

Große Übersicht: **Anti-diabetika**

16 Mit dem Schwerpunktthema geben wir Ihnen einen Überblick über die Medikamente, die für Menschen mit Diabetes nicht wegzudenken sind. Dabei gibt das Autorenteam auch einen Einblick in die gegenwärtige Forschung.



„**Neue Wege** gehen!“

50 Der Vertriebsstopp von Insulin degludec (Tresiba) hat hohe Wellen geschlagen – bei Patienten und auch bei den behandelnden Ärzten. Der Diabetologe Dr. Martin Lederle hat einen Vorschlag, wie es nun weitergehen könnte.



PANORAMA

- 6 Riskante Zöliakie
- 8 7 Monate Training – nun geht's in Köln an den Start!

AKTUELL

- 10 **Diabetes-Helden** Petra und Ralf Schäfer: Diabetes im Duett regeln
- 12 Ein Eiweiß lässt hoffen
- 14 Riesenbedarf für Diabetes-Aufklärung

SCHWERPUNKT

- 16 **Diabetes-Medikamente 2015**
- 18 Forschung: die Wege der Insulintherapie
- 24 Orale Antidiabetika – Übersicht 2015
- 30 Therapie undenkbar ohne Schulung!

MEDIZIN

- 32 **Diabetes-Kurs:** Schlaf-Apnoe-Syndrom – gefährliche Atempausen

INFOBOX

- 36 Lebensmittel-Check: Brühe
- 36 Meldungen aus der Industrie
- 38 **Ausprobiert:** „OneTouch Verio Flex“ – Farben helfen beim Einordnen der Werte

LEBENSECHT

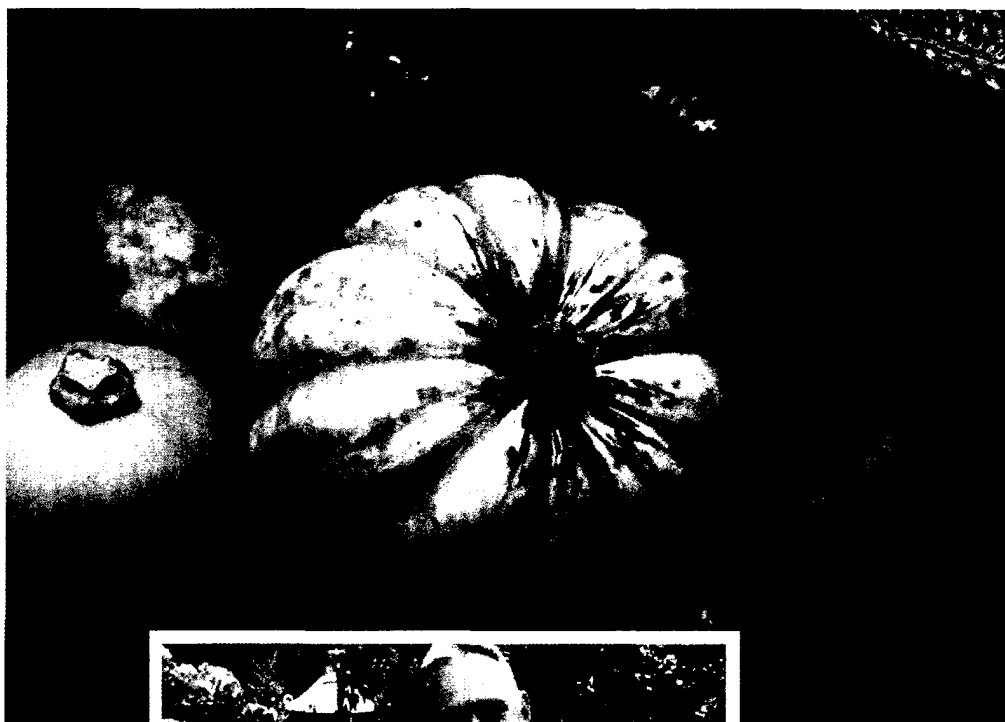
- 40 Motivation: Die Story von Tim

DIABETES-SZENE

- 46 Meldungen aus der Diabetes-Szene
- 48 #DeDOC-Trend

Atemlos im Schlaf

32 Wichtiger als die Anzahl der Schlafstunden ist die Qualität des Schlafes. Etwa die Hälfte aller Menschen mit schlecht einstellbarem Diabetes haben jedoch eine Schlaf-Apnoe, die die Erholung im Schlaf beeinträchtigt und weitere gesundheitliche Folgen haben kann.



Herbstlich lecker: Süß- kartoffeln & Kürbisse

72 Sie lassen sich ähnlich zubereiten, schmecken aber unterschiedlich; außerdem haben sie zwar viele Gemeinsamkeiten mit der Kartoffel, sind aber trotzdem jeweils eine Klasse für sich. Jetzt ist die beste Zeit, sich Kürbissen und Süßkartoffeln mehr zu widmen.

Diabetes-Helden: die **Lovestory**

10 Diabetes-Helden haben wir gesucht – und gefunden! In dieser Ausgabe erzählen Petra und Ralf aus ihrem Leben mit Diabetes und warum sie sich beworben haben. Halten Sie Ihr Smartphone bereit: Im Film „Lovestory“ erfahren Sie noch mehr über die beiden.

Keine Scheu: So werden Sie **aktiv!**

66 Viele Menschen mit Diabetes scheuen Sport wegen möglicher gesundheitlicher Schäden. Doch mit dem richtigen Wissen sind Sport und Bewegung auch mit Diabetes kein Problem. Wie Sie die Freude daran genießen können und fit und sicher ans Ziel kommen, erfahren Sie in unserer neuen Serie.

50 **GESUNDHEITSPOLITIK**
Experte zum Tresiba-Aus: „Neue Wege gehen!“

52 **SOZIALES**
Rechteck – Oliver Ebert beantwortet Ihre Fragen

54 **VERBÄNDE**
Deutscher Diabetiker Bund
57 Neues aus dem Bundesvorstand
60 Aus den Landesverbänden

66 **KÖRPER UND GEIST**
Neue Serie: Fit und sicher ans Ziel kommen
68 Erst Medizincheck – dann Startschuss
70 Wellness-Meldungen
71 Wie Sie Ihre Zeit optimal nutzen

72 **ESSEN & TRINKEN**
mild & aromatisch & vielseitig:
Kürbisse und Süßkartoffeln
76 O'zapft is: Kulinarisches auf der Wiesen und auf Volksfesten
78 **Rezepte**

IMMER IM HEFT
39 **DenkMal** – das Rätsel
42 Blickwinkel
44 Aktuelles von **diabetesDE**
82 Zum guten Schluss
83 Vorschau/Impressum