H. Polonsky & Lawrence Fisher



really like to.					
13. If I think my blood sugar is too low, I'll start eating and eating and I won't stop until I feel better.	1	2	3	4	5
14. I am confident that I can stay safe from serious problems with low blood sugar while out in public.	1	2	3	4	5

