

姓名: \_\_\_\_\_

日期: \_\_\_\_\_

当前体重: \_\_\_\_\_ kg

检查日期: \_\_\_\_\_

身高: \_\_\_\_\_ cm

体质指数 (BMI) \_\_\_\_\_ \*由医生计算

血压: \_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ mmHg

检查日期: \_\_\_\_\_

空腹血糖: \_\_\_\_\_ mmol/L

检查日期: \_\_\_\_\_

HbA1c (糖化血红蛋白): \_\_\_\_\_ %

检查日期: \_\_\_\_\_

我们只关注您对自身健康的想法。我们不关注别人的看法或别人希望您去怎么想。

请您阅读以下内容，如果近期有相关症状，请在“是”下面打“√”；如果近期没有相关症状，请在“否”下面打“√”；

|                          | 是                        | 否                        |
|--------------------------|--------------------------|--------------------------|
| A) 你经常口渴吗？你会喝了过量的水吗？     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| B) 你小便过于频繁吗？或者你的尿量过多吗？   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| C) 你有规律地在夜间醒来小便吗？        | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| D) 你有过视力模糊吗？             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| E) 你体重有显著下降了吗？           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| F) 你经常感到疲乏无力吗？           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| G) 你的脚或手有麻木、刺痛、灼热或失去知觉吗？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| H) 其他: _____             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

如果以上所有问题都为“否”，请转到下一页

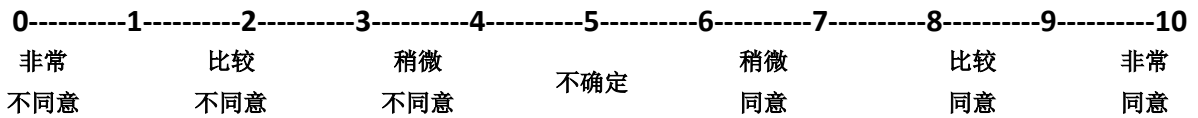
如果对以上任何一项回答为“是”，通过圈出适当的数字来表明您目前当下对以下每个陈述同意或不同意的程度，并牢记您的健康相关症状。

1) 我的健康相关症状是由于我患有糖尿病。

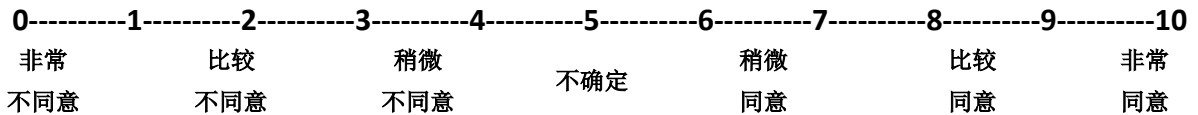
0-----1-----2-----3-----4-----5-----6-----7-----8-----9-----10  
 非常                比较                稍微                不确定                稍微                比较                非常  
 不同意                不同意                不同意                                同意                同意                同意

