

親愛的民眾，您好：

我們是國立臺北護理健康大學健康事業管理學系研究計畫團隊，目前與台北市立聯合醫院忠孝院區新陳代謝科共同合作進行評估二型糖尿病人不同病人健康分群與併發症之風險之研究計畫，其目的想了解第二型糖尿病人自我管理行為與併發症之間發生的相關風險性。

本問卷結果將依個人資料保護法規定嚴密保管與遵循法令規定處理，並提供以下單位進行後續運用，以及避免重複向您蒐集資料，敬請放心填答。

☐同意提供此計畫分析使用

☐同意提供國立臺北護理大學與聯合醫院資訊交流

如對本問卷填答有任何疑問或需依個人資料保護法第 3 條規定行使相關權利時，歡迎以 EMail 或電話與我們聯絡。感謝您的填答！

國立臺北護理健康大學健管系研究所

計畫主持人：邱尚志

聯絡電話：02-23885111 轉 6122；e-mail:shangjyh@ntunhs.edu.tw

填答者姓名：

\_\_\_\_\_

身分證字號：

\_\_\_\_\_

### 填答者基本資料

1. 民國幾年生：

2. 性別：☐男、☐女

3. 最高教育程度：☐不識字、☐識字、☐國小、☐國中、☐高中、☐大專以上，☐研究所

4. 患病後，有無曾接受過醫護人員提供的糖尿病衛生教育：

☐1.無

☐2.有，共 \_\_\_\_\_ 次，每次 \_\_\_\_\_ 分鐘；

方法：☐1.個別衛教☐2.團體衛教 教材：☐1.手冊 ☐2.單張 ☐3.其它 ；

衛教者：☐1.醫生☐2.護理師 ☐3.衛教師☐4.其他

整體而言，我對糖尿病衛生教育認知程度 0-10 \_\_\_\_\_

5. 您平時有無規則測量血糖變化：

☐1.無

☐2.有，平均測幾次： \_\_\_\_\_ 次/日或/週或/月(日或週或月，請圈任何一項)，

如何測得☐1.自備血糖機 ☐2.醫療院所 ☐3.其他 (請說明)

6. 目前疾病控制方法(可複選)：

☐1.口服糖尿病相關用藥(☐有規則服藥☐無規則服藥)

☐2.針劑糖尿病相關用藥(☐有規則打針☐無規則打針)

☐3.飲食控制(按照醫護人員的飲食選用食物)

☐4.有養成運動習慣(一週3次，每次30分鐘)

7. 請問您是否參加糖尿病病友團體及衛教課程？

☐否

☐是 (☐完全沒幫助 ☐有些沒幫助 ☐有些幫助☐非常有幫助)

## 一、糖尿病管理自我效能量表(DMSES)

第一部分:以下為你在糖尿病自我管理中可能要做的事項。請仔細閱讀每一個項目，然後選出最能代表你**自己執行這件事的信心程度**。例如:如果你認為自己在「當有需要時我能自行檢測血糖」非常有自信的話，請圈選 10;完全無法做到(完全沒自信的話)請圈選 0。

請在每一列中圈選出一個數字

	完 全 無 法 做 到					也 許 可 也 許 不 可 以					完 全 可 以 做 到				
1. 我能自行檢測血糖	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
2. 當我的血糖不穩定時時，我能調整我的血糖	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
3. 我能做足夠的身體活動（例如:溜狗、瑜珈、園藝、或伸展運動等）	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
4. 當醫護人員建議我多做一些身體活動，我有能力確實做到	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
5. 當我身體活動量增加時，我能自行調整我的飲食計畫	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
6. 當我在外用餐時，我仍然能遵行我的糖尿病飲食計畫	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
7. 在特殊節日時，我仍然能遵守我的糖尿病飲食計畫	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
8. 當我承受壓力或焦慮時，我仍然能維持我的飲食計畫	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
9. 當我生病時，我仍然能維持我的糖尿病藥物治療	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
10. 我能夠依醫師處方按時服藥	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				
11. 我能做到每三個月回診，以監測我的糖尿病狀況	0	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10				

