

استمارة استبيان

لتقييم تأثير تعديل نمط الحياة على التحكم في نسبة السكر في الدم لمرضى السكري من النوع الثاني

بمستشفيات جامعة قناة السويس

رقم المسلسل: تاريخ المقابلة الاولى:

رقم الهاتف: تاريخ المقابلة الثانية:

(الأداة الاولى)أولا – البيانات الاجتماعية و السكانية (الديموجرافية):

١- الإسم ( اختياري):

٢- الجنس:

١- ذكر ( )      ٢- أنثى ( )

٣- السن:

٤- الحالة الاجتماعية:

١- عازب ( )      ٢- متزوج ( )

٣- مطلق ( )      ٤- أرمل ( )

٥- نوع الأسرة:

١- نووية ( )      ٢- ممتدة ( )

## الحالة الاجتماعية و الاقتصادية:

٦- محل الإقامة:

١- عشوائيات ( ) ٢- قرية ( )

٣- مدينة ( )

٧- درجة تعليم المريض:

١- لا يقرأ ولا يكتب ( ) ٢- تعليم أساسي ( )

٣- تعليم متوسط (ثانوي / فني) ( ) ٤- تعليم فوق المتوسط ( )

٥- تعليم جامعي فأكثر ( )

٨- وظيفة المريض:

١- بدون عمل ( ) ٢- عامل غير مؤهل ( )

٣- عامل مؤهل/ مزارع ( ) ٤- أعمال حرة ( )

٥- موظف ( ) ٦- فني/ متخصص ( )

٩- درجة تعليم الزوج / الزوجة:

١- لا يقرأ ولا يكتب ( ) ٢- تعليم أساسي ( )

٣- تعليم متوسط (ثانوي / فني) ( ) ٤- تعليم فوق المتوسط ( )

٥- تعليم جامعي فأكثر ( )

١٠- وظيفة الزوج / الزوجة:

١- بدون عمل ( ) ٢- عامل غير مؤهل ( )

٣- عامل مؤهل/ مزارع ( ) ٤- أعمال حرة ( )

٥- موظف ( ) ٦- فني/ متخصص ( )

١١- دخل الأسرة:

١- لا يكفي ( ) ٢- يكفي للمصروفات اليومية ( )

المعتادة

٣- يكفي للمصروفات اليومية ( ) ٤- يكفي و يفيض ( )

و الطارئة

## ١٢- ممتلكات الأسرة:

- ١- ثلاجة ( )  
 ٢- راديو ( )  
 ٣- تليفزيون ( )  
 ٤- غسالة ( )  
 ٥- تليفون أرضي/ محمول ( )  
 ٦- سيارة ( )  
 ٧- أرض زراعية ( )  
 ٨- أرض سكنية ( )  
 ٩- بيت آخر ( )  
 ١٠- محل/ مزرعة ( )  
 ١١- كمبيوتر ( )  
 ١٢- دواجن / حيوانات ( )

## ١٣- كم عدد أفراد الأسرة المقيمين بالمنزل:.....

- ١٤- عدد أفراد الأسرة المقيمين بالمنزل:  
 ١- خمسة أفراد فأكثر ( )  
 ٢- أقل من خمسة أفراد ( )

## ١٥- ما نوع المنزل الذي تسكنه:

- ١- إيجار ( )  
 ٢- تملك ( )

## ١٦- كم عدد غرف المنزل الذي تسكنه:.....

- ١- لا يوجد ( )  
 ٢- إيجار و أقل من ٤ حجرات ( )  
 ٣- إيجار و ٤ حجرات فأكثر ( )  
 ٤- تملك و أقل من ٤ حجرات ( )  
 ٥- تملك و ٤ حجرات فأكثر ( )

## ١٧- نوع المنزل الذي تسكنه:

- ١٨- معدل الكثافة (عدد الأفراد / عدد الحجرات بالمنزل):  
 ١- أكثر من شخص في الغرفة ( )  
 ٢- شخص واحد في الغرفة ( )

١٩- عدد أفراد الأسرة العاملين:

- ١- فرد واحد ( )  
 ٢- فردان ( )  
 ٣- ثلاث أفراد فأكثر ( )

٢٠- تعليم الأطفال (أكبر من خمس سنوات):

- ١- لا أحد ( )  
 ٢- أقل من النصف ( )  
 ٣- النصف فأكثر ( )  
 ٤- الكل ( )

٢١- الخدمات المتاحة بالمنزل:

- ١- مصدر مياه صالحه للشرب ( )  
 ٢- كهرباء ( )  
 ٣- غاز طبيعي ( )  
 ٤- صرف صحي ( )  
 ٥- جمع النفايات الصلبة عن طريق البلدية ( )  
 ٦- مرحاض بلدي ( )  
 ٧- مكيف هواء ( )

٢٢- هل تتلقي الأسرة الدعم الحكومي:

- ١- نعم ( )  
 ٢- لا ( )

٢٣- هل تقوم الأسرة بدفع الضرائب:

- ١- نعم ( )  
 ٢- لا ( )

٢٤- مصادر الرعاية الصحية:

- ١- المصادر الصحية الخاصة ( )  
 ٢- التأمين الصحي ( )  
 ٣- المصادر الصحية الحكومية ( )  
 ٤- أكثر من مصدر من المصادر السابقة ( )  
 ٥- معالج تقليدي/ رعاية ذاتية ( )

