



Schlaraffenland

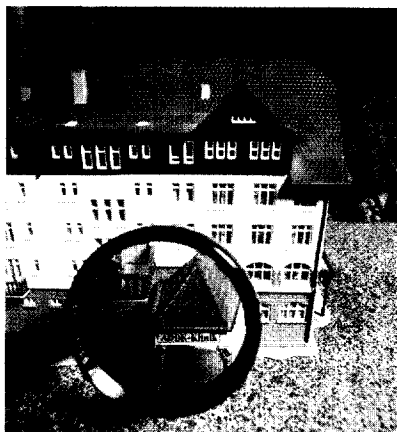
Das zivilisierte Leben bringt es mit sich, daß 70 Prozent der Bevölkerung übergewichtig oder krankhaft übergewichtig sind – zumindest in Deutschland ist das so. Warum? Und was können Sie dagegen tun? Prof. Dr. Volker Pudiel beantwortet die Fragen und gibt jede Menge Tips für mehr Bewegung im Alltag und für die richtige Ernährung. Siehe Titelthema „Adipositas“.

S.

Adressen

Einen „hohen Standard“ bescheinigt Prof. Dr. med. Thomas Haak den Diabetes-Kliniken, die sich in der „ADDK“ zusammengeschlossen haben. Lesen Sie das Interview, dazu gibt es die komplette Adressenliste der Kliniken.

S.



Senf

In „Essen & Trinken“ erfahren Sie diesmal, wo der Senf herkommt, welche Zutaten man für Mayonnaise braucht und wie man Ketchup macht.

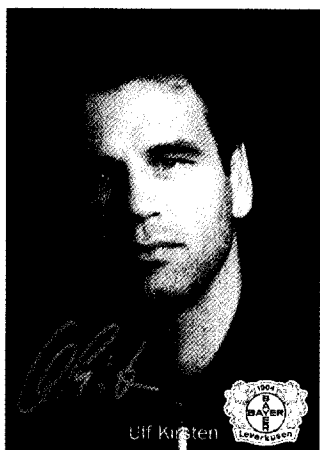
S.



Kirsten

Ulf Kirsten schießt seit über 10 Jahren Tore für Bayer Leverkusen. Wir freuen uns sehr, daß er den Menschen-Fragebogen ausgefüllt hat.

S.



Inhalt

- 11 Brennpunkt
- 66 Info-Box

Aktuell

- 6 50 Jahre Diabetes-Journal
- 8 Gleiche Kosten – höhere Lebensqualität
- 9 Der Körper entscheidet, wo er abnimmt

Schwerpunkt

- 12 Adipositas. Krankheit im Schlaraffenland
- 14 Wie entsteht Übergewicht?
- 18 Abnehmen beginnt im Kopf
- 22 10 Tips für die Praxis
- 24 Bücher zu gewinnen

Fitness/Wellness

- 30 Alltagsfitness

Medizin

- 32 Diabetes-Kurs:
Haus- und Wundermittel
- 36 Nachgefragt:
Diabetes-Kliniken: hoher Standard
- 38 Adressenliste

Service

- 28 Sprechstunde:
Ihre Fragen - unsere Antworten
- 40 Briefe
- 44 Arbeit und Soziales:
Private Krankenversicherung
- 47 Kommentar
- 81 Diabetes von A bis Z
- 83 Impressum
- 39 Kontaktbörse

Verbände

- 48 Deutscher Diabetiker-Bund/
Deutsche Diabetes-Union
Weltdiabetestag 2001

Diabetes direkt

- 60 Diabetes life:
Ramadan: kein Schweine-Insulin
- 69 Menschen:
Ulf Kirsten

Essen & Trinken

- 71 Senf & Mayo & Ketchup
- 75 Rezepte

