

Haarverlust bei Frauen

18 Haben Frauen Diabetes, kann ihr Risiko für Haarausfall erhöht sein. Dies hat unterschiedliche Gründe und schlägt vielen Betroffenen arg aufs Gemüt, erklärt Prof. Reinhard Zick im Titelthema. Er zeigt auch Lösungen auf.

Neuigkeiten vom Diabetes Kongress

12 Rund 6 000 Diabetes-Experten trafen sich Ende Mai zum Diabetes Kongress der Deutschen Diabetes Gesellschaft in Berlin. Wir waren vor Ort und haben das Wichtigste für Sie zusammengetragen.

PANORAMA

- 6 Gibt es bald wieder ein Diabetes-Barcamp?
- 8 Formuladiät: Studien bestätigen Erfolg
- 8 20 – 40 Minuten täglich: Bewegung reduziert Risiken

AKTUELL

- 10 Alle relevanten Daten zusammenführen
- 12 Eine Frage des Typs: Neuigkeiten vom Berliner Diabetes Kongress
- 16 Smartes Insulin: keine Unterzuckerungen mehr?

SCHWERPUNKT

- 18 **Der weibliche Haarverlust**
- 20 Fragen aus der Praxis: haarige Grundlagen
- 24 Die tägliche Angst vor der Haarbürste
- 28 Mein Ich: ein Mann im Spiegel?

MEDIZIN

- 32 Diabetes-Kurs: Zu tiefe Zuckerwerte ernst nehmen
- 37 Kleine Forschungshelden, große Hoffnungen

INFOBOX

- 40 Meldungen aus der Industrie

LEBENSECHT

- 42 diabetes and the city: Hallo, es wird Zeit!
- 44 Marathon: Nicht benachteiligt durch den Diabetes

DIABETES-SZENE

- 48 Neues aus der Diabetes-Szene

GESUNDHEITSPOLITIK

- 50 Lässt das BMG die DMPs einfach sterben?

Forschung an **smartem Insulin**

16 Forscher arbeiten derzeit an der Entwicklung eines smarten Insulins, das so konzipiert wurde, dass es keine Unterzuckerungen auslösen soll. Im Tiermodell hat es sich bereits bewährt.

Hafer – gesunde Flocken

82 Hafer ist mehr als nur Bestandteil von Müsli oder Porridge, die verschiedene Inhalte aus dem Korn können auch Gutes für Ihre Gesundheit tun. Kommen Sie mit auf eine kulinarische und gesundheitliche Reise rund ums nussige Getreide!

Zu **tiefe Zucker-** **werte** ernst nehmen

32 Unterzuckerungen sind nicht nur unangenehm, sie können auch schwerwiegende Folgen für die Gesundheit haben. Erfahren Sie, wie sie entstehen, wie sie sich äußern und wie man sie verhindert.

Tabletten bei Typ-1- Diabetes

38 Außer mit Insulin können Typ-1-Diabetiker nun zusätzlich mit einer oralen Therapie ihren Glukosespiegel stabilisieren. Eine kleine Revolution nennt Prof. Thomas Haak dies im „Blickwinkel“.

SOZIALES

- 52 Rechteck – Oliver Ebert beantwortet Ihre Rechtsfragen zum Thema Diabetes

VERBÄNDE

- 56 diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe
58 Deutsche Diabetes Föderation (DDF)
72 DDH – Menschen mit Diabetes (DDH-M)
74 Diabetikerbund Bayern
78 Deutscher Diabetiker Bund (DDB)

ESSEN UND TRINKEN

- 82 Flocken & Kleie & Drinks: Hafer
86 Schalltage mit Obst, Gemüse, Hafer und Reis
87 **Rezepte**

IMMER IM HEFT

- 9 Lebensmittel-Check: Cola mit gutem Gewissen?
38 Blickwinkel
71 **DenkMal** – das Rätsel
92 Zum guten Schluss
93 Vorschau/Impressum