请圈出适当的数字来表明您当下对以下每个陈述的同意或不同意的程度。

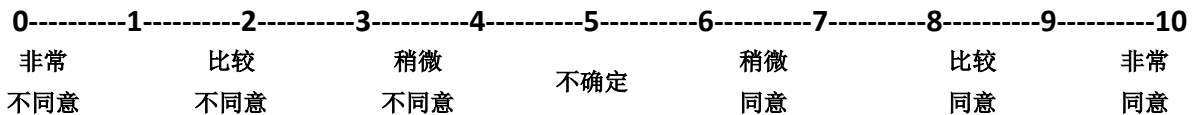
2) 我有糖尿病。



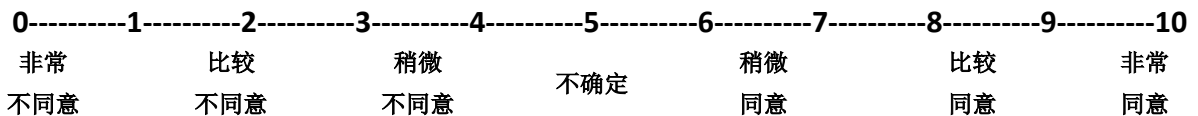
3) 我需要做出或促进健康生活方式的改变，以改善我的饮食和调整我的运动量。



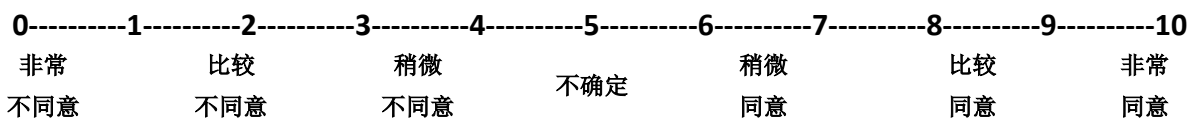
4) 我的血糖水平正常。\*



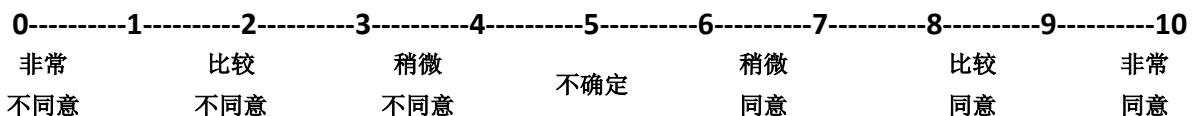
5) 我可以继续维持我目前的生活方式（如饮食和锻炼）。\*



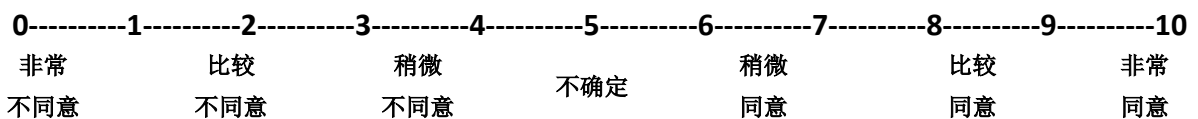
6) 我的糖尿病已经导致或可能导致不良的健康后果（例如心脏病、心脏病发作、中风、接近中风、肾病、视力丧失、手脚麻木/刺痛/感觉丧失等）。



7) 我的血糖水平经常在糖尿病指标内（即空腹血糖 $\geq 126$  mg/dl 或 $\geq 7.0$  mmol/L 或 HbA1c  $\geq 6.5\%$ ）。



8) 我需要降糖治疗（如胰岛素或药物治疗）。



有关适用性，请参阅评分表

姓名： \_\_\_\_\_

日期： \_\_\_\_\_

| 认知类别                         | 计算   | 得分 <sup>1</sup> |
|------------------------------|--|-----------------|
| 疾病意识                         | $Q2\_\_\_ + (10 - Q4\_\_\_*) + Q7\_\_\_*$<br>÷患者人数 |                 |
| 症状归因                         | Q1<br>*如果指示为 N/A，则排除                               |                 |
| 对需要治疗的认识                     | $Q3\_\_\_ + (10 - Q5\_\_\_*) + Q8\_\_\_$ ÷患者人数     |                 |
| 对负面后果的认识                     | Q6\_\_\_   |                 |
|                              | 小计（总分）   |                 |
| <b>DAS-SR 总分<sup>2</sup></b> | 小计得分÷4   |                 |

<sup>1</sup> 如果每个意识类别没有完成任何项目，则该类别的分数应保留空白。

<sup>2</sup> 总分计算应该是小计÷4 或可以根据分数的意识类别的数量进行计算。

\*如果第 4 项和第 7 项的个人血糖水平被认为得到了很好的控制或第 5 项个人目前保持健康的生活方式，则认为不适用。

## **糖尿病教育**

### **什么是 2 型糖尿病？**

2 型糖尿病是一种扰乱身体利用糖的方式的疾病。你体内的所有细胞都需要糖才能正常工作。糖在一种叫做胰岛素的激素的帮助下进入细胞。如果没有足够的胰岛素，或者如果身体对胰岛素停止反应，血糖就会在血液中积聚。这就是糖尿病患者的情况。