٢٥- مصادر المعلومات الصحية:

- ١- وسائل الإعلام ( )  
 ٢- الكتب و المجلات / الانترنت ( )  
 ٣- الطبيب/ الممرض ( )

**ثانياً – التاريخ الصحي:**

٢٦- منذ متي تعاني من الإصابة بمرض السكري:

١- نعم ( )      ٢- لا ( )

٢٧- هل يوجد أحد بأسرتك مصاب

بمرض السكري (الأب / الأم):

٢٨- هل تعاني من مضاعفات مرض السكري:

١- نعم ( )      ٢- لا ( )  
و اذا كانت الاجابة بنعم، إذكرها:  
٣- لا أعرف ( )

٢٩- هل أجريت لك عمليات جراحية سابقة:

١- نعم ( )      ٢- لا ( )  
و اذا كانت الاجابة بنعم، إذكرها:

٣٠- هل تعاني من نوبات نقص السكر في الدم (عرق شديد، هبوط، زغللة بالعين)؟  
١- نوبات متكررة ( )      ٢- نادرة الحدوث ( )  
٣- لم تحدث ( )

٣١- هل تتبع نظام غذائي معين:

١- نعم ( )      ٢- لا ( )

٣٢- هل تمارس نشاط بدني / رياضة (كالمشي)

بانتظام:

١- نعم ( )      ٢- لا ( )

٣٣- هل تقوم بقياس مستوى السكر في الدم بانتظام:

- ١- نعم ( )  
 في حالة الإجابة بنعم،  
 كم مرة في الشهر:  
 ٢- لا ( )

٣٤- إذكر الأدوية التي تأخذها حاليا كعلاج لمرض السكري:

٣٥- هل تداوم علي أخذ العلاج بانتظام:

- ١- نعم ( )  
 اذا كانت الاجابة بلا،  
 فاذكر الاسباب:  
 ٢- لا ( )

٣٦- ما هو نظامك في متابعة السكري لدي طبيبك المعالج:

- ١- عندما اشعر بالتعب فقط ( )  
 ٢- مرة كل ٣ شهور ( )  
 ٣- مرة كل شهر ( )  
 ٤- أخرى ( )

## ثالثاً- استبيان لقياس مدى معرفة مريض السكري بمرضه

م	الاسئلة	نعم	لا	لا أعلم
٣٧-	يُعد تناول الكثير من السكر وغيره من الحلويات سببا للاصابة بمرض السكري.			
٣٨-	السبب الشائع لمرض السكري هو نقص افراز الانسولين في الجسم.			
٣٩-	سبب الاصابة بمرض السكري يرجع الى فشل الكلى في تنقية البول من السكر.			
٤٠-	الكلى هي العضو المسئول عن افراز الانسولين.			
٤١-	يزداد السكر في الدم عادة لدى مرضى السكري الذين لم يتم علاجهم.			
٤٢-	إصابة احد الوالدين بالسكري يزيد من احتمالية اصابة اولاده بالمرض			
٤٣-	يمكن الشفاء من مرض السكري.			
٤٤-	وصول نسبة السكر في دم الصائم الى ٢١٠ مللي جرام / ديسيلتر يُعد مؤشرا لارتفاع الشديد بنسبة السكر بالدم.			
٤٥-	أفضل طريقة للتحقق من الاصابة بمرض السكري هي تحليل البول.			
٤٦-	ممارسة الرياضة بانتظام سيزيد من احتياج الجسم للانسولين او أدوية السكري الأخرى.			
٤٧-	هناك نوعان رئيسيان لمرض السكري: النوع الاول (المعتمد على الانسولين) والنوع الثاني (الغير معتمد على الانسولين).			
٤٨-	عدم انتظام افراز الانسولين ينتج عن تناول الكثير من الطعام.			
٤٩-	الدواء يعتبر أكثر أهمية من النظام الغذائي وممارسة النشاط الحركي في السيطرة على مرض السكري.			
٥٠-	غالباً ما يسبب الاصابة بمرض السكري ضعفاً في الدورة الدموية.			
٥١-	تلتئم الجروح القطعية والسحاجات لدى مرضى السكري ببطء أكثر.			
٥٢-	يجب على مرضى السكري الحذر الشديد عند تقليم اظافر القدمين.			
٥٣-	يجب على مرضى السكري تطهير الجروح القطعية باليود والكحول.			
٥٤-	لا تقل طريقة اعداد طعام مرضى السكري أهمية عن اختيار الاطعمة.			
٥٥-	مرض السكري يمكن أن يؤدي الى تلف الكلى.			
٥٦-	مرض السكري يمكن أن يسبب فقدان الاحساس في اليدين والأصابع والقدمين.			
٥٧-	عدم الاتزان و كثرة التعرق يعتبر مؤشرا لارتفاع نسبة السكر في الدم.			
٥٨-	كثرة التبول والعطش من علامات انخفاض السكر في الدم.			
٥٩-	لا يعد ارتداء الجوارب الضيقة أو الاساور المحكمة من المحظورات لدى مرضى السكري.			
٦٠-	غذاء مريض السكري أغلب الأحيان يعتمد علي نظام خاص بالأكل.			