

# Inhalt

Wenn der  
Blutzucker verrücktspielt

Seite 22

Titelthemen sind  
mit rotem Pfeil ►  
gekennzeichnet

## Panorama

- 2 100 Kilometer mit dem Fahrrad 6
- Hohe Werte - falsche Ergebnisse 8

## Aktuell

- 500 Demonstranten in Leipzig:  
„Diabetiker sind nicht gefräßig und faul“ 10
- Symposium zu Bewegung in Köln:  
Fitness durch Studios und Netzwerke 12
- Sport-Aktion von Sanofi:  
Rheinradeln mit guten Werten 12
- Diabetes Programm Deutschland:  
Laufen Sie sich fit - für einen Marathon 14
- Aktuelles von diabetesDE 16
- diabetestour am 8. Juni: Essen erwartet Sie! 18

## Titelthema

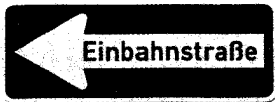
- **Unkalkulierbare Schwankungen:  
Wenn der Blutzucker verrücktspielt** 22
- Im Auf und Ab der Werte Lösungen finden 24
- Haben Sie morgens hohe Blutzucker-Werte? 28
- Wenn Werte stark nach oben ausschlagen 32

## Fitness/Wellness

- Entspannt fit mit Softbällen 36

## Medizin

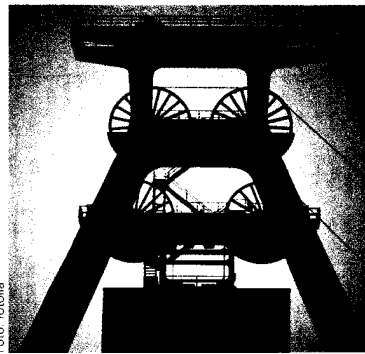
- Diabetes-Kurs: Überprüfen Sie regelmäßig  
Ihre Dosis-Berechnung! 40
- Sprechstunde 44
- Der Sommer mit Diabetes und Insulin 46



### Sparkurs ohne Alternativen?

Die Festbeträge für Insulin wurden abgewehrt, nun hat der G-BA aber schon die nächsten Diabetesmedikamente im Visier: inkretinbasierte Arzneimittel.

Seite **48**



### diabetestour in Essen

Am 8. Juni gastiert die diabetestour in Essen. Auch in der Ruhr-Metropole erwartet Sie ein reichhaltiges Programm.

Seite **18**



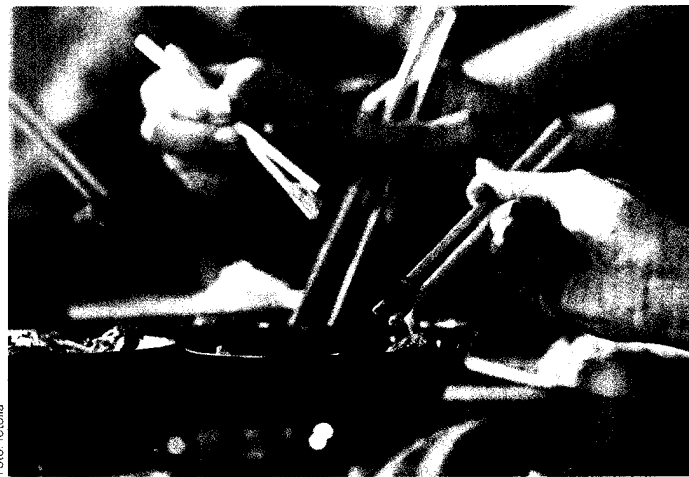
### Diabetes-Demo am 9. Mai in Leipzig

Am Rande des Diabetes-Kongresses 2013 haben auf dem Leipziger Marktplatz Hunderte Betroffene, Angehörige und Diabetes-Profis gegen aktuelle gesundheitspolitische Entscheidungen protestiert.

Seite **10**

### Chinesische Küche: süß & sauer

Was man hierzulande in China-Restaurants bestellen kann, hat wenig mit der „echten“ chinesischen Küche zu tun. Diese stellen wir Ihnen vor ab Seite **74**



#### Gesundheitspolitik

Diabetes-Medikamente im Visier des G-BA: Sparkurs ohne Alternative? **48**

#### Soziales

Urteil zu Insulin: Schwein gehabt! **50**

#### Diabetes life

Insulin zum Leben:  
Erstes Diabetesschulungscamp in Ruanda **54**

Schweizer Pässeraum:  
Den „Radachter“ mit Adrenalin! **56**

#### Verbände

Deutscher Diabetiker Bund **58**

Neues aus dem Bundesvorstand **60**  
Aus den Landesverbänden **62**

#### Info-Box

Meldungen / Lebensmittel-Check **70**

Ausprobiert: Contour Next USB –  
Datenüberblick mit integrierter Software **72**

#### Essen & Trinken

süß & sauer & scharf  
China **74**

Die Rezepte **78**

#### Rubriken

Blickwinkel **21**

Denkmal – das Rätsel **73**

Zum guten Schluss **82**

Vorschau / Impressum **83**