

### Thang đo lo âu ở người bệnh tiểu đường (DDS)

**HƯỚNG DẪN:** Việc sống chung với bệnh tiểu đường đôi khi có thể khó khăn. Có thể có nhiều vấn đề và phiền toái liên quan đến bệnh tiểu đường và mức độ nghiêm trọng của chúng có thể rất khác nhau. Các vấn đề có thể là những phiền toái nhỏ đến những khó khăn lớn trong cuộc sống. Dưới đây là danh sách 17 loại vấn đề tiềm ẩn mà những người mắc bệnh tiểu đường có thể gặp phải. Hãy cân nhắc mức độ mà mỗi mục trong số 17 mục này có thể đã gây khó chịu hoặc làm phiền quý vị TRONG THÁNG QUA và khoanh tròn con số thích hợp.

Vui lòng lưu ý rằng chúng tôi đang yêu cầu quý vị chỉ ra mức độ mà mỗi mục có thể đang làm phiền quý vị trong cuộc sống, KHÔNG phải chỉ đơn thuần là mục đó có đúng với quý vị hay không. Nếu quý vị cảm thấy rằng một mục cụ thể không gây phiền toái hoặc không phải là vấn đề đối với quý vị, thì quý vị sẽ khoanh tròn "1". Nếu mục là rất phiền toái cho quý vị, quý vị có thể khoanh tròn "6".

	Không phải là vấn đề	Vấn đề nhỏ	Vấn đề vừa phải	Vấn đề khá nghiêm trọng	Vấn đề nghiêm trọng	Vấn đề rất nghiêm trọng
1. Cảm thấy rằng bệnh tiểu đường đang lấy đi quá nhiều năng lượng thể chất và tinh thần của tôi mỗi ngày.	1	2	3	4	5	6
2. Cảm thấy rằng bác sĩ của tôi không hiểu biết đủ về bệnh tiểu đường và cách chăm sóc bệnh tiểu đường.	1	2	3	4	5	6
3. Không cảm thấy tự tin vào khả năng kiểm soát bệnh tiểu đường hàng ngày của tôi.	1	2	3	4	5	6
4. Cảm thấy tức giận, sợ hãi và/hoặc chán nản khi nghĩ đến việc sống chung với bệnh tiểu đường.	1	2	3	4	5	6
5. Cảm thấy rằng bác sĩ không đưa ra hướng dẫn đủ rõ ràng về cách kiểm soát bệnh tiểu đường của tôi.	1	2	3	4	5	6
6. Cảm thấy rằng tôi không kiểm tra đường huyết đủ thường xuyên.	1	2	3	4	5	6
7. Cảm thấy rằng tôi sẽ gặp phải các biến chứng nghiêm trọng lâu dài, dù tôi có làm gì đi nữa.	1	2	3	4	5	6
8. Cảm thấy rằng tôi thường thất bại trong việc thực hiện nếp sống dành cho bệnh tiểu đường.	1	2	3	4	5	6

	<b>Không phải là vấn đề</b>	<b>Vấn đề nhỏ</b>	<b>Vấn đề vừa phải</b>	<b>Vấn đề khá nghiêm trọng</b>	<b>Vấn đề nghiêm trọng</b>	<b>Vấn đề rất nghiêm trọng</b>
9. Cảm thấy rằng bạn bè hoặc gia đình không hỗ trợ đủ cho những nỗ lực tự chăm sóc bản thân (ví dụ: lên kế hoạch cho các hoạt động xung đột với lịch trình của tôi, khuyến khích tôi ăn những thực phẩm "không tốt").	1	2	3	4	5	6
10. Cảm thấy rằng bệnh tiểu đường kiểm soát cuộc sống của tôi.	1	2	3	4	5	6
11. Cảm thấy rằng bác sĩ không xem những lo ngại của tôi đủ nghiêm trọng.	1	2	3	4	5	6
12. Cảm thấy rằng tôi đang chưa tuân theo đủ chặt chẽ kế hoạch ăn uống hợp lý.	1	2	3	4	5	6
13. Cảm thấy rằng bạn bè hoặc gia đình không hiểu được những khó khăn khi sống chung với bệnh tiểu đường.	1	2	3	4	5	6
14. Cảm thấy choáng ngợp trước những đòi hỏi của việc sống chung với bệnh tiểu đường.	1	2	3	4	5	6
15. Cảm thấy rằng tôi không có bác sĩ mà tôi có thể đến khám đủ thường xuyên về bệnh tiểu đường của mình.	1	2	3	4	5	6
16. Không cảm thấy có động lực để duy trì việc tự kiểm soát bệnh tiểu đường của tôi.	1	2	3	4	5	6
17. Cảm thấy rằng bạn bè hoặc gia đình không cung cấp cho tôi sự hỗ trợ tinh thần mà tôi mong muốn.	1	2	3	4	5	6