

## OUTIL D'ÉVALUATION DE LA DÉTRESSE LIÉE AU DIABÈTE DE TYPE 2 (T2DDAS)

### Échelles de base et des sources de détresse combinées

Vivre avec le diabète peut être difficile. Voici une liste des nombreux stress et des nombreuses préoccupations qu'éprouvent souvent les personnes vivant avec le diabète. Ces problèmes peuvent être difficiles à reconnaître et à aborder; soyez aussi ouvert(e) et honnête que possible. En repensant au dernier mois, veuillez indiquer dans quelle mesure chacun des éléments suivants vous a posé problème en cochant la colonne appropriée.

Par exemple, si un élément ne vous a pas posé de problème au cours du dernier mois, cochez la première colonne : « Pas de problème » (1). Si un élément a été un problème significatif pour vous au cours du dernier mois, cochez la dernière colonne : « Problème très grave » (5).

	Pas de problème (1)	Problème léger (2)	Problème modéré (3)	Problème grave (4)	Problème très grave (5)
1. Je me sens épuisé(e) par toute l'attention et tous les efforts que le diabète exige de moi.					
2. Cela me dérange que le diabète semble contrôler ma vie.					
3. Je suis frustré(e) de constater que même lorsque je fais ce que je suis censé(e) faire pour mon diabète, cela ne semble pas faire de différence.					
4. Peu importe les efforts que je fais pour mon diabète, j'ai l'impression que ce ne sera jamais assez.					

	Pas de problème (1)	Problème léger (2)	Problème modéré (3)	Problème grave (4)	Problème très grave (5)
5. Je suis tellement fatigué(e) de devoir m'inquiéter constamment du diabète.					
6. En ce qui concerne mon diabète, j'ai souvent l'impression d'être un échec.					
7. Cela me déprime de constater que mon diabète ne disparaîtra probablement jamais.					
8. Vivre avec le diabète est accablant pour moi.					
9. Je m'inquiète de ne pas pouvoir payer mes soins, mes médicaments et mes fournitures pour le diabète.					
10. En ce qui concerne la famille et les amis, cela me déçoit d'être essentiellement seul(e) face à mon diabète.					
11. J'ai peur de faire un épisode grave d'hypoglycémie en public.					
12. Je m'inquiète beaucoup de développer de graves complications liées au diabète.					

	Pas de problème (1)	Problème léger (2)	Problème modéré (3)	Problème grave (4)	Problème très grave (5)
13. En ce qui concerne les soins médicaux, cela me contrarie de devoir me débrouiller principalement seul(e) avec le diabète.					
14. Je me sens mal de devoir cacher mon diabète aux autres.					
15. Cela me frustre de sentir que mon alimentation est souvent hors de contrôle.					
16. Cela me contrarie de ne pas vraiment être entendu(e) ou compris(e) par mon fournisseur de soins de santé.					
17. Je crains beaucoup de faire un épisode grave d'hypoglycémie.					
18. Je ne peux pas échapper au sentiment angoissant que le diabète finira par m'avoir.					
19. Je m'inquiète de ne pas accorder suffisamment d'attention à mon diabète.					
20. Cela me contrarie que les gens dans ma vie m'estiment moins parce que j'ai le diabète.					

	Pas de problème (1)	Problème léger (2)	Problème modéré (3)	Problème grave (4)	Problème très grave (5)
21. Cela me frustre que les gens dans ma vie m'incitent à manger des aliments ou à faire des choses qui ne sont pas bons pour mon diabète.					
22. Je ressens souvent de la honte ou de l'embarras lorsque d'autres personnes sont informées de mon diabète.					
23. Je crains de ne pas pouvoir obtenir les aliments sains dont j'ai besoin pour mon diabète.					
24. Quoi que je fasse, j'ai peur de développer des complications graves liées au diabète.					
25. Je m'inquiète de la difficulté d'accéder à mes rendez-vous médicaux ou à la pharmacie.					
26. Cela me dérange de ne pas faire autant d'exercice que je devrais.					
27. Je m'inquiète de faire un épisode grave d'hypoglycémie quand je suis seul(e).					

