

**Outil d'évaluation de la détresse liée au diabète de type 1 (T1DDAS)**  
**ÉCHELLES DE BASE ET DES SOURCES COMBINÉES**

Vivre avec le diabète peut être difficile. Voici une liste des nombreux stress et des nombreuses préoccupations qu'éprouvent souvent les personnes vivant avec le diabète. Ces problèmes peuvent être difficiles à reconnaître et à aborder; soyez aussi ouvert(e) et honnête que possible. En repensant au mois dernier, veuillez indiquer dans quelle mesure chacun des éléments suivants vous a posé problème en cochant la colonne appropriée.

Par exemple, si un élément ne vous a pas posé de problème au cours du dernier mois, cochez la première colonne : « Pas de problème » (1). Si un élément a été un problème significatif pour vous au cours du mois dernier, cochez la dernière colonne : « Problème très grave » (5).

	Pas de problème (1)	Problème léger (2)	Problème modéré (3)	Problème grave (4)	Problème très grave (5)
1. Je me sens épuisé(e) par toute l'attention et tous les efforts que le diabète exige de moi.					
2. Ça me dérange que le diabète semble contrôler ma vie.					
3. Je suis frustré(e) de constater que même lorsque je fais ce que je suis censé(e) faire pour mon diabète, cela ne semble pas faire de différence.					
4. Peu importe les efforts que je fais pour mon diabète, j'ai l'impression que ce ne sera jamais assez.					
5. Je suis tellement fatigué(e) de devoir m'inquiéter constamment du diabète.					

6. En ce qui concerne mon diabète, j'ai souvent l'impression d'être un échec.					
7. Cela me déprime de constater que mon diabète ne disparaîtra probablement jamais.					
8. Vivre avec le diabète est accablant pour moi.					

	Pas de problème (1)	Problème léger (2)	Problème modéré (3)	Problème grave (4)	Problème très grave (5)
9. Je me sens découragé(e) quand je vois des valeurs d'hyperglycémie que je ne peux pas expliquer.					
10. Il est décevant de ne pas recevoir le soutien dont j'ai besoin pour mon diabète de la part de mes amis et de ma famille.					
11. Je me sens frustré(e) par la difficulté à trouver des soins de qualité pour mon diabète.					
12. J'ai peur de devoir me fier aux dispositifs liés au diabète (glucomètre, pompe, système de surveillance du glucose en continu).					
13. Je me sens mal de voir que mon diabète affecte mon entourage.					

14. Je crains que le diabète ne réduise ma durée de vie.					
15. Je crains de ne pas pouvoir obtenir les aliments sains dont j'ai besoin pour mon diabète.					
16. Je crains beaucoup de faire un épisode grave d'hypoglycémie.					
17. Je ressens souvent de la honte ou de l'embarras lorsque d'autres personnes sont informées de mon diabète.					
18. Je me sens frustré(e) que l'assurance ne couvre pas ce dont j'ai besoin pour mon diabète.					
19. J'ai l'impression que les pensées concernant la nourriture et l'alimentation contrôlent ma vie.					
	Pas de problème (1)	Problème léger (2)	Problème modéré (3)	Problème grave (4)	Problème très grave (5)
20. En ce qui concerne les soins médicaux, cela me contrarie de devoir me débrouiller principalement seul(e) avec le diabète.					
21. Je suis submergé(e) par toutes les informations provenant de mes dispositifs liés au diabète (glucomètre, pompe, système de surveillance du glucose en continu).					

22. J'ai l'impression d'être un fardeau pour les autres à cause de mon diabète.					
23. Quoi que je fasse, j'ai peur de développer des complications graves liées au diabète.					
24. Je me sens en colère lorsque les autres me disent quoi faire pour gérer mon diabète.					
25. J'ai tellement peur de faire une hypoglycémie que cela m'amène à éviter certaines choses dans ma vie.					
26. Je crains que les autres ne pensent que je suis malade ou que quelque chose ne va pas chez moi parce que j'ai le diabète.					
27. Je m'inquiète de la difficulté d'accéder à mes rendez-vous médicaux ou à la pharmacie.					
28. Je m'en veux de ne pas mieux gérer mon diabète.					

	Pas de problème (1)	Problème léger (2)	Problème modéré (3)	Problème grave (4)	Problème très grave (5)
29. Je suis contrarié(e) de devoir payer si cher mes soins, mes médicaments et mes fournitures pour le diabète.					

