

### 糖尿病困擾量表 (DDS)

**說明：**與糖尿病共存有時很不容易。您可能遇到許多跟糖尿病有關的問題和麻煩，其嚴重程度可能差異很大。這些問題可能是小小的麻煩，也可能是重大的生活困難。以下列出糖尿病患者可能遭遇的 17 種問題型態。請針對這 17 個項目，考慮每一項在過去一個月對您造成痛苦或困擾的程度，並圈選一個適合的數字。

請注意，我們需要您評估的是每個項目在您的生活中造成的困擾程度，而非該項目是否「符合您的情況」。若您覺得某個項目對您而言沒有造成困擾或問題，請圈選「1」。若對您造成非常嚴重的困擾，請圈選「6」。

	沒有困擾	輕微困擾	中度困擾	有點嚴重的困擾	嚴重的困擾	非常嚴重的困擾
1. 覺得糖尿病每天消耗我太多心力。	1	2	3	4	5	6
2. 覺得我的醫生對糖尿病和糖尿病照護的了解不夠多。	1	2	3	4	5	6
3. 覺得自己沒有信心能夠做好糖尿病的日常管理。	1	2	3	4	5	6
4. 當我想到自己與糖尿病共處時，我感覺生氣、害怕和/或沮喪。	1	2	3	4	5	6
5. 覺得醫師沒有提供足夠清楚的衛教來協助自己管理糖尿病。	1	2	3	4	5	6
6. 覺得自己測血糖的頻率不夠高。	1	2	3	4	5	6
7. 覺得自己再怎麼努力控制糖尿病，最終都會出現嚴重的長期併發症。	1	2	3	4	5	6
8. 覺得自己經常無法確實遵循糖尿病日常管理。	1	2	3	4	5	6

	沒有困擾	輕微困擾	中度困擾	有點嚴重的 困擾	嚴重的困擾	非常嚴重 的困擾
9. 覺得朋友或家人對這個病沒有足夠認識，所以不能充分支持自己對於糖尿病的自我照護 (例如安排與我作息衝突的活動、鼓勵我吃「錯誤」的食物)。	1	2	3	4	5	6
10. 覺得糖尿病控制了自己的生活。	1	2	3	4	5	6
11. 覺得醫師不夠重視我的擔憂。	1	2	3	4	5	6
12. 覺得自己沒有嚴格遵循良好的飲食計畫。	1	2	3	4	5	6
13. 覺得朋友或家人不理解與糖尿病共存有多困難。	1	2	3	4	5	6
14. 為了與糖尿病共存而必須配合的種種要求，讓我感到不堪重負。	1	2	3	4	5	6
15. 覺得自己沒有足以讓自己定期看糖尿病的醫師。	1	2	3	4	5	6
16. 覺得自己缺乏持續進行糖尿病自我管理的動力。	1	2	3	4	5	6
17. 覺得朋友或家人沒有給予自己期望的情緒支持。	1	2	3	4	5	6