

Panorama

- Vor dem Messen Hände waschen! 6
- Die Online-Frage 9

Aktuell

- „Fine Star“-Modelcasting 2011:
Giraffe Fine sucht starke Diabetes-Kids 10
- Insulinrechner:
Schwanken des Blutzuckers reduzieren 11
- Diabetes-Mediendialog:
Ohne den Hausarzt gibt es keine Diagnose 12
- Aktuelles von diabetesDE 14
- Sicher in den Urlaub: Reisen nach Mallorca
und Andalusien für Menschen mit Diabetes 15

Titelthema

- Gestörte Hormone – Durcheinander
im Blutzucker 18**

- Schilddrüsenkrankheiten bei Diabetes:
Wenn Hormonveränderungen stören... 20

- Testosteronmangel:
Die Wechseljahre des Mannes 24

- Seltene Hormonerkrankung –
Symptome wie bei Diabetes 28

Fitness/Wellness

- Fitness-Studios für Diabetiker 32

- Wellnesstipps 33

Medizin

- Diabetes-Kurs:
Bewegung als Medikament 34

- Die Sprechstunde 38

- Beratung durch Internet, Selbsthilfe...:
Wie finde ich DEN kompetenten Arzt? 40

Gesundheitspolitik

G-BA soll neu strukturiert werden:
Mehr Transparenz, mehr Beteiligung 46

Soziales

▶ Rechteck: Antrag auf Erteilung der
Fahrerlaubnis: Pflicht zur Wahrheit! 50

Diabetes life

Einser-Treff Burgenlandkreis:
„Dayo, meine Selbsthilfegruppe und ich“ 54

▶ Ein Erfahrungsbericht: Blind?! 58

Triathletin meistert auch eine vierte
Disziplin – ihren Diabetes 60

Verbände

Deutscher Diabetiker Bund 64

Neues aus dem Bundesvorstand 65

Aus den Landesverbänden 66

Info-Box

Ausprobiert: GlucoMen LX Plus
Blutzucker messen – und die Ketone 72

Meldungen 74

Lebensmittel-Check 74

Essen & Trinken

▶ Wasser & Getreide & Gewürze: Nudeln 76

Die Rezepte 80

Rubriken

Blickwinkel 17

Denkmal – das Rätsel 45

Zum guten Schluss 84

Vorschau 85

Impressum 85