

Questionario di valutazione della educazione sanitaria sulla malattia diabetica

Data ____ / ____ / ____

Studio No _____

RND _____

NB: Si prega di mettere un pallino nella casella usando la matita che vi viene consegnata

Questionario di base

1. Come descriveresti la tua capacità con il computer

principiante

medio

esperto

2. Hai accesso alla posta elettronica a casa od al lavoro

SI

NO

3. Hai un accesso ad internet a casa od al lavoro?

SI

NO

4. Che classe hai fatto?

5. In questo periodo hai una attività lavorativa?

SI

NO

5.a - Se si, quale? _____

SEZIONE I – senso di sicurezza.**Qu. 6. Ti preghiamo di valutare quanto ti senti sicuro di poter fare le cose che seguono***(0=non mi sento affatto sicuro 6=sono assolutamente sicuro)*

6.a	So curare il mio diabete	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
6.b	So affrontare le ipoglicemie	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
6.c	So usare il refllettometro con sicurezza	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
6.d	Vado all' estero senza timori per il diabete	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
6.e	Faccio la mia usuale attività fisica	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
6.f	So esattamente cosa mangiare a casa	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
6.g	So esattamente cosa mangiare al ristorante	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
6.h	So come controllare il mio peso	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
6.i	So come trattare il diabete quando sono malato	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
6.j	So iniettare l' insulina correttamente	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>

Qu. 7. Ti preghiamo di cerciate il numero che indica la tua risposta*(0=per nulla 6=del tutto)*

7.a	Quanto ti preoccupa il fatto di avere il diabete	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
7.b	Quanto ti senti soddisfatto del controllo della tua glicemia	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>

SEZIONE II – Qualità della vita e controllo metabolico

- 8.a Quante volte nell' ultimo mese hai avuto ipoglicemie con sudorazione, debolezza, ansietà, tremore, fame o mal di testa? 0 1-3 4-6 7-12 12+
- 8.b Quante volte nell' ultimo anno hai avuto una ipoglicemia grave con perdita di coscienza e necessità di aiuto di altri? 0 1-3 4-6 7-12 12+
- 8.c Quanti giorni nell' ultimo mese hai avuto iperglicemia con sete, bocca secca o pelle secca, nausea e fatica? 0 1-3 4-6 7-12 12+
- 8.d Sei mai stato ricoverato in ospedale per il diabete? SI NO
- 8.e - Se si, quante volte nell' anno passato? _____
- 8.f Quanto spesso il diabete ti impedisce di svolgere le tue normali attività?
(0=*quasi mai*; 6=*quasi sempre*) 0 1 2 3 4 5 6

SEZIONE III – impatto sociale ed emotivo del diabete sullo stile di vita.

Qu. 9. Il mio diabete e la terapia mi impediscono di:

(0=non sono affatto d' accordo; 1=non sono d' accordo; 3=non ho opinione;
5=sono d' accordo; 6=sono assolutamente d' accordo)

9.a	Guadagnare abbastanza	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
9.b	Affrontare le mie responsabilità di lavoro	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
9.c	Uscire o viaggiare	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
9.d	Essere attivo come mi piacerebbe	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
9.e	Mangiare ciò che desidero	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
9.f	Mantenere buoni rapporti sociali	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
9.g	Andare a dormire tardi	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
9.h	Il diabete mi complica la vita	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
9.i	Il diabete mi fa paura	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
9.j	Non riesco ad accettare l' idea che ho veramente il diabete	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
9.k	Avere il diabete mi fa sentire depresso	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
9.l	Curarmi il diabete non mi provoca problemi	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
9.m	Avere il diabete mi provoca un senso di inferiorità	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
9.n	Avere il diabete mi rende difficile fare le mie cose	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
9.o	Tutto considerato mi sento soddisfatto della mia vita	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
9.p	Posso fare tutto quello che voglio	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>
9.q	Vorrei cambiare molte cose della mia vita	<u>0</u>	<u>1</u>	<u>2</u>	<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u>	<u>6</u>

SEZIONE IV – atteggiamento verso l' autocontrollo.

