

Échelle d'évaluation de la détresse liée au diabète (DDS)

INSTRUCTIONS : Il peut parfois être difficile de vivre avec le diabète. Le diabète peut causer un grand nombre de problèmes et de désagréments d'importance très variable. Cela peut aller de désagréments mineurs à de grandes difficultés dans la vie de tous les jours. Voici une liste de 17 situations potentielles que les personnes atteintes de diabète peuvent rencontrer. Évaluez dans quelle mesure chacune de ces 17 situations a pu être source de détresse ou a pu vous affecter **AU COURS DES 4 DERNIÈRES SEMAINES** et entourez le chiffre correspondant.

Remarque : Vous devez indiquer à quel point chaque situation a pu vous affecter dans votre vie quotidienne, PAS simplement si elle vous concerne ou pas. Si vous estimez qu'une situation ne vous affecte pas ou qu'elle ne constitue pas un problème pour vous, entourez le chiffre « 1 ». Si elle vous affecte énormément, entourez le chiffre « 6 ».

	Pas un problème	Problème léger	Problème moyen	Problème plutôt important	Problème important	Problème très important
1. J'ai l'impression que le diabète me prend trop d'énergie mentale et physique au quotidien.	1	2	3	4	5	6
2. J'ai l'impression que mon médecin ne connaît pas assez le diabète et sa prise en charge.	1	2	3	4	5	6
3. Je ne me sens pas en confiance dans ma capacité à gérer le diabète au quotidien.	1	2	3	4	5	6
4. Je me sens en colère, effrayé(e) et/ou déprimé(e) quand je pense à la vie avec le diabète.	1	2	3	4	5	6
5. J'ai l'impression que mon médecin ne me donne pas des consignes assez claires sur la façon de gérer mon diabète.	1	2	3	4	5	6
6. J'ai l'impression de ne pas tester ma glycémie assez souvent.	1	2	3	4	5	6
7. J'ai l'impression que je vais finir par avoir des complications graves à long terme, quoi que je fasse.	1	2	3	4	5	6
8. J'ai l'impression d'échouer souvent dans ma routine de gestion du diabète.	1	2	3	4	5	6

	Pas un problème	Problème léger	Problème moyen	Problème plutôt important	Problème important	Problème très important
9. J'ai l'impression que mes amis ou ma famille ne soutiennent pas assez mes efforts d'autogestion de ma santé (par exemple, en planifiant des activités incompatibles avec mon programme ou en m'encourageant à manger des aliments « inadaptés »).	1	2	3	4	5	6
10. J'ai l'impression que le diabète contrôle ma vie.	1	2	3	4	5	6
11. J'ai l'impression que mon médecin ne prend pas mes préoccupations suffisamment au sérieux.	1	2	3	4	5	6
12. J'ai l'impression de ne pas suivre assez strictement un bon plan alimentaire.	1	2	3	4	5	6
13. J'ai l'impression que mes amis ou ma famille ne comprennent pas à quel point il peut être difficile de vivre avec le diabète.	1	2	3	4	5	6
14. Je me sens dépassé(e) par les exigences liées à la vie avec le diabète.	1	2	3	4	5	6
15. J'ai l'impression de ne pas avoir de médecin que je peux consulter suffisamment régulièrement pour mon diabète.	1	2	3	4	5	6
16. Je ne me sens pas motivé(e) à continuer mon autogestion du diabète.	1	2	3	4	5	6
17. J'ai l'impression que mes amis ou ma famille ne m'apportent pas le soutien émotionnel que je souhaiterais.	1	2	3	4	5	6