

Klimawandel

Wie Hitze wirkt und was hilft

10



Breeze - stock.adobe.com / generiert mit KI

Apps unterstützen

beim Berechnen der Kohlenhydrate

44



Drazen - stock.adobe.com

Behörden

- arbeiten sie zusammen?

50



Kaluya Stock - stock.adobe.com / Generiert mit KI

Sattmacher Eiweiß

Proteine sind wichtig für den Körper

26



Lifeisbeautiful - stock.adobe.com

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 März

Menschen und Geschichten

Aufklären gegen Vorurteile	6
Umgang auf Augenhöhe	7
Mit Diabetes zwischen Kulturen	54

Aus der Diabetes-Szene

Kurz und Aktuell	8
Diabetes-Szene	20
Marktplatz	42

Titelthema

Hitze, Kälte, Infektionen - Diabetes im Klimawandel.....	10
Der Klimawandel beeinflusst den Diabetes	11
Vor Infektionen durch Viren schützen	14

Medizin

So bleiben Spritzstellen gesund	18
Unterzuckerungen - Risiko für Demenz	36
Enzym-Infusion bei Gefäß-Verschluss	40
Was beim Abnehmen helfen kann	43

Essen und Genießen

Eiweiß: Vielseitiger Sattmacher	26
Rezepte	29
Community-Rezept.....	34

Eltern und Familie

Kohlenhydrat-Apps im Überblick.....	44
Diabetes-Technologie kann die Haut verändern..	46
Kurzmeldungen.....	48

Recht und Politik

Behinderung und Führerschein: Arbeiten	
Behörden zusammen?	50
Frische Brise aus dem Norden.....	52

Verbände

Positionen der organisierten Selbsthilfe	58
Deutscher Diabetiker Bund (DDB)	60
Deutsche Diabetes Föderation (DDF)	62
DDH - Menschen mit Diabetes (DDH-M).....	74
Diabetikerbund Bayern	76
Diabetiker Niedersachsen	78
diabetesDE - Deutsche Diabetes-Hilfe	80

Immer im Heft

Wissen Digital.....	24
Gewinnspiel.....	42
Fernweh: Eiskalter Badespaß.....	82
Impressum/Vorschau	83