

## Panorama

- HbA<sub>1c</sub>-Wert runter in 12 Wochen 6
- Depressionen bei Typ-2-Diabetes 8

## Aktuell

- „diabetestour“ Hannover am 29. November:  
Seltene Themen im Programm 10

## Titelthema

- ▶ **Wunden und Infektionen am Fuß gut versorgen und überstehen 16**
- Fußveränderungen behandeln:  
Idealfall ist das Netzwerk 18
- Diabetisches Fußsyndrom: Wann benötige ich einen ambulanten Pflegedienst? 24
- Die Rolle des Orthopädienschumachers:  
Harmonie im Schuh 28

- Fußpflege und Diabetes: Was erwartet mich bei der podologischen Behandlung? 34

- Haut- und Nagelpilzkrankungen: Öfter mal zwischen der 4. und 5. Zehe nachsehen! 37

## Fitness/Wellness

- Bewegung auf dem Sofa 40

## Medizin

- ▶ **Diabetes-Kurs:  
Das (Bauch-)Fett muss weg! 42**
- Diabetes & Sport (Teil 5): Medikamente und Kohlenhydrate – Eigene Regeln finden! 46
- Körperzusammensetzung bei Diabetes:  
Erstaunliche Daten von der „diabetestour“ 50
- Die Sprechstunde 54

## Soziales

- ▶ Private Krankenversicherung:  
Alles über den neuen Basistarif 56

## Gesundheitspolitik

- ▶ Einweisung ins Krankenhaus:  
Patienten als Spielball? 62

## Diabetes life

- ▶ DiabEtikette:  
Warum manche Fragen unhöflich sind 64

## Verbände

- Deutscher Diabetiker Bund**  
Neues aus dem Bundesvorstand 66  
Aus den Landesverbänden 68

- diabetesDE**  
Weltdiabetestag 2009: Promis und buntes  
Programm für Menschen mit Diabetes 78

## Info-Box

- Meldungen 80

- Lebensmittel-Check:  
Lakritz 80

- Ausprobiert:  
Wiederaufladbarer Akku, großes Display 82

## Essen & Trinken

- ▶ Kalzium & Vitamine & Kohlenhydrate  
Milch 85

- Die Rezepte 88

## Rubriken

- Laubers Kolumne 8

- Blickwinkel 15

- Vorschau / Impressum 93