

## Panorama

Film über Kinder mit Typ-1-Diabetes 6

Apotheken belasten GKV nur gering 8

„Nutzen nicht belegt“ 9

## Aktuell

Gesprächslandkarten in türkischer Sprache:  
Spezielle Schulung für Migranten 10

„Der herzkranke Diabetiker“: Preis und  
Stipendium für herausragende Forschung 12

„diabetestour 2010“ - 4 Termine:  
Los geht's im April in Mainz 14

## Titelthema

► **Ernährungstrends 2010:  
Gegessen wird, was auf den Tisch kommt** 18

Ernährungsempfehlungen – Rückblick und  
Gegenwart: Irritierendes Hin und Her 20

In aller Munde: „Ernährungsdiskussion  
gestern – heute – morgen“ 24

Lebensmittelkennzeichnung:  
Ist drin, was draufsteht? 26

Essen und Trinken:  
Keine Frage des Geschmacks? 30

## Fitness/Wellness

Beweglichkeit mit dem Fitnessband 32

## Medizin

► Diabetes-Kurs:  
Wenn der Kaliumhaushalt gestört ist 34

Diabetes & Sport:  
Kaum einer ist sportunfähig 38

▶ Hilfen zur Lebensstiländerung	42
Sprechstunde	46
<b>Gesundheitspolitik</b>	
Im Interview: DDB-Bundesvorsitzender Dieter Möhler	48
<b>Soziales</b>	
▶ Blutzuckerselbstmessung: Wohin führt der Weg 2010?	52
<b>Diabetes life</b>	
DiabEtikette: Sitzplatz einfordern?	56
<b>Verbände</b>	
<b>Deutscher Diabetiker Bund</b>	
Neues aus dem Bundesvorstand	58
Aus den Landesverbänden	60

<b>Info-Box</b>	
Meldungen	72
Lebensmittel-Check: Salami	72
<b>Essen &amp; Trinken</b>	
gesund & flüssig & pflanzlich: Öl	74
▶ Die Rezepte	78
<b>Rubriken</b>	
Laubers Kolumne	8
Die Online-Frage	9
Blickwinkel	17
Vorschau & Impressum	83