

Vprašalnik o stiski zaradi sladkorne bolezni (DDS)

NAVODILA: Življenje s sladkorno boleznijo je lahko včasih težavno. Sladkorna bolezen je lahko povezana s številnimi težavami in preglavicami, katerih resnost je lahko zelo različna. Težave lahko segajo vse od manjših nadlog do velikih življenjskih problemov. V spodnjem seznamu je 17 možnih področij težav, ki jih lahko doživljajo ljudje s sladkorno boleznijo. Premislite, v kolikšni meri vas je vsaka od 17 trditev skrbela ali motila V PRETEKLEM MESECU in obkrožite ustrezno številko.

Upoštevajte, da vas sprašujemo, v kolikšni meri je vsaka trditev za vas moteča v življenju, in NE ali je za vas le resnična ali ne. Če se vam zdi, da določena trditev za vas ni moteča ali težavna, obkrožite "1". Če je za vas zelo moteča, boste morda obkrožili "6".

	Ni težava	Rahla težava	Zmerna težava	Precej resna težava	Resna težava	Zelo resna težava
1. Občutek, da moj zdravnik ne ve dovolj o sladkorni bolezni in o obvladovanju le-te.	1	2	3	4	5	6
2. Občutek, da mi sladkorna bolezen vsakodnevno vzame preveč psihične in fizične energije.	1	2	3	4	5	6
3. Nisem prepričan(-a), da lahko dan za dnem urejam sladkorno bolezen.	1	2	3	4	5	6
4. Ko pomislim na svoje življenje s sladkorno boleznijo, občutim jezo, strah in/ali potrtost.	1	2	3	4	5	6
5. Občutek, da mi zdravnik ne daje dovolj jasnih navodil, kako naj urejam sladkorno bolezen.	1	2	3	4	5	6
6. Občutek, da krvnega sladkorja ne preverjam dovolj pogosto.	1	2	3	4	5	6
7. Občutek, da bo nazadnje prišlo do resnih dolgoročnih bolezenskih zapletov, ne glede na to, kaj počnem.	1	2	3	4	5	6
8. Občutek, da pogosto ne vzdržujem rutine za urejanje sladkorne bolezni tako dobro, kot bi moral(-a).	1	2	3	4	5	6

	Ni težava	Rahla težava	Zmerna težava	Precej resna težava	Resna težava	Zelo resna težava
9. Občutek, da me prijatelji ali družina ne podpirajo dovolj pri mojih naporih glede skrbi zase (npr. načrtujejo dejavnosti, ki se ne ujemajo z mojim urnikom, mi prigovarjajo, naj jem "napačno" hrano).	1	2	3	4	5	6
10. Občutek, da sladkorna bolezen obvladuje moje življenje.	1	2	3	4	5	6
11. Občutek, da zdravnik mojih skrbi ne jemlje dovolj resno.	1	2	3	4	5	6
12. Občutek, da se ne držim dovolj dobro ustreznega jedilnika.	1	2	3	4	5	6
13. Občutek, da prijatelji ali družina ne razumejo, kako težko je lahko življenje s sladkorno boleznijo.	1	2	3	4	5	6
14. Občutek, da zahteve življenja s sladkorno boleznijo presegajo moje zmožnosti.	1	2	3	4	5	6
15. Občutek, da nimam zdravnika, ki bi ga lahko dovolj redno obiskoval(-a) zaradi sladkorne bolezni.	1	2	3	4	5	6
16. Nimam motivacije za vzdrževanje režima samoobvladovanja sladkorne bolezni.	1	2	3	4	5	6
17. Občutek, da mi prijatelji ali družina ne nudijo čustvene opore, ki si jo želim.	1	2	3	4	5	6