

## QUESTIONARIO SUI COMPORTAMENTI E GLI ATTEGGIAMENTI NEI CONFRONTI DELL'IPOGLICEMIA (HABS)

**ISTRUZIONI:** per ognuna delle seguenti frasi, fare una crocetta sulla casella che indica meglio quanto è d'accordo o in disaccordo con ciascuna affermazione sulla base delle sue sensazioni attuali riguardo all'ipoglicemia (basso livello di zucchero nel sangue, anche detta glicemia bassa).

	<b>In forte disaccordo</b>	<b>In disaccordo</b>	<b>Né d'accordo né in disaccordo</b>	<b>D'accordo</b>	<b>Pienamente d'accordo</b>
1. Per evitare seri problemi dovuti alla glicemia bassa, tendo a mantenere la glicemia più alta di quanto probabilmente dovrei.					
2. Ho il terrore di svenire in pubblico a causa di un episodio di glicemia bassa.					
3. Appena inizio ad avere sensazioni "strane" faccio subito qualcosa per alzare la glicemia, senza nemmeno preoccuparmi di fare il test.					
4. Sono sicuro/a di poter evitare seri problemi dovuti alla glicemia bassa mentre guido.					
5. Non esco di casa se non ho abbondanti scorte di alimenti di emergenza per alzare la glicemia.					
6. Sono sicuro/a di poter evitare seri problemi dovuti alla glicemia bassa quando sono da solo/a.					
7. Passo così tanto tempo a preoccuparmi della possibilità di avere un episodio di glicemia bassa che è difficile che mi capiti di sentirmi felice.					
8. Sono sicuro/a di riuscire ad accorgermi di avere la glicemia bassa e di riuscire a reagire prima che diventi troppo bassa.					
9. Ho il terrore di poter fare del male a me stesso/a o a qualcun altro a causa di un episodio di glicemia bassa.					
10. Per evitare seri problemi dovuti alla glicemia bassa, mangio o bevo molto più spesso di quanto avrei effettivamente bisogno.					
11. Sono sicuro/a di poter evitare seri problemi dovuti alla glicemia bassa mentre svolgo attività fisica.					

12. Per evitare seri problemi dovuti alla glicemia bassa, rimango vicino/a a casa più spesso di quanto vorrei veramente.					
13. Se penso che la mia glicemia sia troppo bassa, inizio a mangiare e mangiare e non mi fermo finché non mi sento meglio.					
14. Sono sicuro/a di poter evitare seri problemi dovuti alla glicemia bassa mentre sono fuori in mezzo alla gente.					