

## Schulung: Was war, ist und kommt

**16** In diesem Jahr feiern wir den 100. Jahrestag der Insulin-Entdeckung. Die Diabetes-Schulung ist sogar schon viel älter. Im Titelthema richten wir den Blick von den Anfängen der Schulung hin zu aktuellen, modernen Schulungsformen.



## Neues Projekt gegen Stigma und Tabu

**10** „Blickwinkel Diabetes“ ist ein neues Projekt für junge Erwachsene mit Typ-1-Diabetes, um mit Vorurteilen aufzuräumen und Betroffene zu unterstützen. Wir sprachen mit Initiatorin Lea Raak.



## Messung in Blut und Gewebe

**38** Dr. Andreas Thomas, Pionier in Sachen Diabetes-Technologie, greift das Thema Messgenauigkeit auf und beschreibt detailliert die Unterschiede zwischen Blutzucker- und Gewebeszuckermessungen.

Fotos: tommty - iStockphoto / Lea Raak / Alexandr Mitiuc - AdobeStock

### PANORAMA

- 6 „Gesünder unter 7 PLUS“: im Juni digital
- 8 diabetesDE lädt ein: Jubiläum digital
- 9 Lebensmittel-Check: So erkennen Sie regionale Lebensmittel

### AKTUELL

- 10 Statt Stigma und Tabu: Blickwinkel Diabetes
- 12 Oliver Behringer, Radprofi: Nie aufgeben!
- 14 Neuauflage: Gesundheits-Pass Diabetes

### SCHWERPUNKT

- 16 Schulung: Was war, ist und kommt
- 18 Diabetes-Schulung – ein Blick zurück
- 22 Schulung: modern, geprüft, individuell
- 28 Lernen per Live-Video

### MEDIZIN

- 32 Diabetes-Kurs: Extrem hohe Werte bei Typ-2-Diabetes
- 36 Die Augen im Blick behalten
- 38 Messen in Blut und Gewebe: Das sind die Unterschiede

- 42 Fixieren, messen... und ab ins kühle Nass

### LEBENSECHT

- 44 diabetes and the city: Ein kleiner Piks
- 46 Diabetes-Kurzgeschichte: Von jetzt auf gleich

### INFOBOX

- 48 Meldungen aus der Industrie

### DIABETES-SZENE

- 50 Neues aus der Diabetes-Szene
- 52 Wann ist Dein Diaversary?

## Fleischloser Grillgenuss

**78** Nun laufen Grills wieder auf Hochtouren. Statt Steaks und Würstchen können Sie auch Gemüse und Obst auf den Rost legen. Wir liefern passend dazu Tipps und Rezepte für Grillgenuss ohne Fleisch.



## Ab ins kühle Nass – darauf ist zu achten

**42** Sommerzeit – endlich wieder abkühlen im Pool, See oder Meer. Für Menschen mit Diabetes gibt es einiges mehr zu beachten als nur einen gelungenen Kopfsprung – Dr. Meinolf Behrens klärt auf.

## „Typ 2“: sehr hohe Werte – was tun?

**32** Extrem hohe Blutzuckerwerte kommen bei Typ-2-Diabetes immer wieder vor und können sogar zu einem lebensbedrohlichen „hyperosmolaren Koma“ führen. Dr. Schmeisl erklärt Ursachen und Therapie.

Fotos: GHVozdi - iStockphoto / Patrizia Tilly - AdobeStock / contrastwerkstatt - Fotolia

### GESUNDHEITSPOLITIK

- 54 3 Wünsche an die Gesundheitspolitik

### VERBÄNDE

- 56 diabetesDE – Deutsche Diabetes-Hilfe
- 58 Deutsche Diabetes Föderation (DDF)
- 72 DDH – Menschen mit Diabetes (DDH-M)
- 74 Diabetikerbund Bayern
- 76 Deutscher Diabetiker Bund (DDB)

### ESSEN UND TRINKEN

- 78 Gemüse & Obst & Kartoffeln: Fleischlos Grillen
- 80 Die besten Tipps für kulinarische Grillfreuden
- 81 **Rezepte**

### IMMER IM HEFT

- 48 Gewinnspiel
- 53 **DenkMal** – das Rätsel
- 84 Zum guten Schluss
- 85 Vorschau/Impressum



Das Diabetes-Journal gibt es auch auf CD als Daisy/MP3-Hörzeitschrift für Blinde und Sehbehinderte:  
**Westdeutsche Blindenhörbücherei, Tel. 02 51 / 71 99 01**  
[www.wbh-online.de](http://www.wbh-online.de)