



## Medikamente

Im Titelthema sagen wir Ihnen, welche Medikamente bei Menschen mit Typ-2-Diabetes wann angezeigt sind; außerdem erfahren Sie, wann Tabletten nicht mehr ausreichen und durch Insulin ersetzt werden sollten. Und wir stellen verschiedene Insulinstrategien vor.

## Wohlfühlen

In der Rubrik Fitness/Wellness haben wir diesmal nützliche Informationen für Wohlfühlwochenenden für Sie parat. Dazu gibt es Fitness-Tips und ein Gewinnspiel.



## Fußpflege

Neues „Gesetz über den Beruf der Podologin und des Podologen“: Inwiefern ist das gerade beschlossene Gesetz geeignet, die unzureichende Fußbehandlung bei Diabetikern zu professionalisieren? Wir berichten und haben den Gesetzeswortlaut für Sie.



## Reis

Sicher wissen Sie, daß man mit Reis gut und gesund kochen kann. Aber wußten Sie, daß es 8000 Reissorten gibt, und daß Reis bereits vor 7000 Jahren im Himalayagebiet kultiviert wurde? Mehr Informationen und Rezepte finden Sie diesmal in „Essen & Trinken“.



## Inhalt

- 6 Panorama
- 13 Brennpunkt
- 71 Info-Box

### Aktuell

- 10 Versicherung online

### Schwerpunkt

- 14 Medikamente
- 15 Herausforderung Diabetes
- 16 Was kann man tun?
- 17 Gegen die Insulinresistenz
- 23 Alles über Insulin
- 26 Insulin: die richtige Strategie für Sie

### Gesundheitspolitik

- 33 Es leben die Richtgrößen!

### Fitness/Wellness

- 36 Wohlfühlwochenenden
- 37 Fitnesstips

### Medizin

- 38 Diabetes-Kurs: Hohe Nüchternblutzucker
- 40 Neu! Diabetes-Quiz: allgemeine Fragen
- 42 Diabetesrisiko bei Babys: Studie

### Service

- 46 Sprechstunde: Ihre Fragen - unsere Antworten
- 49 Briefe
- 53 Kontaktbörse
- 55 Arbeit und Soziales: Neues Gesetz für Fußpfleger
- 70 Im Test: schicke Diabetiker-Tasche
- 85 Impressum

### Verbände

- 60 Deutscher Diabetiker Bund

### Diabetes direkt

- 73 Diabetes life  
Keine Bewegungsmuffel!

### Essen & Trinken

- 77 Kernig und gesund: Reis
- 80 Rezepte

