

# Inhalt

*Die Sprechstunde:* Ihre Fragen  
– unsere Antworten . . . . . 50

*Wissenschaft und Forschung:*  
Adiponektin - der Eiweißkörper  
der Fettzellen . . . . . 56

Trockene Füße: Ein Pflaster hilft  
bei der Pflege. . . . . 57

## Verbände

Deutsche Diabetes-Union . . . . . 60  
Deutscher Diabetiker Bund . . . . . 63

## Diabetes life

Internet: neue Angebote bei  
diabetes-world.net. . . . . 70

## Info-Box

*Diabetes-Test:* Messen in  
elegantem Design . . . . . 72  
Kurzmeldungen . . . . . 73

## Essen & Trinken

Gesund und lecker: Hähnchen und  
Pute, Ente und Gans . . . . . 74



Die Rezepte . . . . . 80



# 40

## Herzerkrankungen

So erkennen Sie die Warnhinweise für eine Herzerkrankung, werden aktiv – und senken mit Ihrem Arzt das Infarktisiko.

# 14

## Kinder+Diabetes 2005

Perfekte Blutzuckerwerte – das wünschen sich Eltern und sorgen sich manchmal zu sehr. Wie Sie das richtige Maß finden, lesen Sie im Titelthema.

# 44

## Blutzucker messen: Wann ist weniger mehr?

Häufig messen und oft korrigieren – mancher übertreibt die Diabetes-Kontrolle. Insulin-Dosierpläne bringen mehr Gelassenheit.



# 74

## Kulinarische Höhenflüge

Hähnchen und Pute sind fettarm und lecker; auch Ente und Gans ergeben herrliche Gerichte. Praktisch: unsere Tranchier-Anleitung.



Unsere Titelthemen sind mit ► gekennzeichnet.