30. Je m'inquiète de ne pas toujours pouvoir faire confiance à mes dispositifs liés au diabète (glucomètre, pompe, système de surveillance du glucose en continu).					
--	--	--	--	--	--

## Score du T1DDAS

**SCORE DE L'ÉCHELLE DE BASE** : Le *niveau de détresse de base* est un score numérique unique, basé sur la moyenne des huit éléments contributeurs. Ce score reflète le degré, l'intensité ou la quantité de détresse liée au diabète de base rapportée par la personne répondante, les scores plus élevés indiquant une intensité plus grande.

Pour calculer le score, additionnez les scores (de 1 à 5) des éléments 1 à 8, puis divisez par 8 : \_\_\_\_\_

Que faire si les 8 éléments ne sont pas tous complétés?

Si seulement 7 éléments sont complétés, additionnez leurs scores et divisez par 7. Pour 6 éléments complétés, faites de même et divisez par 6. Un minimum de 6 éléments complétés est nécessaire pour obtenir un score DE BASE précis. Nous considérons qu'un score DE BASE s'appuyant sur moins de 6 éléments n'est pas fiable et ne peut donc pas être évalué.

**SCORE DE L'ÉCHELLE DES SOURCES** : Cette échelle évalue chacune des dix *sources* courantes de détresse liée au diabète chez les adultes vivant avec le diabète de type 1. Chaque *source* se réfère à un aspect spécifique de la vie avec le diabète et de sa gestion pouvant induire ou aggraver la détresse liée au diabète chez un individu. Plus le score est élevé, plus la *source* est susceptible de contribuer à la détresse liée au diabète chez cet individu.

Chaque *source* doit être notée et considérée individuellement. Il **n'est PAS RECOMMANDÉ** d'additionner les scores des différentes *sources* pour obtenir un score global, ni de combiner les scores entre les *sources* de quelque manière que ce soit. L'examen de chacune des *sources* (et des éléments) ayant obtenu les scores les plus élevés permettra de déterminer quels aspects de la vie avec le diabète et de sa gestion ont le plus d'impact sur l'individu.

Pour noter chaque *source*, additionnez les scores (de 1 à 5) de tous les éléments s'y rattachant et divisez par le nombre d'éléments contributeurs comme suit :

Inquiétudes financières : Éléments 18, 29 divisés par 2. \_\_\_\_\_

Défis interpersonnels : Éléments 10, 24 divisés par 2. \_\_\_\_\_

Difficultés de gestion : Éléments 9, 19, 28 divisés par 3. \_\_\_\_\_

Honte : Éléments 17, 26 divisés par 2. \_\_\_\_\_

Préoccupations liées à l'hypoglycémie : Éléments 16 et 25 divisés par 2. \_\_\_\_\_

Qualité des soins de santé : Éléments 11, 20 divisés par 2. \_\_\_\_\_

Manque de ressources sur le diabète : Éléments 15, 27 divisés par 2. \_\_\_\_\_

Défis technologiques : Éléments 12, 21, 30 divisés par 3. \_\_\_\_\_

Être un fardeau pour les autres : Éléments 13 et 22 divisés par 2. \_\_\_\_\_

Inquiétudes concernant les complications : Éléments 14, 23 divisés par 2. \_\_\_\_\_

Pour qu'un score *SOURCE* soit fiable, tous les éléments associés doivent être complétés. Si un élément est manquant, le score *SOURCE* ne doit pas être calculé.

## Score du T1DDAS DE BASE

Le *niveau de détresse de base* est un score numérique unique, basé sur la moyenne des huit éléments contributeurs. *Ce score reflète le degré, l'intensité ou la quantité de détresse liée au diabète de base rapportée par la personne répondante, les scores plus élevés indiquant une intensité plus grande.*

Pour calculer le score, additionnez les scores (de 1 à 5) des éléments 1 à 8, puis divisez par 8 : \_\_\_\_\_

Que faire si les 8 éléments ne sont pas tous complétés?

Si seulement 7 éléments sont complétés, additionnez leurs scores et divisez par 7. Pour 6 éléments complétés, faites de même et divisez par 6.

### **REMARQUES :**

Un minimum de 6 éléments complétés est nécessaire pour obtenir un score DE BASE précis.

Nous considérons qu'un score total basé sur moins de 6 éléments n'est pas fiable et ne peut donc pas être évalué.

Si vous administrez à la fois les échelles DE BASE et DES SOURCES du T1DDAS, nous vous suggérons d'administrer d'abord l'échelle DE BASE.