

## 45 Blick ins Impfbuch!

Diabetiker sind anfällig für Infektionskrankheiten – empfohlen sind vier verschiedene Impfungen. Wir sagen Ihnen, warum Sie mal wieder in Ihr Impfbuch schauen sollten.

Vier Standard-Impfungen für Diabetiker . . . . . 45

Die Sprechstunde:  
Ihre Fragen – unsere Antworten 48

### Verbände

Deutsche Diabetes-Union:  
Magdeburg/Weltdiabetestag –  
das Programm . . . . . 54

Ein Glücksfall für  
„Insulin zum Leben“ . . . . . 58

Deutscher Diabetiker Bund . . . 60

### Info-Box

Im Test: „Einfach nur mesen“:  
das IME-Blutzuckermeßgerät . . 72

Roche: mobiles Datenmanagement/  
Freestyle nun von Abbott/Fußpilz:  
umdenken/Nordzucker: Gelieren  
und gewinnen . . . . . 73

Pillenbox: Levemir – ein neues  
Langzeitinsulin . . . . . 77

### Diabetes life

Mit dem Fahrrad durch  
Südafrika. . . . . 78

### Essen & Trinken

Praktisch & Legendär:  
Das Butterbrot . . . . . 85

Die Rezepte . . . . . 90



Diabetes von A-Z . . . . . 97

Vorschau/Impressum . . . . . 99

## 54 Kommen Sie nach Magdeburg

„Ich will abnehmen – wer hilft mir?“ In Magdeburg wird am Weltdiabetestag im November darüber diskutiert. Kommen Sie doch einfach vorbei, es gibt viel zu bereden mit anderen Betroffenen und Experten.

Übergewicht bekämpfen Diabetes verhindern

Welt-diabetes-tag 2004

Deutsche Diabetes-Union e.V. Diabetes und seine Komplikationen verhindern

## 85 Nicht nur Butter aufs Brot

Die Butter vom Brot weglassen bringt nicht viel. Trotzdem: Abwechslung auf dem Brot macht Spaß...Probieren Sie doch mal einen unserer raffinierten Aufstriche – oder backen Sie sich Ihr Brot selbst.



## 12 Gönnen Sie sich was

Gönnen Sie sich doch mal was – für Leib und Seele: Es gibt Kliniken, in denen Sie sich erholen und die richtige Einstellung finden können. Bezahlen müssen Sie selbst, aber es lohnt sich!

