



56 Insulin allein macht nicht dick!

In der „Sprechstunde“ beantwortet Prof. Dr. med. Rüdiger Petzoldt wieder viele Leserfragen und erklärt, warum Insulin allein nicht dick macht. Und Sie erfahren auch, daß es einen diabetischen Fuß bei Jugendlichen eigentlich nicht gibt.

78

Ihr Herz-Check

In der Reihe „Testen Sie sich!“ bekommen Sie diesmal Hintergrund-Informationen rund ums Herz – und vor allem können Sie selbst Ihr Herzinfarkttrisiko bestimmen.



87 Deftige und einfache Küche

In Rheinland-Pfalz ist die Küche deftig, bodenständig und einfach: Der Pfälzer Saumagen ist ein geflügeltes Wort nicht nur für Pfälzer, und Grumbeere sind nicht nur als die „herzhaften Pfälzer Chio Chips“ bekannt. Wir erklären die rheinland-pfälzische Küche und reichen die Rezepte dazu.

47 **Gewinnspiel**

48 **Fitness-Tips**

Medizin

50 **Kurs**

Blutdruck: Langzeitmessung hat hohe Aussagekraft!

78 **Testen Sie sich:**

Wie geht es Ihrem Herz?

79 *Bestimmen Sie Ihr Risiko!*

Service

36 **Soziales:**

Schwerbehinderung bei Kindern: Was ist zu beachten?

40 **Gesundheitsreform -**

die wichtigsten Änderungen

56 **Sprechstunde**

Ihre Fragen - unsere Antworten

99 **Impressum**

Verbände

61 **DDB warnt:** „Fürstenhof“ nicht schließen!

Diabetes life

70 *Glucosecheck im Fitness-Studio: „Meine Grenzen erkennen“*

Essen & Trinken

87 *Rheinland-Pfalz: deftige und einfache Küche*

92 **Rezepte**