如果一个人患有以下一种或多种疾病，则被认为是糖尿病患者：

- 糖尿病症状和随机血糖为 11.1 mmol/L (200 mg/dL) 或更高
- 空腹血糖水平为 7.0 mmol/L (126 mg/dL) 或更高  
口服葡萄糖耐量试验后 2 小时血糖为 11.1 mmol/L (200 mg/dL) 或更高
- 糖化血红蛋白为 6.5% 或更高

### **2 型糖尿病的症状是什么？**

2 型糖尿病通常不会引起任何症状。当症状出现时，它们包括小便频繁、强烈口渴或视力模糊。

### **2 型糖尿病的后果是什么？**

尽管 2 型糖尿病可能不会让你感到不适，但如果不进行治疗，随着时间的推移，它可能会导致严重的问题。这种疾病可能会导致心脏病发作、中风、肾病、视力问题(甚至失明)、手脚疼痛或感觉丧失，以及需要切除手指、脚趾或其他身体部位(截肢)。

### **2 型糖尿病有哪些治疗选择？**

有几种药物可以帮助控制血糖。有些人需要服用药物，这些药物能帮助身体产生更多的胰岛素或帮助胰岛素发挥作用。其他人则需要注射胰岛素。有时，2 型糖尿病患者也需要药物来减少疾病造成的问题。例如，用来降低血压的药物可以减少心脏病发作或中风的机会。药物并不是控制糖尿病的唯一工具。运动、减肥、正确饮食和不吸烟都可以帮助糖尿病患者尽可能地保持健康。

## 使用手册

DAS 测量了 2 型糖尿病(T2 DM)疾病意识的核心领域，包括一般疾病意识、准确的症状归因、治疗需求意识和负面后果意识。

DAS 是第一个经过验证的、专用于 T2 DM 的工具，能可靠、全面地测量 T2 DM 的主观意识。该项目的开发是由现有的理论模型和先前在其他条件下验证的疾病意识量表指导的，例如神经精神障碍。DAS 具有良好的收敛和区分效度、内部一致性和一个月的重测信度。8 项条目可在不到 2 分钟内完成。每个量表项目都包含一个 10 分的李克特量表，以捕捉意识上的细微差异。DAS 可用于临床和研究，包括流行病学研究和前瞻性治疗试验，以调查主观的 T2 DM 意识对治疗依从性和临床结果的贡献程度；或神经成像和神经生理学研究，以确定 T2 DM 意识的神经相关性。

DAS 可从 [www.illnessawarenessscales.com](http://www.illnessawarenessscales.com) 下载。请参阅法律使用条款。

