

## Panorama

Laubers Kolumne 6

Mehr Bewegung ist nötig 7

## Aktuell

Diabetes-Management:  
Die von vielen unterschätzte Innovation 8

Gesünder unter 7:  
Mitradeln und ein Zeichen setzen! 10

Datenmanagement sorgt für eine erfolg-  
reichere Therapie 12

Aktuelles von diabetesDE 14

## Titelthema

► **Problem Bauch:  
Gedanken beim Bauchtanz 18**

Zöliakie und Diabetes:  
Von einem Chamäleon ... 20

Wenn Pankreasenzyme zu gering abge-  
sondert werden: Von einem Stiefkind ... 24

Chronische Verstopfung:  
Wenn nichts mehr geht ... 28

## Fitness/Wellness

Sling Fitness: Fit mit Seilen 32

Wellnesstipps 33

## Medizin

► Diabetes-Kurs: Bluthochdruck – wann  
Tabletten einnehmen? 36

Sprechstunde 40

## Gesundheitspolitik

- **Entscheidungslösung:**  
Die Frage nach der Organspende **42**

## Soziales

- **Schwerbehinderung:**  
Bei der Arbeit angeben oder nicht? **44**

## Open Journal / Offenes Journal

- Internationale Jugendvertretung:**  
Young Leaders in Diabetes Programme **48**

## Verbände

- Deutscher Diabetiker Bund** **52**
- Neues aus dem Bundesvorstand **53**  
Aus den Landesverbänden **56**

## Info-Box

- Ausprobiert: FreeStyle InsuLinx  
Insulin berechnen, Daten auswerten **62**
- Meldungen / Lebensmittel-Check **64**

## Essen & Trinken

- **Früchte & Smoothies & Säfte:**  
Frucht-Alarm **66**
- Die Rezepte **70**

## Rubriken

- Blickwinkel **17**
- Denkmal - das Rätsel **51**
- Zum guten Schluss **74**
- Vorschau / Impressum **75**