

Translated and validated by:

M., A., Khapre, M., Kant, R. et al. Diabetes-related distress: translation and validation of the Hindi version of Diabetes Distress Scale (DDS) for Indian type 2 diabetes mellitus patients. Int J Diabetes Dev Ctries 45, 141–149 (2025). <https://doi.org/10.1007/s13410-024-01338-0>

डायबिटीज डिस्ट्रेस स्केल

हम जानते हैं, डायबिटीज के साथ जीना मुश्किल है। आपको कई सारे परेशानियों / समस्याओं का सामना रोज़ करना पड़ता है, जो साधारण से लेकर गंभीर हो सकती हैं। यहाँ पर १७ ऐसी समस्याओं का विवरण दिया गया है, जो रोज़ आपके अनुभव में आती हैं। पिछले एक महीने में आपको इन समस्याओं से किस हद तक परेशानी हुई है, उन्हें चुनिए।

कृपया ध्यान दे कि हम आपसे यह पूछना चाह रहे हैं कि समस्या आपको किस हद तक परेशान कर रहे हैं। अगर नीचे दी गयी समस्या आपके लिए कोई परेशानी कि वजह नहीं है तो १ चुनिए और अगर बहुत गंभीर समस्या है तो ६ को चुनिए।

क्रम संख्या	प्रश्न	समस्या नहीं है	थोड़ी समस्या है	ज़्यादा समस्या है	थोड़ी गंभीर समस्या है	गंभीर समस्या है	बहुत गंभीर समस्या है
१.	मुझे यह महसूस हो रहा है कि डायबिटीज के कारण प्रतिदिन मुझे मानसिक और शारीरिक थकावट लगती है।	1	2	3	4	5	6
२.	मुझे यह महसूस हो रहा है कि मेरे डॉक्टर को डायबिटीज और उसके उपचार के बारे में ज़्यादा जानकारी नहीं है।	1	2	3	4	5	6
३.	जब मैं यह सोचता / सोचती हूँ कि मुझे डायबिटीज के साथ जीना है, तो मुझे गुस्सा आता है, डर लगता है / उदास हो जाता/ जाती हूँ।	1	2	3	4	5	6
४.	मुझे ऐसे लगता है कि मेरे डॉक्टर डायबेटिस के उपचार के लिए मुझे सही निर्देश नहीं दे रहे हैं।	1	2	3	4	5	6
५.	मुझे यह महसूस हो रहा है कि मैं डायबिटीज के लिए खून की जांच सही समय पर नहीं कर रहा/ रही हूँ।	1	2	3	4	5	6

६.	मुझे यह महसूस हो रहा है कि मैं अपनी डायबिटीज की दिनचर्या को सही से पालन नहीं कर रहा / रही हूँ ।	1	2	3	4	5	6
७.	मुझे यह महसूस हो रहा है कि मेरे दोस्त / परिवार मेरे डायबिटीज की देखभाल करने में ज़्यादा मदद नहीं करते हैं, उदहारण के तौर पर, ऐसे काम करते हैं जो मेरी दिनचर्या के विपरीत हैं, मुझे नुकसानदेह चीज़ों को खाने के लिए प्रोत्साहित करते हैं ।	1	2	3	4	5	6
८.	मुझे यह महसूस हो रहा है कि डायबिटीज मेरी ज़िन्दगी को नियंत्रित कर रहा है ।	1	2	3	4	5	6
९.	मुझे यह महसूस हो रहा है कि मेरे डॉक्टर मेरी डायबिटीज से सम्बंधित चिंताओं की परवाह नहीं करते हैं ।	1	2	3	4	5	6
१०.	मुझे आत्मविश्वास नहीं है कि मैं अपने डायबिटीज की देखभाल नियमित रूप से कर सकता / सकती हूँ।	1	2	3	4	5	6
११.	मुझे ऐसा लगता है कि चाहे मैं कुछ भी कर लूँ मुझे डायबिटीज से होनेवाली गंभीर समस्याओं का सामना करना ही पड़ेगा ।	1	2	3	4	5	6
१२.	मुझे यह महसूस हो रहा है कि मैं अपने डायबिटीज सम्बन्धी आहार / भोजन का पालन नहीं कर पा रहा /रही हूँ ।	1	2	3	4	5	6
१३.	मुझे यह महसूस हो रहा है कि मेरा परिवार / मित्र यह नहीं समझते हैं कि डायबिटीज के साथ जीना कितना मुश्किल है ।	1	2	3	4	5	6
१४.	मुझे डायबिटीज की वजह से जीवन में बदलाव और खर्चों के बोझ से खबराहट होती है।	1	2	3	4	5	6
१५.	मुझे यह महसूस हो रहा है कि मेरे पास ऐसे डॉक्टर नहीं हैं जिन्हें मैं अपने डायबिटीज के लिए हमेशा संपर्क कर सकता हूँ।	1	2	3	4	5	6
१६.	मैं अपने डायबिटीज का ध्यान रखने के लिए प्रेरित नहीं हो रहा / रही हूँ ।	1	2	3	4	5	6
१७.	मुझे मेरे मित्र और परिवारजन से वैसा भावनात्मक सहारा नहीं मिल पा रहा है, जैसा मैं चाहता हूँ / चाहती हूँ।	1	2	3	4	5	6

--	--	--	--	--	--	--	--

Translated and validated by:

M., A., Khapre, M., Kant, R. et al. Diabetes-related distress: translation and validation of the Hindi version of Diabetes Distress Scale (DDS) for Indian type 2 diabetes mellitus patients. Int J Diabetes Dev Ctries 45, 141–149 (2025). <https://doi.org/10.1007/s13410-024-01338-0>