

## Your diabetes questionnaire

آپ کی ذیابیطس (ڈایابیطس) کے متعلق سوال نامہ

Name

نام

Name of the person who filled in the form (if not you)

اُس شخص کا نام جس نے یہ فارم پُر کیا ہے (اگر وہ آپ نہیں ہیں)

### About the form

فارم کے متعلق

We want to find out what you know as this will help us manage your health better.

ہم معلوم کرنا چاہتے ہیں کہ آپ کیا جانتے ہیں کیونکہ اس سے ہمیں آپ کی صحت کو بہتر بنانے میں مدد ملے گی۔

Be honest and try to answer all the questions.

پوری سچائی کے ساتھ تمام سوالات کا جواب دینے کی کوشش کریں

If you don't understand a question please ask for help.

اگر آپ کو کسی سوال کی سمجھ نہ آئے تو برائے مہربانی مدد کیلئے پوچھیں۔

**How to fill in the form:** If there is a box  Please tick your answer

فارم کو کیسے پُر کیا جائے: اگر ایک باکس بنا ہوا ہے  تو برائے مہربانی اپنے جواب کے آگے ٹک کا نشان لگائیں

1. How good is your knowledge of diabetes? (please tick your answer)

1. ذیابیطس کے بارے میں آپ کتنا زیادہ جانتے ہیں؟ (برائے مہربانی اپنے جواب کے آگے ٹک کا نشان لگائیں)

	Very good بہت اچھا
	Good اچھا
	OK ٹھیک
	Not very good زیادہ اچھا نہیں
	I don't know anything about diabetes میں ذیابیطس کے بارے میں کچھ نہیں جانتا جانتی

2. Do you know the symptoms of diabetes? Yes  No  Please tick your answer

کیا آپ ذیابیطس کی علامات کو جانتے ہیں؟ ہاں  نہیں  برائے مہربانی اپنے جواب کے آگے ٹک کا نشان لگائیں

If yes, write down the symptoms you know about.

اگر آپ ان علامات کے بارے میں جانتے ہیں تو انہیں یہاں لکھیں

--

3. Please tell us anything else you know about diabetes.

برائے مہربانی ہمیں بتائیں اگر آپ ذیابیطس کے بارے میں کچھ اور جانتے ہیں۔

--

4. Do you know what a 'hypo' is? Yes  No  please tick your answer

4. کیا آپ جانتے ہیں کہ 'ہائپو' (خون میں گلوکوز یا شکر کی کمی) کیا ہے؟ ہاں  نہیں  برائے مہربانی اپنے جواب کے آگے ٹک کا نشان لگائیں

5. How much do you know about a 'hypo'? please tick your answer

5. آپ 'ہائپو' کے بارے میں کتنا زیادہ جانتے ہیں؟ برائے مہربانی اپنے جواب کے آگے ٹک کا نشان لگائیں

Nothing کچھ نہیں	Not very much بہت زیادہ نہیں	Not sure یقین نہیں	Quite a lot کافی زیادہ	A lot بہت زیادہ

6. Do you know how to manage a hypo? Yes  No  Please tick your answer

6. کیا آپ جانتے ہیں کہ ہائپو کی کیفیت ہونے کی صورت میں کیا کیا جاتا ہے؟ ہاں  نہیں  برائے مہربانی اپنے جواب کے آگے ٹک کا نشان لگائیں

7. Please tell us what you know about a hypo is and how you would manage it.

7. برائے مہربانی ہمیں بتائیں کہ آپ ہائپو کے بارے میں کیا جانتے ہیں اور آپ اس پر کیسے قابو پائیں گے

--

8. Tell us if you think the statements below are true or fast, Please tick your answer

8. ہمیں بتائیں کہ اگر ذیل میں درج بیانات صحیح ہیں یا غلط ہیں، برائے مہربانی اپنے جواب کے آگے ٹک کا نشان لگائیں

معلوم نہیں	غلط	صحیح	
			A carefully planned diet is one way that can help you manage your diabetes ایک احتیاط سے تیار کیا جانے والا خوراک کا منصوبہ ایک ایسا طریقہ ہے جو ذیابیطس پر قابو پانے میں آپ کی مدد کر سکتا ہے
			Eating too much suger causes diabetes بہت زیادہ چینی (شکر) کھانے سے ذیابیطس کا مرض ہوتا ہے
			People with diabetes should not be physically active جن لوگوں کو ذیابیطس ہو انہیں جسمانی سرگرمی یا ورزش نہیں کرنی چاہئے۔

9. Diabetes is a long life condition that can lead to other health problems.

9. ذیابیطس زندگی میں ایک لمبے عرصے تک رہنے والا مرض ہے جس کی وجہ سے آپ کی صحت کو کچھ دیگر مشکلات ہو سکتی ہیں۔

Please tell us any health problems you think it might cause.

برائے مہربانی ہمیں ایسی صحت سے متعلق مشکلات کے بارے میں بتائیں جو آپ کے خیال میں ذیابیطس کی وجہ سے ہو سکتی ہیں۔

--

10. How good do you think your diabetes control is?

10. آپ کا کیا خیال ہے کہ آپ کی ذیابیطس کتنی اچھی طرح قابو میں ہے؟

		بہت اچھی Very good
		اچھی Good
		ٹھیک OK
		زیادہ اچھی نہیں Not very good
		بالکل اچھی نہیں Not good at all
		نہیں معلوم Don't know

11 . Please tell us the thing you would like to know more about.

11. برائے مہربانی آپ ہمیں اُن باتوں کے بارے میں بتائیں جن کے بارے میں آپ مزید جانا چاہیں گے۔

--

**Thank you for completing the form**

اس فارم کو مکمل کرنے کیلئے آپ کا شکریہ