

二型糖尿病困擾評估系統 - 困擾核心 (C-T2-DDAS CORE)

糖尿病患者的生活可以很艱難，當中包括很多的壓力和擔憂，是大部份糖尿病患者經常遇到的。回顧過去一個月，指出下列的選項對你來說有多大的問題。

例如，如果該選項在過去一個月沒有對你造成問題，請在第一欄中圈出：「1」（沒有問題）；若該選項對你造成十分嚴重的問題，請在最後一欄中圈出：「5」（十分嚴重問題）。

	沒有問題 (1)	少許問題 (2)	有些問題 (3)	嚴重問題 (4)	十分嚴重問題 (5)
01. 我感到筋疲力盡，因為糖尿病需要投入大量的關注和努力。	1	2	3	4	5
02. 我感到很困擾，因為糖尿病似乎控制了我的生活。	1	2	3	4	5
03. 我感到很沮喪，即使我做了該為糖尿病而做的事，但這樣做似乎沒有什麼分別。	1	2	3	4	5
04. 無論我如何努力控制糖尿病，總感覺做得還不夠好。	1	2	3	4	5
05. 我厭倦總是要擔心糖尿病。	1	2	3	4	5
06. 談到我的糖尿病時，我常常覺得自己很失敗。	1	2	3	4	5
07. 我感到很沮喪，因為我知道我的糖尿病很可能永遠不會消失。	1	2	3	4	5
08. 患有糖尿病的生活讓我感到難以承受。	1	2	3	4	5

二型糖尿病困擾評估系統 - 困擾來源 (C-T2-DDAS SOURCES)

糖尿病患者的生活可以很艱難，當中包括很多的壓力和擔憂，是大部份糖尿病患者經常遇到的。回顧過去一個月，指出下列的選項對你來說有多大的問題。

例如，如果該選項在過去一個月沒有對你造成問題，請在第一欄中圈出：「1」（沒有問題）；若該選項對你造成十分嚴重的問題，請在最後一欄中圈出：「5」（十分嚴重問題）。

	沒有問題 (1)	少許問題 (2)	有些問題 (3)	嚴重問題 (4)	十分嚴重問題 (5)
09. 我擔心會無法支付糖尿病醫療、藥物或用品的費用。	1	2	3	4	5
10. 談到家人和朋友，讓我失望的是我幾乎只能靠自己應對糖尿病。	1	2	3	4	5
11. 我害怕可能在公開場所出現嚴重的低血糖情況。	1	2	3	4	5
12. 我很擔心糖尿病會引發嚴重的併發症。	1	2	3	4	5
13. 提到醫療服務，讓我感到不安的是我大部分時間都要靠自己應對糖尿病。	1	2	3	4	5
14. 我感到難過的是我必須向別人隱瞞我的糖尿病。	1	2	3	4	5
15. 我感到沮喪，因為我覺得自己的飲食經常失控。	1	2	3	4	5
16. 我感到苦惱的是我的醫護人員沒有真正聆聽或理解我。	1	2	3	4	5
17. 我非常擔心我可能會出現嚴重的低血糖情況。	1	2	3	4	5
18. 我無法擺脫糖尿病最終會奪走我性命的這種不祥預感。	1	2	3	4	5
19. 我擔心自己對糖尿病關注不足。	1	2	3	4	5
20. 我感到不安，因為身邊的人因我有糖尿病而看不起我。	1	2	3	4	5
21. 我很沮喪，因為身邊的人會引誘我吃一些食物或做一些不利我的糖尿病的事情。	1	2	3	4	5

Appendix 1: Chinese Version of T2-DDAS

	沒有問題 (1)	少許問題 (2)	有些問題 (3)	嚴重問題 (4)	十分嚴重問題 (5)
22. 當有人知道我患有糖尿病時，我時常感到羞愧或尷尬。	1	2	3	4	5
23. 我擔心我不能獲得糖尿病所需的健康食品。	1	2	3	4	5
24. 無論我做什麼，我都恐懼糖尿病引起的嚴重併發症會發生在我身上。	1	2	3	4	5
25. 我擔心要取得醫療約期或藥物會很困難。	1	2	3	4	5
26. 讓我困擾的是我沒有做到應有的運動量。	1	2	3	4	5
27. 我擔心在我獨處時會發生嚴重的低血糖情況。	1	2	3	4	5
28. 令我不安的是，我的醫護人員似乎關注我的血糖水平，多於關心我個人。	1	2	3	4	5
29. 讓我難過的是身邊有很多人不了解糖尿病患者的真實情況。	1	2	3	4	5

C-T2-DDAS 計分方法

二型糖尿病困擾評估系統 - 困擾核心 (C-T2DDAS-CORE)

- 此分數反映受訪者所報告的核心糖尿病困擾的程度，分數越高表示強度越大。
- 計分方式：將 8 個題項的分數加總後再除以 8：
- 若未完成全部 8 個題項，則依下列方式計分：
 - 若完成 7 個題項，則將這 7 題的分數加總後除以 7。
 - 若完成 6 個題項，則將這 6 題的分數加總後除以 6。 注意事項：
 - 至少須完成 6 個題項才能計算準確的分數。低於 6 題的總分不可靠，因此不建議給分。

二型糖尿病困擾評估系統 - 困擾來源 (C-T2DDAS-SOURCES)

- 此系統評估第二型糖尿病成人常見的七種糖尿病困擾來源。每個來源都針對與糖尿病生活及管理有關，而可能導致或增加個人的糖尿病困擾。分數越高，說明該來源對於個人糖尿病困擾的影響可能越大。
- 每一種困擾來源應個別計分並單獨考量。不建議將各來源的分數加為總分或以任何方式合併計算。建議評估分數最高的來源，以協助釐清對個案影響最大的糖尿病生活與管理面向。
- 計分方式：將該來源分量表的所有相關題項分數加總後，除以所對應題數。
- 題項分類如下：
 - 低血糖(Hypoglycemia): 合計第11, 17, 27題，總分除以3。
 - 長期健康(Long-term Health): 合計第12, 18, 24題，總分除以3。
 - 醫護人員相關 (Healthcare Provider): 合計第13, 16, 28題，總分除以3。
 - 人際關係 (Interpersonal Issues): 合計第10, 21, 29題，總分除以3。
 - 羞恥／恥辱 (Shame/Stigma): 合計第14, 20, 22題，總分除以3。
 - 醫療服務可及性 (Healthcare Access): 合計第9, 23, 25題，總分除以3。
 - 自我管理負擔 (Management demands): 合計第15, 19, 26題，總分除以3。

Permission Note

- For inquiries regarding permission to use this tool, please contact Dr Anna Ngan at annangan@cuhk.edu.hk