Qu. 10. Quando ometti il controllo della glicemia quale è la motivazione:

	(0=mai	3=talvolta	6=sempre)						
10.a	Lo hai dimenticato	0	1	2	3	4	5	6	
10.b	Non credi che serva	0	1	2	3	4	5	6	
10.c	Non era il momento od il posto adatto	0	1	2	3	4	5	6	
10.d	Ti secca farlo	0	1	2	3	4	5	6	
10.e	Avevi terminato il materiale per farla	0	1	2	3	4	5	6	
		(0=irrilevante	3=talvolta è importante	6=è sempre importante)					
10.f	Quanto è importante per te seguire esattamente il programma di controllo della glicemia	0	1	2	3	4	5	6	
10.g	Quanto pensi che il controllo della glicemia ti aiuti nel trattamento del diabete	0	1	2	3	4	5	6	
		(0=mai	3=talora	6=sempre)					
10.h	Con quale frequenza aggiusti il dosaggio dell' insulina sulla base della glicemia?	0	1	2	3	4	5	6	
10.i	Con quale frequenza aggiusti la dieta sulla base della glicemia?	0	1	2	3	4	5	6	
10.j	Con quale frequenza aggiusti la tua attività fisica in base alla glicemia?	0	1	2	3	4	5	6	

SEZIONE V – precedente conoscenza del diabete

Qu. 11. Metti una X per indicare se ciascuna situazione riportata di seguito si associa ad ipoglicemia o ad iperglicemia

- | | | | |
|------|-----------------------|--|---|
| 11.a | Assenza di glicosuria | <input type="checkbox"/> <i>Iperglicemia</i> | <input type="checkbox"/> <i>Ipoglicemia</i> |
| 11.b | Bocca e pelle secca | <input type="checkbox"/> <i>Iperglicemia</i> | <input type="checkbox"/> <i>Ipoglicemia</i> |
| 11.c | Comparsa lenta | <input type="checkbox"/> <i>Iperglicemia</i> | <input type="checkbox"/> <i>Ipoglicemia</i> |
| 11.d | Forte sete | <input type="checkbox"/> <i>Iperglicemia</i> | <input type="checkbox"/> <i>Ipoglicemia</i> |

Qu. 12. Metti una X per indicare se ciascuna situazione descritta di seguito può provocare iperglicemia od ipoglicemia

- | | | | |
|------|------------------------|--|---|
| 12.a | Troppa insulina | <input type="checkbox"/> <i>Iperglicemia</i> | <input type="checkbox"/> <i>Ipoglicemia</i> |
| 12.b | Troppa attività fisica | <input type="checkbox"/> <i>Iperglicemia</i> | <input type="checkbox"/> <i>Ipoglicemia</i> |
| 12.c | Troppo cibo | <input type="checkbox"/> <i>Iperglicemia</i> | <input type="checkbox"/> <i>Ipoglicemia</i> |

Qu.13. Le ipoglicemie possono capitare:

- | | | | |
|------|--|-------------------------------|--------------------------------|
| 13.a | Durante attività fisica intensa | <input type="checkbox"/> Vero | <input type="checkbox"/> Falso |
| 13.b | Durante il periodo di massima efficacia dell' insulina | <input type="checkbox"/> Vero | <input type="checkbox"/> Falso |
| 13.c | Subito prima del pasto | <input type="checkbox"/> Vero | <input type="checkbox"/> Falso |
| 13.d | In qualunque di queste situazioni | <input type="checkbox"/> Vero | <input type="checkbox"/> Falso |

Qu.14. 1 ml di Insulina U-100 contiene:

- | | | | |
|------|-----------|-------------------------------|--------------------------------|
| 14.a | 1 Unità | <input type="checkbox"/> Vero | <input type="checkbox"/> Falso |
| 14.b | 40 Unità | <input type="checkbox"/> Vero | <input type="checkbox"/> Falso |
| 14.c | 80 Unità | <input type="checkbox"/> Vero | <input type="checkbox"/> Falso |
| 14.d | 100 Unità | <input type="checkbox"/> Vero | <input type="checkbox"/> Falso |

SEZIONE VI – domande tipo “cosa accadrebbe se” (simulazione di situazione)

- 15.a Quante Unità di Humalog aggiungereste per aumentare la vostra colazione di 20 gr di zucchero? 1 2 3 4 5 non so
- 15.b Cosa conviene fare se decidete di raddoppiare i carboidrati della colazione (da 20 a 40 gr)
- (i) aumentare la pronta di 5-6 U
 - (ii) aumentare la pronta di 3 U
 - (iii) diminuire la pronta di 1 U
 - (iv) diminuire la pronta ed aggiungere 4U di intermedia
- 15.c Se normalmente uso 6 U di Humalog prima di colazione (30 gr di carboidrati) e la mia glicemia stamani è 55 mg/dl a digiuno, cosa mi conviene fare?
- (i) solo 5 unità di Humalog
 - (ii) 7 unità di Humalog
 - (iii) aggiungete 10 grammi di carboidrati alla colazione, senza cambiare la dose di insulina
 - (iv) aggiungere 10 grammi di carboidrati alla colazione e fare 5 Unità di Humalog
 - (v) aggiungere 10 grammi di carboidrati alla colazione e fare 7 Unità di Humalog
 - (vi) (il vostro suggerimento) _____
- 15.d Se inietto la dose usuale di insulina rapida (**Humulin R, Actrapid**) a colazione, ma mangio molto meno del solito dopo quante ore debbo temere una ipoglicemia?
- 0 1 2 3 4 5 6 7 8

