

# Inhaltsverzeichnis

<b>Einleitung</b> .....	11
<b>1. Medizinische Informationen</b> .....	13
Einteilung des Diabetes mellitus .....	16
Behandlung des Diabetes mellitus .....	20
Insuline: Wirkung, Wirkungsablauf, Spritz-Ess-Abstand.....	29
Vorsorgeuntersuchungen und Folgeerkrankungen.....	47
Risikofaktoren für Gefäßerkrankungen beim Diabetes .....	56
Stoffwechselfbstkontrolle .....	60
Hypoglykämie (Unterzuckerung).....	64
Ketoazidose und Hyperglykämie (Überzuckerung) .....	73
Insulindosisanpassung.....	76
Besondere Situationen .....	87
Fußvorsorge .....	92
Diabetes und Sexualität.....	96
Neue Entwicklungen bei der Behandlung des Diabetes mellitus .....	103
<b>2. Ernährung</b> .....	107
Bestandteile unserer Nahrung .....	109
Blutzuckerwirkung von Lebensmitteln.....	110
Gesund und dauerhaft abnehmen .....	112
Bestimmung von Berechnungseinheiten (BE) .....	117
Getränke .....	122
<b>3. Sport und Bewegung</b> .....	125
Welche Sportarten sind geeignet?.....	127
Wann sollte keine anstrengende körperliche Aktivität durchgeführt werden? .....	133
Was sollten Personen, die Insulin spritzen, beachten? .....	135
<b>4. Seelische Probleme bei Menschen mit Diabetes</b> .....	139
Welche behandlungsbedürftigen seelischen Erkrankungen kommen bei Menschen mit Diabetes häufig vor? .....	146

<b>5. Umgang mit Stress und Belastungen</b> .....	149
<b>6. Von guten Vorsätzen, Rückfällen und dauerhaften Erfolgen</b> .....	155
<b>7. Diabetes und Beruf</b> .....	161
Anpassungen der Diabetes-Therapie an Anforderungen des Arbeitslebens .....	162
Medizinische Rehabilitation .....	163
<b>8. Sozialrechtliche Aspekte bei Diabetes</b> .....	165
Medizinische Leistungen.....	165
Hilfen zum beruflichen Wiedereinstieg.....	170
Schwerbehindertenausweis .....	174
Unterhaltssichernde Leistungen.....	179
Ansprechpartner.....	189
Literatur .....	189
<b>Wenn Sie mehr über Diabetes wissen wollen...</b> .....	191
<b>Lexikon</b> .....	195
<b>Wissensquiz</b> .....	198
<b>Index</b> .....	201
<b>Abbildungsverzeichnis</b> .....	203
<b>Tabellenverzeichnis</b> .....	205
<b>Autoren</b> .....	207