

Escala d'angoixa associada a la diabetis (DDS)

INSTRUCCIONS: Viure amb diabetis de vegades pot ser difícil. Hi pot haver molts problemes i molèsties relacionats amb la diabetis i poden variar molt pel que fa a la seva gravetat. Poden anar des de molèsties menors fins a problemes importants a la vida. A continuació es mostren 17 possibles àrees problemàtiques que les persones amb diabetis poden patir. Considereu en quin grau cadascun dels 17 ítems poden haver-vos angoixat o molestat DURANT ELS ÚLTIMS 30 DIES i encercleu el número corresponent.

Tingueu en compte que us demanem que indiqueu en quin grau us pot haver molestat cada element en la vostra vida, NO si l'element és cert en general en el vostre cas. Si creieu que un element particular no us suposa cap molèstia o problema, encercleu l'1. Si us resulta molt molest, encercleu el 6.

	No és cap problema	És un problema lleu	És un problema moderat	És un problema una mica greu	És un problema greu	És un problema molt greu
1. Crec que la diabetis em consumeix massa energia mental i física cada dia.	1	2	3	4	5	6
2. Crec que el meu metge no té prou coneixements sobre la diabetis ni sobre el seu tractament.	1	2	3	4	5	6
3. No em sento segur de la meua capacitat diària per gestionar la diabetis.	1	2	3	4	5	6
4. Em sento emprenyat, espantat o deprimat quan penso en la vida amb diabetis.	1	2	3	4	5	6
5. Crec que el meu metge no em dona instruccions prou clares sobre com gestionar la diabetis.	1	2	3	4	5	6
6. Crec que no em mesuro la glucosa en sang amb prou freqüència.	1	2	3	4	5	6
7. Crec que acabaré amb complicacions greus a llarg termini, faci el que faci.	1	2	3	4	5	6
8. Crec que sovint no compleixo la meua rutina de la diabetis.	1	2	3	4	5	6

	No és cap problema	És un problema lleu	És un problema moderat	És un problema una mica greu	És un problema greu	És un problema molt greu
9. Crec que els amics o la família no em donen prou suport en els esforços que faig per cuidar-me (per exemple, planifiquen activitats que no van bé amb els meus horaris o m'animen a menjar aliments que no hauria de menjar).	1	2	3	4	5	6
10. Crec que la diabetis controla la meva vida.	1	2	3	4	5	6
11. Crec que el meu metge no es pren prou seriosament els meus neguits.	1	2	3	4	5	6
12. Crec que no faig un seguiment prou estricte d'un bon pla d'àpats.	1	2	3	4	5	6
13. Crec que els amics o la família no s'adonen de la dificultat que pot tenir viure amb diabetis.	1	2	3	4	5	6
14. Em sento sobrepassat per les exigències de viure amb la diabetis.	1	2	3	4	5	6
15. Crec que no tinc un metge que pugui veure prou sovint per consultar-li sobre la meva diabetis.	1	2	3	4	5	6
16. No em sento motivat per continuar encarregant-me de la cura de la meva diabetis.	1	2	3	4	5	6
17. Crec que els meus amics o familiars no em donen el suport emocional que m'agradaria rebre.	1	2	3	4	5	6