

Tiefs und Hochs
erkennen,
behandeln und
verhindern

10

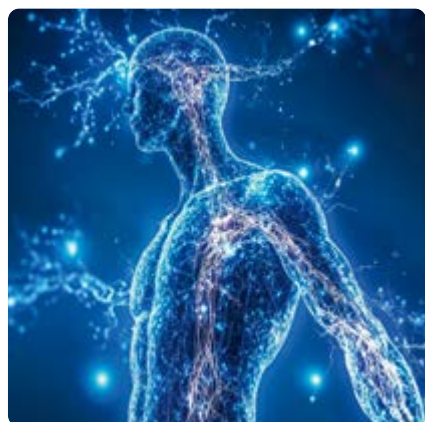


Illustrationen: VectorMine - stock.adobe.com

Zöliakie und Co

Begleiter des Typ-1-Diabetes

36



Thiphaphone - stock.adobe.com

Feste feiern
– gewusst, wie!

44



Claudia Paulussen - stock.adobe.com

Sommerliche Genüsse

für Picknick, Reise und zum
Abkühlen

26



jackfrog - 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 Juli

Menschen und Geschichten

Mit Vertrauen unterstützen	6
Weiter diabetologischer Blick	7
Auf in die Schule nach Spanien!	54

Aus der Diabetes-Szene

Kurz und Aktuell	8
Diabetes-Szene	20
Marktplatz	42

Titelthema

Was Tiefs und Hochs bedeuten	10
Unterzuckerungen ernst nehmen	11
Wenn hohe Zuckerwerte gefährlich werden	14

Medizin

Unterstützung individuell anpassen	18
Typ-1-Diabetes kommt selten allein	36
Jede Bewegung zählt	40
Die Kraft der kleinen Schritte	43

Essen und Genießen

Genießen im Sommer	26
Rezepte	29
Community-Rezept	34

Eltern und Familie

Feste feiern mit Typ-1-Diabetes	44
Was bei einer Ketoazidose zu tun ist	46
Kurzmeldungen	48

Recht und Politik

Zuckersüßer Erfolg	50
Wird die Führerscheinstelle informiert?	52

Verbände

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

Immer im Heft

Wissen Digital	24
Gewinnspiel	42
Fernweh: Schokolade von Oma	82
Impressum/Vorschau	83