

HYPOGLYCÉMIE - ÉCHELLE D'ATTITUDES ET DE COMPORTEMENTS (HABS)

INSTRUCTIONS : Pour chaque item ci-dessous, cochez la case qui indique le mieux dans quelle mesure vous êtes d'accord ou non avec chaque énoncé en ce qui concerne ce que vous ressentez actuellement vis-à-vis de l'hypoglycémie (faible taux de sucre dans le sang).

	Absolument pas d'accord	Pas d'accord	Ni d'accord ni pas d'accord	D'accord	Tout à fait d'accord
1. Pour éviter de graves problèmes liés à l'hypoglycémie, j'ai tendance à maintenir ma glycémie plus élevée que je ne le devrais probablement.					
2. Je suis terrifié(e) à l'idée que je pourrais m'évanouir en public à cause d'un épisode d'hypoglycémie.					
3. Sans même prendre le temps de me tester, j'agis rapidement pour faire remonter ma glycémie dès que je me sens « bizarre ».					
4. Je suis sûr(e) de pouvoir éviter les problèmes graves liés à l'hypoglycémie lorsque je conduis.					
5. Je ne sors pas de chez moi sans prendre une grande quantité de rations d'urgence pour faire remonter ma glycémie.					
6. Je suis sûr(e) de pouvoir éviter les problèmes graves liés à l'hypoglycémie lorsque je suis seul(e).					
7. Je passe tellement de temps à m'inquiéter de la possibilité d'un épisode d'hypoglycémie que j'ai du mal à être heureux(se).					
8. Je suis sûr(e) d'être en mesure de détecter une baisse de glycémie et de réagir avant que cette baisse ne soit trop importante.					
9. Je suis terrifié(e) à l'idée de me blesser ou de blesser quelqu'un d'autre à cause d'un épisode d'hypoglycémie.					
10. Pour éviter de graves problèmes liés à l'hypoglycémie, je mange ou je bois beaucoup plus souvent qu'il n'est réellement nécessaire.					
11. Je suis sûr(e) de pouvoir éviter les problèmes graves liés à l'hypoglycémie lorsque je fais de l'exercice.					

HABS 12.31.16 © Behavioral Diabetes Institute

12. Afin d'éviter les problèmes graves dus à une hypoglycémie, je reste près de chez moi plus que je ne le souhaiterais réellement.					
13. Si je pense que ma glycémie est trop basse, je me mets à manger sans m'arrêter jusqu'à me sentir mieux.					
14. Je suis sûr(e) de pouvoir éviter les problèmes graves liés à l'hypoglycémie lorsque je suis dehors en public.					