以下是如何使用 DAS 并为其评分的说明。

在实施 DAS 之前，参与者或临床医生应在第 1 页的顶部输入数据：最近的体重和身高、经计算的 BMI、血压、空腹血糖和 HbA1c。

量表由以下构成：

- 1) 评估症状归因（第 1 页）
- 2) 评估对一般疾病的认识、对治疗需要的认识和对负面后果的认识（第 2 页）
- 3) 评分表（第 3 页）

参与者应阅读 DAS 的全部内容，以便准确地报告他/她对自己的疾病、症状、治疗需要和疾病的负面后果的了解。

### 评估症状归因（第 1 页）

症状归因评估（第 1 页）由一个介绍性陈述组成，指出参与者应报告他/她自己对其健康相关经历的信念，而不是其他人可能希望他/她相信的信念。

我们只关注您对自身健康的想法。我们不关注别人的看法或别人希望您去怎么想。

请您阅读以下内容，如果近期有相关症状，请在“是”下面打“√”；如果近期没有相关症状，请在“否”下面打“√”；

在介绍性声明之后，参与者将以明确的方式报告当前与健康相关的症状，即在列出的症状旁边标记“是”或“否”。目的是让参与者指出他/她有任何与健康有关的症状。

如果参与者对所有列出的症状回答“否”，他/她将被指示进入下一页。

如果参与者对所列症状中的任何一个回答“是”，他/她将被指示圈出适当的数字来表明他/她目前对该陈述的同意或不同意程度，并牢记其健康相关症状。

|                                 | 是                        | 否                        |
|---------------------------------|--------------------------|--------------------------|
| <b>D)</b> 你经常口渴吗？你会喝了过量的水吗？     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>J)</b> 你小便过于频繁吗？或者你的尿量过多吗？   | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>K)</b> 你有规律地在夜间醒来小便吗？        | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>L)</b> 你有过视力模糊吗？             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>M)</b> 你体重有显著下降了吗？           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>N)</b> 你经常感到疲乏无力吗？           | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>O)</b> 你的脚或手有麻木、刺痛、灼热或失去知觉吗？ | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |
| <b>P)</b> 其他： _____             | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |

项目 1 具体评估参与者的症状归因，即参与者目前能够或不能将其与健康相关的症状（当前或过去）归因于 T2 DM 的程度。

在某些情况下，参与者可能不会报告任何与健康相关的症状，这可能会使参与者无法为评估症状归因的项目 1 评分（第 1 页）。如果是这样的话，参与者应该不对第一项进行评分，就好像它不适用一样，这将允许对 DAS 进行适当的评分（参见评分表）。

## 评估一般疾病意识、治疗需求意识和负面后果意识（第 2 页）

对一般疾病意识、对治疗需要的**意识**和对负面后果的**意识**的评估（第 2 页）由一个介绍性陈述组成，指出参与者应说明他/她目前对项目 2 至项目 8 同意或不同意的陈述程度。

请在适当的数字上圈出你在多大程度上同意或不同意下面的每一项陈述。

项目 2、项目 4 和项目 7 具体评估参与者的一般疾病意识，即参与者对他/她患有 T2DM 的意识。项目 2 和项目 7 的适用情况请参见评分表。

项目 3、项目 5 和项目 8 具体评估参与者对治疗需要的**意识**，即参与者对改变生活方式（体力活动和饮食改变）或治疗的必要性的**意识**。项目 5 的适用情况请参阅适评分表。

项目 6 具体评估参与者对可归因于 T2DM 的负面后果的**意识**，包括心脏病、心脏病发作、中风、接近中风、肾脏疾病、视力丧失、手脚麻木/刺痛/感觉丧失等。

## 评分表（第 3 页）

评分表（第 3 页）允许对 DAS 的意识类别和总分进行适当的评分。以下提供了分步说明。

- 1) 通过将症状归因评估（第 1 页）、一般疾病意识评估、治疗需要意识和负面后果意识评估（第 2 页）的每一项的评分复制到评分表（第 3 页）上相应的空白处，例如，如果第 1 项的评分为‘8’，第 2 项的评分为‘2’，则应将‘8’和‘2’分别复制到评分表（第 3 页）的 Q1 和 Q2 中，以计算每个意识类别。

\*请注意，如果第 1 项未评分，则每个意识类别的分数应留空。

\*如果第 4 项和第 7 项的个人血糖水平被认为得到了很好的控制或第 5 项个人目前保持健康的生活方式，则认为不适用。

| 认知类别 | 计算   | 得分 <sup>1</sup> |
|------|--|-----------------|
| 疾病意识 | $\frac{Q2\_\_\_ + (10 - Q4\_\_\_*) + Q7\_\_\_*}{\div \text{患者人数}}$ |                 |
| 症状归因 | $Q1\ 8\ \_\_\_$ <p>*如果指示为 N/A，则排除</p>                              |                 |

- 2) 执行评分表（第 3 页）计算栏中的计算，以生成分数栏中的意识类别分数。

- 3) 经计算，将意识类别分数相加以确定小计得分。

- 4) DAS 平均总分的计算方法是将小计除以可以确定分数的认知类别的数量。如果测量了所有类别，则 DAS 平均总分应除以 4。如果没有报告症状归因得分，则 DAS 平均总分应除以 3。