

Diabetes Self-Management Questionnaire (DSMQ) – Deutsche Originalfassung

Instruktion

Die folgenden Aussagen beschreiben Selbstbehandlungsaktivitäten im Zusammenhang mit Ihrem Diabetes. Denken Sie an die letzten acht Wochen und kreuzen Sie an, inwieweit jede Aussage auf Sie zutrifft.

Antwortskala

3 = trifft voll zu; 2 = trifft eher zu; 1 = trifft eher nicht zu; 0 = trifft nicht zu

(Bei einigen Aussagen können Sie zusätzlich ankreuzen, dass die betreffende Maßnahme für Ihre Behandlung nicht erforderlich ist; dann wird das Item nicht gewertet.)

Nr.	Aussage	Trifft voll zu 3 Punkte	Trifft eher zu 2 Punkte	Trifft eher nicht zu 1 Punkt	Trifft nicht zu 0 Punkt	Nicht erforderlich*
1	Ich kontrolliere meinen Blutzucker sorgfältig und aufmerksam.					☐ Blutzuckermessung ist im Rahmen meiner Behandlung nicht erforderlich
2	Die Lebensmittel, die ich auswähle, erleichtern es mir, optimale Blutzuckerwerte zu erreichen.					–
3	Ich wahrnehme alle Arzttermine, die für meine Diabetesbehandlung empfohlen werden.					–
4	Ich nehme meine Diabetesmedikation (z. B. Insulin, Tabletten) exakt wie verordnet ein.					☐ Medikation/Insulin ist nicht erforderlich
5	Gelegentlich esse ich sehr viele Süßigkeiten oder					–

	andere kohlenhydratreiche Speisen.					
6	Ich dokumentiere meine Blutzuckerwerte regelmäßig (oder Werte die Gerätedaten aus).					☐ Blutzuckermessung ist nicht erforderlich
7	Ich meide diabetesbezogene Arzttermine eher.					–
8	Ich betreibe regelmäßig körperliche Aktivität, um optimale Blutzuckerwerte zu erzielen.					–
9	Ich halte die Ernährungsempfehlungen meines Arztes/Diabetes-teams strikt ein.					–
10	Ich kontrolliere meinen Blutzucker nicht häufig genug, um eine gute Einstellung zu erreichen.					☐ Blutzuckermessung ist nicht erforderlich
11	Ich vermeide körperliche Aktivität, obwohl sie meinen Diabetes verbessern würde.					–
12	Ich vergesse oder überspringe meine Diabetesmedikation (z. B. Insulin, Tabletten).					☐ Medikation/Insulin ist nicht erforderlich
13	Manchmal habe ich echte „Essanfälle“ (nicht durch Unterzuckerung ausgelöst).					–
14	Hinsichtlich meiner Diabetesbetreuung sollte ich meine Ärzte häufiger aufsuchen.					–

15	Ich lasse geplante körperliche Aktivitäten ausfallen.					–
16	Meine Diabetes-Selbstbehandlung ist schlecht.					–

*Das Kästchen „Nicht erforderlich“ wird nur bei Items 1, 4, 6, 10 und 12 angeboten.

Auswertung (16-Item-Version)

Inverse Items

– Item-Nr.: 5, 7, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16

– Vor Summierung müssen die Punktwerte gespiegelt werden ($3 \leftrightarrow 0$, $2 \leftrightarrow 1$).

Skalenbildung

Skala	Items	Max. Rohwert
Blutzucker-Management (GM)	1, 4, 6, 10, 12	15
Diabetesgerechte Ernährung (DC)	2, 5, 9, 13	12
Körperliche Aktivität (PA)	8, 11, 15	9
Inanspruchnahme des Gesundheitswesens (HU)	3, 7, 14	9
Gesamtskala (SS)	alle 16 Items	48

Transformation

Skalen-Score = (Summe der Itemwerte / maximal mögliche Summe) $\times$ 10

→ Wertebereich 0 – 10 (höher = besseres Selbstmanagement).

Bei ausgelassenen Items das Maximum pro Item um 3 Punkte reduzieren.

Interpretation (Richtwerte)

Gesamtskala $\leq 6,0$ deutet in den Normstichproben (Typ-1 und Typ-2-Diabetes) auf verbesserungsbedürftige Selbstbehandlung hin.

Hinweise & Quellen

Originalinstrument entwickelt am Forschungsinstitut der Diabetes-Akademie Bad Mergentheim; publiziert in Health & Quality of Life Outcomes 2013.