

# „So ein Müll!“

**14** Abfall allerorten: Alle müssen aktiv werden dabei, so wenig Abfall wie möglich zu produzieren. Dieser Prozess geht von der Planung von Produkten über die Herstellung und das Verteilen bis zur sinnvollen Entsorgung. Das gilt auch für Produkte, die Menschen mit Diabetes für Diagnostik und Therapie benötigen.

## Typ 1, Typ 2, **Typ ...**

**30** Typ-1-, Typ-2- und auch Typ-3- und Typ-4-Diabetes? Was ist denn nun welcher Typ? Und warum ist es wichtig, die unterschiedlichen Diabetes-Typen zu kennen und richtig zu diagnostizieren? Im Diabeteskurs gibt es Antworten.

.....

### PANORAMA

- 6** Seelisch gesund – und laut sein
- 8** 50 Jahre Diabetes? Bewerben um Medaille für langes Selbstmanagement!

### AKTUELL

- 10** „Echt gut!“ – beim Camp D 2022
- 12** Cholesterin-Werte im #DiabetesDialog und beim Sofa-Talk

### SCHWERPUNKT

- 14** „So ein Müll!“
- 16** Aktiv werden beim Thema Diabetes-Müll
- 20** Der Diabetes-Müll kommt bei den Lesern an
- 24** Diabetes und Müll: Das sagen die Unternehmen

### MEDIZIN

- 30** Diabeteskurs: Häufige und seltene Typen des Diabetes
- 36** Unternehmen, die Insulin herstellen: Sanofi
- 38** Mundgeruch kann viele Ursachen haben

### INFOBOX

- 40** Meldungen aus der Industrie

### DIABETES-SZENE

- 42** Neues aus der Diabetes-Szene

### GESUNDHEITSPOLITIK

- 44** Ein gelungener Start: Diabetes Allianz RLP

### SOZIALES

- 46** Rechteck

## Diabetes im Dialog

**12** Im #DiabetesDialog des Unternehmens Sanofi Ende Juni informierten Experten zum Thema Cholesterin – Aufklärung ist für sie eine Herzensangelegenheit. Dabei wurden auch viele Fragen der Zuschauenden beantwortet.

## Kein Fleisch!

**74** Können Sie sich vorstellen, mal auf Fleisch und Wurst zu verzichten? Ihrer Gesundheit kommt es zugute, ganz bewusst Tage ohne Fleisch und Wurst einzuplanen. Es bietet neue geschmackliche Eindrücke, ist lecker und Ihrem Wohlbefinden tun Sie damit auch einen großen Gefallen. Wir geben Ihnen Tipps, wie das erfolgreich und dauerhaft funktionieren kann.

## Diabetes Allianz RLP am Start

**44** Die Versorgung von Menschen mit Diabetes in Rheinland-Pfalz verbessern – darum geht es in dem neuen Projekt Diabetes Allianz Rheinland-Pfalz (DIARLP).

## „Echt gut!“

**10** Landesturnierplatz in Bad Segeberg: Wo normalerweise Leistungssport betrieben wird und Wettkämpfe stattfinden, zelteten vom 7. bis 10. Juli rund 300 junge Menschen mit Typ-1-Diabetes, Sportlerinnen, Betreuende und natürlich das Orga-Team des von Novo Nordisk ausgerichteten Camp D. Das Motto 2022 war „Echt gut!“ – echt gut, sich endlich wieder persönlich sehen zu können!

### VERBÄNDE

- 48 diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe
- 50 Deutsche Diabetes Föderation (DDF)
- 62 DDH – Menschen mit Diabetes (DDH-M)
- 64 Diabetikerbund Bayern
- 67 Diabetiker Niedersachsen
- 70 Deutscher Diabetiker Bund (DDB)

### ESSEN UND TRINKEN

- 74 lecker & vielseitig & sättigend: Essen ohne Fleisch
- 76 Fakten zu Fleisch und Wurst
- 77 So tauschen Sie Fleisch und Wurst gegen vegetarische und vegane Alternativen
- 78 Rezepte

### IMMER IM HEFT

- 9 Lebensmittel-Check: Nudelwasser – was damit alles möglich ist
- 40 Gewinnspiel
- 73 Denk*Mal* – das Rätsel
- 82 Zum guten Schluss: Richtungswechsel
- 83 Vorschau/Impressum