

**Blutdruck messen –**  
aber richtig! Nur dann  
bekommen Sie korrek-  
te Werte. Wie's geht,  
beschreiben Ihnen aus-  
führlich zwei Experten.  
Seite **44**

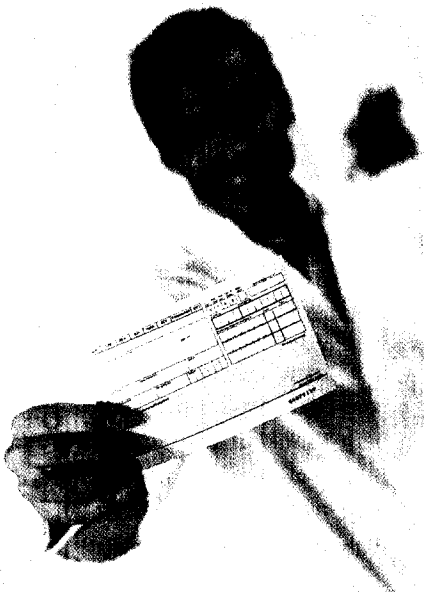


**Hautnah dabei**  
Unterwegs mit Bun-  
desliga-Torwart Dimo  
Wache: Begleiten  
Sie ihn zum Training  
und nach Hause, und  
erfahren Sie so mehr  
über den Profikicker.  
Seite **74**



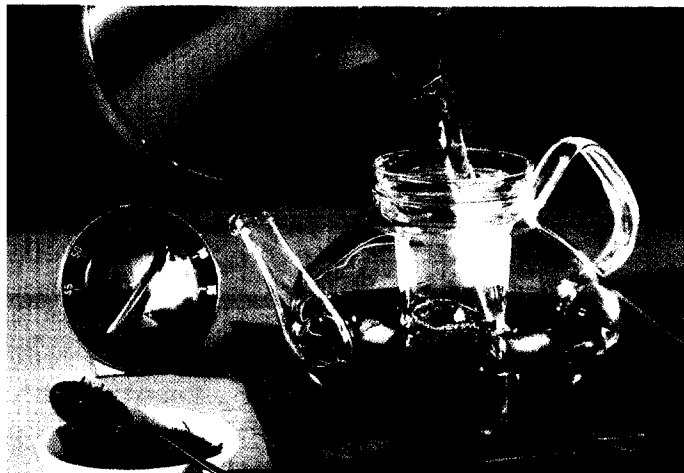
**Zurücklehnen und Tee trinken**  
Tee schmeckt nicht nur um fünf Uhr nachmittags –  
lassen Sie sich von unseren Rezepten überzeugen!  
Seite **102**

Foto: mauritius images



**Insulin-Umstellung**  
Will Ihr Arzt Sie von  
einem Analog- auf  
Humaninsulin umstel-  
len? Rechtsanwalt Oli-  
ver Ebert sagt Ihnen,  
wie Sie reagieren soll-  
ten und was Sie tun  
können.  
Seite **14**

Foto: Dt. Teeverband



### Diabetes life

Der Steckbrief:  
Johann Kahle (München) **50**

▶ Bundesliga-Torwart und Diabetiker:  
Ein Tag im Leben von Dimo Wache **74**

### Gesundheitspolitik

Direktverträge zu Analog-Insulinen:  
„Erst der Anfang!“ **80**

### Verbände

**Deutscher Diabetiker Bund**  
Neues aus dem Bundesvorstand **82**  
Aus den Landesverbänden **84**

**DDU**  
Weltdiabetestag 2006 **92**  
Das Programm in Berlin **94**

### Info-Box

Lebensmittel-Check:  
Künstliche Süßstoffe **96**

Meldungen **96**

### Essen & Trinken

Tee:  
Warm, gesund & duftend **102**

▶ Die Rezepte **106**

### Rubriken

Brennpunkt **21**

Mir ist aufgefallen... **110**

Leserbriefe **63**

Vorschau **111**

Impressum **111**