

# HbA<sub>1c</sub> und Time in Range

**16** Der HbA<sub>1c</sub>-Wert war jahrzehntelang bestimmend in der Diabetologie, mittlerweile wird auch immer öfter die Zeit im Zielbereich (Time in Range, TIR) herangezogen. Wir beleuchten die Vor- und Nachteile der beiden Therapie-Parameter.

## Wie beeinflusst Sie die Digitalisierung?

**12** Ihre Meinung ist gefragt: Um herauszufinden, wie Menschen mit Diabetes über digitale und technologische Neuerungen in der Diabetestherapie denken, wurde eine große Umfrage gestartet.

### PANORAMA

- 6 Herzprobleme: der Schrecken Nr. 1
- 8 Für „Typ-1-WG“: Ältere gesucht

### AKTUELL

- 10 Welt diabetes-Erlebnistag: Kommen, sehen und bewegen
- 12 Was denken Sie über Dia-Digitalisierung?
- 14 12. Oktober: #DiabetesHypoBarcamp

### SCHWERPUNKT

- 16 **HbA<sub>1c</sub> und TIR: die Vorteile richtig nutzen**
- 18 Grenzen des HbA<sub>1c</sub>, die Möglichkeiten der Time in Range (TIR): Zwei Werte, ein Ziel
- 24 Ein und derselbe HbA<sub>1c</sub>-Wert, aber ...
- 26 Zeit im Zielbereich: Schon Zeit für einen Paradigmenwechsel?

### INFOBOX

- 32 Meldungen aus der Industrie

### MEDIZIN

- 34 Diabetes-Kurs: Insulin – noch sinnvoll bei Typ-2-Diabetes?
- 39 Typ-1-Diabetes: Auftreten verzögern

### LEBENSECHT

- 42 Diabetes-Kurzgeschichte: Ein schnelles Auf und Ab
- 44 diabetes and the city: Bewertung? Nein, danke!

### GESUNDHEITSPOLITIK

- 48 Große Mehrheit für Lebensmittelampel

### DIABETES-SZENE

- 50 Neues aus der Diabetes-Szene

## Hypo-Barcamp: „Wir sind viele“

**14** Beim Diabetesbarcamp am 12. Oktober in Frankfurt am Main dreht sich alles um das Thema „Unterzuckerung“. Es wird diskutiert und gefachsimpelt, Erfahrungen werden ausgetauscht ... und noch gibt es Tickets!

## Köstlicher Wachmacher: **Kaffee**

**82** Anregend, lecker, gesund: Kaffee ist eines der beliebtesten Getränke in Deutschland und weltweit. Und mit den aromatischen Bohnen geht weit mehr, als sie nur zu trinken, wie unsere Rezept-Ideen zeigen.

## Typ-2-Diabetes: Was ist mit **Insulin**?

**34** Durch neue Wirkstoffklassen ist der Beginn einer Insulintherapie beim Typ-2-Diabetes etwas nach hinten gerutscht. Es ist und bleibt aber nach wie vor ein unersetzliches Medikament.

## Die **Macht** der Sprache

**44** Tine mag es überhaupt nicht, wenn von „guten“ und „schlechten“ Glukosewerten die Rede ist. Wieso sie das aufregt, verrät sie in ihrer Kolumne „diabetes and the city“.

### SOZIALES

- 54 Krankgeschrieben! Und wie geht es jetzt mit dem Lohn weiter?

### VERBÄNDE

- 58 diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe
- 60 Deutsche Diabetes Föderation (DDF)
- 74 DDH – Menschen mit Diabetes (DDH-M)
- 76 Diabetikerbund Bayern
- 79 Deutscher Diabetiker Bund (DDB)

### ESSEN UND TRINKEN

- 82 morgens & mittags & abends: Kaffee
- 86 Kaffeekonsum mit Genuss
- 87 **Rezepte**

### IMMER IM HEFT

- 9 Lebensmittel-Check
- 32 Gewinnspiel
- 40 **DenkMal** – das Rätsel
- 45 Blickwinkel
- 92 Zum guten Schluss
- 93 Vorschau / Impressum