

Inhaltsverzeichnis

Allgemeines über Diabetes	7
Stoffwechsel-Selbstkontrolle	17
Der Zuckerstoffwechsel	26
Gewichtsabnahme und Medikamente	35
Kalorien	36
Die Unterzuckerung	76
Körperliche Bewegung	82
Blutzuckersenkende Medikamente	85
Folgeschäden durch den Diabetes	96
Diabetische Neuropathie = Nervenschädigung	99
Bei Nervenschädigung	100
Fußgymnastik	106
Kontrolluntersuchungen	118
Vererbung	123
Anhang: Umrechnungstabellen	124
Anhang: Online-Training zum Programm	125
Sachverzeichnis	127