

Шкала дистресса при сахарном диабете 1 типа (T1-DDS)

Инструкция: Жить с сахарным диабетом 1 типа бывает трудно. Ниже приведен список некоторых трудностей, с которыми сталкиваются люди с диабетом 1 типа. Вспоминая прошедший месяц, пожалуйста, укажите, в какой степени каждый из следующих пунктов являлся для вас проблемой, обведя соответствующую цифру. Например, если вы считаете, что какой-то из пунктов не был проблемой для Вас в течение прошедшего месяца, обведите цифру 1. Если же какой-то пункт был очень значимой проблемой в течение прошедшего месяца, обведите цифру 6.

	не проблема	небольшая проблема	умеренная проблема	довольно серьезная проблема	серьезная проблема	очень серьезная проблема
1. Ощущение, что я обладаю недостаточными навыками, чтобы контролировать диабет так, как следует	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
2. Ощущение, что я питаюсь не настолько правильно, как следовало бы	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
3. Ощущение, что я замечаю симптомы гипогликемии хуже, чем раньше.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
4. Ощущение, что люди начинают относиться ко мне по-другому, когда узнают, что у меня диабет.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
5. Ощущение бессилия, когда я обнаруживаю высокий уровень глюкозы, который не могу объяснить.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
6. Ощущение, что мои семья и друзья относятся к диабету серьезнее, чем им следовало бы.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
7. Ощущение, что я не могу сказать своему врачу-эндокринологу, что на самом деле беспокоит меня.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
8. Ощущение, что я получаю меньше инсулина, чем следовало бы.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
9. Ощущение, что мне всегда приходится иметь при себе слишком много устройств и вещей, необходимых при диабете.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
10. Ощущение, что мне нужно скрывать диабет от окружающих.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
11. Ощущение, что мои друзья и семья беспокоятся о возможных гипогликемических состояниях сильнее, чем мне бы хотелось.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6

12. Ощущение, что я проверяю уровень глюкозы реже, чем следовало бы.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
13. Ощущение тревоги, что у меня будут отсроченные осложнения сахарного диабета, несмотря на все мои усилия избежать их.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
14. Ощущение, что я не получаю от врача-эндокринолога той помощи по контролю диабета, которая мне нужна.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
15. Ощущение страха, что у меня может случиться тяжелая гипогликемия во сне.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
16. Ощущение, что мысли о еде и контроле питания управляют моей жизнью.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
17. Ощущение, что мои друзья или семья воспринимают меня более уязвимым(-ой) или больным (-ой), чем я есть на самом деле.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
18. Ощущение, что врач-эндокринолог на самом деле не понимает, что такое жизнь с диабетом.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
19. Ощущение обеспокоенности, что из-за диабета я могу оказаться менее привлекательным кандидатом для работодателей.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
20. Ощущение, что мои друзья или семья действуют как «полиция по контролю диабета» (слишком сильно надоедают мне этим).	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
21. Ощущение, что мне необходимо идеально контролировать диабет.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
22. Ощущение страха, что у меня может случиться тяжелая гипогликемия за рулем.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
23. Ощущение, что питание выходит из под моего контроля	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
24. Ощущение, что люди будут хуже думать обо мне, если узнают, что у меня диабет.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
25. Ощущение, что контроль диабета никогда не будет достаточным, как бы я не старался (-сь).	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6

26. Ощущение, что мой врач-эндокринолог не знает достаточно о диабете и его контроле.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
27. Ощущение, что всегда остается риск тяжелой гипогликемии.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6
28. Ощущение, что я уделяю диабету меньше внимания, чем следовало бы.	<input type="checkbox"/> 1	<input type="checkbox"/> 2	<input type="checkbox"/> 3	<input type="checkbox"/> 4	<input type="checkbox"/> 5	<input type="checkbox"/> 6