## 二、糖尿病治療自我規範問卷(TSRQ-D)

有很多的理由來說服第二型糖尿病患者為何需要服用藥物、監測血糖、飲食控制與規律運動，下列所列舉的行為依據你的狀況勾選出你認為最合適的答案

1. 完全不同意 2. 有點不同意 3. 普通 4. 有點同意 5. 完全同意

	1	2	3	4	5
1. 如果我不服用藥物或監測血糖，關心我的人會對我生氣					
2. 如果我不服用藥物或監測血糖，我會覺得自己很糟糕					
3. 當我沒有遵從醫師的建議，我心理會有罪惡感					
4. 我覺得能做到定時服用藥物或定期監測血糖，對我個人而言是一項挑戰					
5. 我相信只要好好控制血糖就可以改善我的健康					
6. 如成功地將自己的血糖值維持在理想範圍內，對我而言是一件令人振奮的事					
7. 我會想要讓醫師認為我是位好病患					
8. 我相信遵守飲食控制與適度運動，對健康是很重要的					
9. 如果我不遵守飲食控制與適度運動，我會感到羞愧					
10. 我已經仔細地思考過控制血糖的飲食原則與運動，並相信那是正確且要去做的事					
11. 我遵守飲食控制原則與適度運動，因為這是糖尿病患應該做的事情					
12. 我遵守飲食控制與適度運動是因為這是醫師的指示					
13. 對我而言遵守飲食控制與適度運動，是最有益處的事情					
14. 選擇遵守飲食控制與適度運動，這是我自己想要努力的目標					
15. 學習與糖尿病共存是一項挑戰					

(一題兩個選項)

### 三、糖尿病自我照顧控制自我評估達成度問卷

A. 以下針對糖尿病自我管理四大面向，自我評估預定目標達成程度

1 最差-----5 最佳

	A-1 藥物治療					B-1 健康飲食					C-1 檢查血糖					D-1 規律運動				
自我評估 達成程度	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5	1	2	3	4	5

B. 以下針對糖尿病自我管理四大面向，在自我管理中你覺得影響達成的因素

以下項目中影響你藥物治療、糖尿病健康飲食、在家無法自行測量血糖及有無固定運動的原因（複選題）

	A 藥物治療	B 飲食計畫	C 檢查血糖	D 規律運動
1 太忙				
2 太麻煩				
3 不相信醫師				
4 不相信有用				
5 不喜歡做				
6 不瞭解				
7 忘了				
8 看病太貴了				
9 對於介入失望				
10 對結果失望				
11 其他				

### 四、病人健康狀況問卷(PHQ-9)

在過去兩個星期，有多少時候您受以下問題所困擾		完全沒有	幾天	一半以上的天數	幾乎每天
1	做事時提不起勁或沒有樂趣	0	1	2	3
2	感到心情低落、沮喪或難過	0	1	2	3
3	入睡困難、睡不安穩或睡眠過多	0	1	2	3
4	感覺疲憊或沒有活力	0	1	2	3
5	覺得自己很糟、很失敗，或讓自己或家人失望	0	1	2	3
6	對事情無法專注 (例如閱讀報紙或看電視等)	0	1	2	3
7	動作或說話速度緩慢到別人以察覺； 或煩躁、坐立不安等情況勝於平常	0	1	2	3
8	有希望自己死掉或傷害自己的念頭	0	1	2	3

## 五、生活品質問卷(EQ-5D)

請在下列各組選項中，指出哪一項敘述最能描述您今天的健康狀況，並在空格內打勾。

### 行動

我可以四處走動，沒有任何問題。 ☐

我行動有些不便。 ☐

我臥病在床。 ☐

### 自我照顧

我能照顧自己，沒有任何問題。 ☐

我在盥洗、洗澡或穿衣方面有些問題。 ☐

我無法自己盥洗、洗澡或穿衣。 ☐

### 平常活動（如工作、讀書、家事、家庭或休閒活動）

我能從事平常活動，沒有任何問題。 ☐

我在從事平常活動方面有些問題。 ☐

我無法從事平常活動。 ☐

### 疼痛/不舒服

我沒有任何疼痛或不舒服。 ☐

我覺得中度疼痛或不舒服。 ☐

我覺得極度疼痛或不舒服。 ☐

### 焦慮/沮喪

我不覺得焦慮或沮喪。 ☐

我覺得中度焦慮或沮喪。 ☐

我覺得極度焦慮或沮喪。 ☐

與我過去12個月的一般健康狀況比較，我今天的健康狀況為：

較好 ☐

差不多 ☐

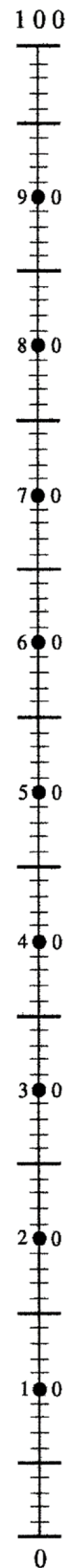
較差 ☐

想像中最好的健康狀況

為了幫助一般人陳述健康狀況的好壞，我們畫了一個刻度尺  
（有點像溫度計），在這刻度尺上，100代表您想像中最好的  
狀況，0代表您想像中最差的狀況。

請問您今天的健康狀況是？

(由訪員填答)



想像中最差的健康狀況

在此感謝您的填答