

INHALT

PANORAMA

- 6 1. bis 24.12.: Mitmachen und gewinnen
- 8 Notfall-Nasenspray: positives Gutachten
- 9 Lebensmittel-Check: Tier oder Pflanze – welches Eiweiß ist gesünder?

AKTUELL

- 10 #DiabetesHypoBarcamp: der „Hypo-Hype“
- 12 Diabetes 2020: neuer Gesundheitsbericht

SCHWERPUNKT

- 14 **CGM: Infos und Trendpfeile richtig nutzen**
- 16 Heute helfen Trendpfeile im Alltag!
- 22 CGM und Sport
- 28 CGM und Blutzuckermessen: Kontrollieren und kalibrieren

MEDIZIN

- 32 Diabetes-Kurs: Keine Erektion? Sollte Mann klären!
- 36 Probleme mit Klebestellen
- 38 Olympiade der Diabetesforschung
- 44 Haltbares Insulin – nie wegwerfen!

INFOBOX

- 46 Meldungen aus der Industrie

LEBENSECHT

- 48 Interview mit Nicole Jäger: Schlank sein – das Maß aller Dinge...
- 51 diabetes and the city: Ausreden und Vorteile
- 52 „Manchmal vergesse ich meinen Diabetes“
- 56 Immer noch keinen Bock auf Diabetes

DIABETES-SZENE

58 Neues aus der Diabetes-Szene

GESUNDHEITSPOLITIK

60 Kliniken: zunehmende Unterversorgung

SOZIALES

62 Rechteck: RA Oliver Ebert beantwortet
Ihre Rechtsfragen zum Thema Diabetes

VERBÄNDE

64 diabetesDE - Deutsche Diabetes-Hilfe

66 Deutsche Diabetes Föderation (DDF)

79 Deutscher Diabetiker Bund (DDB)

82 DDH - Menschen mit Diabetes (DDH-M)

88 Diabetikerbund Bayern

ESSEN UND TRINKEN

92 Festtagsgenuss

95 **Rezepte**

IMMER IM HEFT

35 Blickwinkel

87 **DenkMal** - das Rätsel

100 Zum guten Schluss

101 Vorschau / Impressum