15.e Se faccio la mia iniezione di insulina rapida (humalog) alle 08:00 e faccio colazione alle 08:20, cioè dopo 20 minuti

(i) quando avrò il picco glicemico? 1 2 3 4 5 6 7 ore

(ii) quando potrei avere una ipoglicemia? 1 2 3 4 5 6 7 ore

15.f Se faccio una corsa di 20 minuti 5 ore dopo una dose di Humalog, e la mia glicemia al termine della corsa è 55 mg/dl quanti grammi di carboidrati debbo prendere per prevenire una ipoglicemia?

5 10 15 20 grammi

15.g Se avverto una ipoglicemia 2.5 ore dopo una dose di Humalog, e la glicemia è 55 mg/dl

(i) quanti grammi di carboidrati dovrei prendere? 5 10 15 20 grammi

(ii) mi conviene continuare a controllare la glicemia? SI NO

16.a Giovanni usa 4 dosi di insulina al giorno (3 di Humalog ed una di Intermedia alle 23:00). La glicemia del mattino è in genere buona. La notte scorsa ha aumentato la dose di intermedia di 2 U, e stamani la glicemia è superiore a 300 mg/dl. Cosa dovrebbe fare?

(i) aumentare la rapida del mattino

(ii) aumentare la rapida del mattino e la intermedia delle 23:00

(iii) aumentare la pronta del mattino per ridurre la glicemia e ricontrollare la glicemia alle 03:00 della notte successiva

(iv) altro (dai la tua risposta) _____

16.b La notte scorsa Giovanni non ha cenato ed ha omesso la dose di insulina delle 23:00. Stamattina la sua glicemia è 400 mg/dl ed ha corpi chetonici nelle urine

(i) perchè non è riuscito a dormire durante la notte (insonnia e stress)

(ii) per l' accumulo di insulina nel corpo

(iii) c'è una spiegazione diversa dal cibo

(iv) altro (dai la tua risposta) _____

16.c La glicemia abituale di Giovanni è 250 mg/dl prima di colazione e 120 mg/dl 2 ore dopo cena. Cosa suggerireste per migliorare ulteriormente la sua glicemia?

(i) ridurre la rapida di cena

(ii) aumentare la intermedia delle 23:00

(iii) aumentare la rapida prima di colazione

(iv) altro (dai la tua risposta) _____

16.d Roberto ha mangiato il doppio dei carboidrati a cena. Ha già fatto le sue solite 10 U di Humalog. Cosa altro può fare per migliorare la glicemia?

(i) tentar di vomitare

(ii) aggiungere una ulteriore iniezione di Humalog (altre 3 Unità)

(iii) aumentare la Intermedia delle 23:00

(iv) altro (dai la tua risposta) _____

16.e Il mio diabetologo mi ha chiesto di controllare la glicemia alle 03:00. Perché?

(i) vuole cercar di capire se sono una persona affidabile

(ii) non credo che abbia uno scopo preciso

(iii) altro (dai la tua risposta) _____

- 16.f Ho fatto la mia usuale Intermedia alle 23:00. Se la mia glicemia alle 03:00 è 120 mg/dl cosa potrebbe accadere nelle ore successive?
- (i) una ipoglicemia intorno alle 5:00
 - (ii) nulla di importante
 - (iii) dipende dal tempo per cui resterà in circolazione la insulina che ho iniettato per ultima
 - (iv) altro (dai la tua risposta) _____
- 16.g Stasera devo andare al compleanno di mio nipote e mangerò più del solito. Cosa mi conviene fare?
- (i) aumentare la rapida della cena
 - (ii) aumentare la intermedia delle 23:00
 - (iii) fare tutte e due le cose menzionate sopra
 - (iv) controllare la glicemia alle 03:00
 - (v) fare 2 iniezioni di rapida, una alle 22:00 e l' altra alle 06:00 del mattino

Dr. Patrizio Tatti – Marino, Roma, Italia
Dr. Eldon D. Lehmann – Londra, Inghilterra

16th Aprile 2000

Ringraziamento

Il presente questionario è basato in parte su domande inserite nel Diabetes Care Profile, elaborato dal Michigan Diabetes Research and Training Center (Fitzgerald JT, Davis WK, Connell CM, Hess GE, Funnell MM, Hiss RG. Development and validation of the Diabetes Care Profile. *Eval. Health Prof.* 1996; **19**: 208-230).