

Diabetes und Lebensfreude
So finden Sie die Balance

10



slynesher - gettyimages



VLADISLAV - stock.adobe.com

Unterzuckerungen
verstehen - und verhindern

38



encierro - stock.adobe.com

Essen und Genießen - Herbstgemüse

30



KIDS-KURS

Kinder-Sommerfreizeit
mit Diabetes - „Wie nach Hause kommen“

46

Den Diabetes-Anker gibt es auch auf CD als Daisy/MP3-Hörzeitschrift für Blinde und Sehbehinderte: WBH Westdeutsche Bibliothek der Hörmedien für blinde-, seh- und lesebehinderte Menschen e. V., Tel. 0251/7199 01, www.wbh-online.de

Inhalt im Oktober

Menschen und Geschichten

Durch Community zurück ins Leben 6
Welt ohne Typ-1-Diabetes 7
Diagnose mit einigen Umwegen 54

Aus der Diabetes-Szene

Kurz und Aktuell 8
Diabetes-Szene 21
Marktplatz 52

Titelthema

Diabetes und Lebensfreude: So finden Sie die Balance 10
Was das Leben lebenswert macht 11
Humor ist, wenn man trotzdem lacht 14
Viele Tipps für ein gutes Leben 16

Medizin

Insulinpumpe und AID-System: Das Geeignete finden 18
Abnehmen - eine schwierige Aufgabe 20
Diabetes und Knochen - so hält man sie stabil 36
Unterzuckerungen verstehen - und verhindern.. 38

Essen und Genießen

Community-Rezept 26
Herbstgemüse 30
Rezepte 33

Recht und Politik

Medikamente aus dem Internet - ist das legal? ... 42
Getränke für Kinder: Ein Gesetz als Ladenhüter .. 50

Eltern und Familie

Kids-Corner 44
Sommerfreizeit mit Diabetes - „Wie nach Hause kommen“ 46

Verbände

DDH - Menschen mit Diabetes (DDH-M) 57
diabetesDE - Deutsche Diabetes-Hilfe 58
Deutscher Diabetiker Bund (DDB) 60
Deutsche Diabetes Föderation (DDF) 64
Diabetiker Niedersachsen 76
Diabetikerbund Bayern 79

Immer im Heft

Gewinnspiel 52
Rätsel 63
Fernweh: Die Ferne vor der Haustür 82
Impressum/Vorschau 83