

Kwestionariusz ankiety dla członka rodziny uczestnika „Programu profilaktycznego zespołu stopy cukrzycowej”.

Szanowni Państwo,

Uprzejmie prosimy o wypełnienie anonimowej ankiety. Proszę wybraną odpowiedź zaznaczyć X.

1.Czy Pana(i) zdaniem przyczyną hiperglikemii (wzrostu poziomu cukru we krwi ponad normę) jest?

- a) za mała dawka insuliny lub pominięcie zastrzyku
- b) za mała aktywność fizyczna
- c) zbyt obfity w węglowodany posiłek
- d) dodatkowa choroba (ból, gorączka, infekcja)

2.Które z niżej wymienionych objawów występują przy wzroście poziomu cukru we krwi ponad normę?

- a) nadmierne pragnienie
- b) zwiększona ilość oddawanego moczu
- c) suchość w jamie ustnej
- d) utrata apetytu
- e) bóle brzucha, nudności, wymioty
- f) senność

3.Do higieniczno- pielęgnacyjnych zasad zapobiegających wystąpieniu stopy cukrzycowej zaliczamy:

- a) dbanie o to, by stopy były czyste i suche
- b) mycie stóp w letniej wodzie
- c) stosowanie balsamów natłuszczających, których nie należy wcierać między palce
- d) nie wskazane jest chodzenie boso
- e) noszenie wygodnych skórzanych butów
- f) noszenie bawełnianych dobrze dopasowanych skarpetek
- g) regularne spacerowanie w celu poprawy ukrwienia i unerwienia stóp
- h) codzienne oglądanie stóp
- i) zwracanie uwagi na mogące wystąpić skaleczenia, siniaki na stopie
- j) obcinanie paznokcie „na prosto” a nie „na okrągło”

4. Z podanej niżej listy produktów spożywczych proszę wybrać te, które zalecane są w diecie cukrzycowej:

- a) pieczywo jasne
- b) nabiał i jego przetwory
- c) jaja
- d) drób
- e) cielęcina
- f) wołowina
- g) wieprzowina
- h) ryby i przetwory rybne
- i) tłuszcze roślinne
- j) tłuszcze zwierzęce
- k) ciasta, słodczyce
- l) warzywa
- m) owoce
- n) kasze
- o) makarony

5. Jaki wpływ na organizm cukrzyka ma picie alkoholu?

- a) sprzyja powstawaniu hipoglikemii (niedocukrzeniu)
- b) może wywoływać kwasicę ketonową
- c) większe dawki alkoholu wpływają na wzrost ciśnienia tętniczego
- d) może prowadzić do uszkodzenia serca, wątroby i trzustki
- e) może powodować otyłość

6. Jak według Pana(i) palenie tytoniu wpływa na organizm cukrzyka?

- a) podnosi ciśnienie tętnicze krwi
- b) przyspiesza procesy miażdżycowe
- c) zwiększa ryzyko wystąpienia udaru mózgu
- d) zwiększa ryzyko wystąpienia zawału serca

7. W jaki sposób postępuje Pan(i) podczas wystąpienia objawów hiperglikemii u członka rodziny?

- a) podaję do picia osolone płyny
- b) sprawdzam zawartość cukru i acetonu w moczu

- c) wstrzykuję dodatkową dawkę insuliny krótko działającej lub szybko działającego analogu insuliny
- d) kontaktuje się z lekarzem
- e) wzywam karetkę pogotowia

8. Jakich Pana(i) zdaniem są przyczyny hipoglikemii (niedocukrzenia)?

- a) zbyt mały posiłek lub jego brak po podaniu insuliny
- b) za duża dawka insuliny
- c) zbyt duży wysiłek fizyczny
- d) spożycie alkoholu
- e) nieregularne przyjmowanie zaleconych dawek doustnych leków hipoglikemizujących

9. Jakich czynności podejmuje Pan(i) w przypadku hipoglikemii?

- a) podaję do spożycia kilka łyżeczek cukru
- b) podaję do picia słodki napój
- c) podaję do picia coca-colę
- d) podaję jakieś słodycze (baton, czekolada, ciastko)
- e) podaję cukier w kostkach, którą zawsze noszę przy sobie
- f) mierzę poziom cukru we krwi
- g) kontaktuję się z lekarzem
- h) wzywam karetkę pogotowia

10. Jakich Pan(i) zna późne powikłania cukrzycy?

- a) choroby oczu (retinopatia)
- b) zmiany w nerkach (nefropatia)
- c) chorobę niedokrwioną serca
- d) choroby naczyniowe mózgu (udary niedokrwienne)
- e) miażdżycę tętnic
- f) kardiomiopatię cukrzycową
- g) zaburzenia czucia, bólu i temperatury
- h) zespół stopy cukrzycowej
- i) zmiany skórne: świąd, owrzodzenia

11. Czy potrafi Pan(i) obsługiwać glukometr?

- a) tak
- b) nie
- c) słabo

Dziękujemy za wypełnienie ankiety