	Pas de problème (1)	Problème léger (2)	Problème modéré (3)	Problème grave (4)	Problème très grave (5)
28. Cela me heurte que mon fournisseur de soins de santé semble se soucier davantage de ma glycémie que de moi en tant que personne.					
29. Cela me peine que beaucoup de gens dans ma vie ne comprennent pas ce que c'est réellement de vivre avec le diabète.					

## Score du T2DDAS

### SCORE DE L'ÉCHELLE DE BASE

Le *niveau de détresse de base* est un score numérique unique, basé sur la moyenne des huit éléments contributeurs. *Ce score reflète le degré, l'intensité ou la quantité de détresse liée au diabète de base rapportée par la personne répondante, les scores plus élevés indiquant une intensité plus grande.*

Pour calculer le score, additionnez les scores (de 1 à 5) des éléments 1 à 8, puis divisez par 8 : \_\_\_\_\_

Que faire si les 8 éléments ne sont pas tous complétés?

Si seulement 7 éléments sont complétés, additionnez leurs scores et divisez par 7.

Pour 6 éléments complétés, faites de même et divisez par 6.

### REMARQUES :

Un minimum de 6 éléments complétés est nécessaire pour obtenir un score DE BASE précis.

Nous considérons qu'un score total basé sur moins de 6 éléments n'est pas fiable et ne peut donc pas être évalué.

Si vous administrez à la fois les échelles DE BASE et DES SOURCES DE DÉTRESSE du T2DDAS, nous vous suggérons d'administrer d'abord l'échelle DE BASE.

## SCORE DE L'ÉCHELLE DES SOURCES DE DÉTRESSE

Cette échelle évalue chacune des sept *sources* courantes de détresse liée au diabète chez les adultes vivant avec le diabète de type 2. Chaque *source* se réfère à un aspect spécifique de la vie avec le diabète et de sa gestion pouvant induire ou aggraver la détresse liée au diabète chez un individu. Plus le score est élevé, plus la *source* est susceptible de contribuer à la détresse liée au diabète chez cet individu.

Chaque *source* doit être notée et considérée individuellement. Il **n'est PAS RECOMMANDÉ** d'additionner les scores des différentes *sources* pour obtenir un score global, ni de combiner les scores entre les *sources* de quelque manière que ce soit. L'examen de chacune des *sources* ayant obtenu les scores les plus élevés permettra de déterminer quels aspects de la vie avec le diabète et de sa gestion ont le plus d'impact sur l'individu.

Pour noter chaque *source*, additionnez les scores (de 1 à 5) de tous les éléments s'y rattachant et divisez par le nombre d'éléments contributeurs comme suit.

Détresse concernant :

Hypoglycémie : additionnez les éléments 11, 17, 27, puis divisez par 3. \_\_\_\_\_

Santé à long terme : additionnez les éléments 12, 18, 24, puis divisez par 3. \_\_\_\_\_

Fournisseur de soins de santé : additionnez les éléments 11, 16, 28, puis divisez par 3. \_\_\_\_\_

Enjeux interpersonnels : additionnez les éléments 10, 21, 29, puis divisez par 3. \_\_\_\_\_

Honte/stigmatisation : additionnez les éléments 14, 20, 22, puis divisez par 3. \_\_\_\_\_

Accès aux soins de santé : additionnez les éléments 9, 23, 25, puis divisez par 3. \_\_\_\_\_

Exigences de gestion : additionnez les éléments 15, 19, 26, puis divisez par 3. \_\_\_\_\_

**REMARQUES** : Pour qu'un score *SOURCE* soit fiable, tous les éléments associés doivent être complétés. Si un élément est manquant, le score pour cette *SOURCE* ne doit pas être calculé.