

Heikle **Fuß-Fragen?** Klare Antworten!

14 Das Diabetische Fußsyndrom (DFS) ist eine Diabetes-Folgeerkrankung. Eine gute Blutzuckereinstellung kann schützen vor Nerven- und Durchblutungsstörungen und damit vor einem DFS. Doch auch für bereits Betroffene gibt es Präventionsmaßnahmen und Therapieoptionen. Im Schwerpunkt beantworten wir viele heikle Fragen dazu, die Diabetiker sich häufig stellen.



Guter Vorsatz: **Rauchstopp**

51 In der Kolumne *Blickwinkel* erklärt Nicole Finckener-Ganz, wieso es sich aus ihrer Sicht gerade für rauchende Menschen mit Diabetes lohnt, dem blauen Dunst zu entsagen – und wieso man ihnen dabei Hilfe anbieten sollte.



PANORAMA

- 6 Diabetes Programm Deutschland: anmelden
- 8 Diabetestechnologie fördern

AKTUELL

- 10 DDG-Herbsttagung 2014
- 12 „Hypo“-Risiko erkennen

SCHWERPUNKT

- 14 Antworten auf heikle Fuß-Fragen
- 16 Vor, während und nach Fußoperationen: Wie eine gute Behandlung aussieht
- 22 Fuß-Operation, nein danke: Gibt es Alternativen zur Amputation?
- 26 „Kann ich danach noch laufen?“

MEDIZIN

- 30 Blaulicht: Ketoazidose
- 32 Diabetes-Kurs: Blut ist ein besonderer Saft

INFOBOX

- 38 Lebensmittel-Check / Meldungen
- 40 Ausprobiert: Accu-Chek Aviva Connect – alle Daten automatisch in der App und online

LEBENSECHT

- 42 „Jelly Beans“ statt Traubenzucker

DIABETES-SZENE

- 48 Meldungen – aus der Szene für die Szene
- 50 #dedoc-Trend

Blaulich: **Ketoazidose**

30 Die Serie „Blaulich“ beschreibt Notfälle und wie man als Ersthelfer darauf reagieren sollte. Diesmal geht es um die Ketoazidose – eine Übersäuerung des Blutes durch schwerwiegende Stoffwechsellentgleisungen.



Kartoffeln und Möhren

74 Sie sind in Deutschland der Inbegriff der Beilage: Kartoffeln und Möhren. Gerade die Kartoffel gehört traditionell zu vielen Gerichten einfach dazu, zumal man sie kochen, braten, frittieren kann und vieles mehr. Und auch Karotten bereichern viele Gerichte. Wir liefern Ihnen Wissenswertes, Zubereitungstipps und Rezepte zu den beiden leckeren Gemüsesorten.



„Blut ist ein ganz besonderer Saft ...“

32 ... stellte schon *Mephisto* in Goethes *Faust* fest. Zu Recht, denn es versorgt den Organismus mit Nährstoffen und Sauerstoff. Doch auch schädliche Stoffe und Krankheitserreger verteilen sich mit dem Blut im Körper. Im Diabetes-Kurs werfen wir einen genaueren Blick darauf.

Down under mit Diabetes

42 Der Student Oliver Kahmen (23) hat seit 9 Jahren Typ-1-Diabetes und gerade ein Semester in Australien hinter sich. Vor der großen Reise war viel zu planen: Was muss alles mit, wie das Insulin lagern, und gibt es im Notfall Nachschub? Erfahren Sie mehr in seinem Reisebericht.

SOZIALES

52 Rechteck – Rechtsanwalt Oliver Ebert beantwortet Ihre Fragen

GESUNDHEITSPOLITIK

54 Verkaufsstopp von Medikamenten

VERBÄNDE

- 56 **Deutscher Diabetiker Bund**
- 59 Neues aus dem Bundesvorstand
- 62 Aus den Landesverbänden

KÖRPER UND GEIST

- 70 Wellness-Meldungen
- 71 Umschläge – gut gewickelt
- 72 Functional Training – die Königsdisziplin

ESSEN & TRINKEN

- 74 knackig & weich & wandelbar: Kartoffeln und Möhren
- 79 **Rezepte**

IMMER IM HEFT

- 41 **DenkMal** – das Rätsel
- 46 Aktuelles von diabetesDE
- 51 Blickwinkel
- 84 Zum guten Schluss
- 85 Vorschau/Impressum