

Inhaltsverzeichnis

Vorwort 5

Entstehung des Diabetes und Blutzuckerkontrolle 6

Die Rolle der Gene 8

Metabolisches Syndrom oder „Wohlstandssyndrom“ 12

Blutzucker-Langzeitgedächtnis HbA_{1c}-Wert 16

Diabetes richtig behandeln 22

Körperlich aktiv bei Typ-2-Diabetes 24

Die Therapie des Typ-2-Diabetikers ohne Insulin 28

Insulintherapie bei Typ-2-Diabetes 38

Insulintherapie bei Typ-1-Diabetes 42

Insulin richtig injizieren..... 46

Folgeschäden an den großen Gefäßen 50

Diabetes und Bluthochdruck 52

Schlaganfall und Herzinfarkt bei Diabetes 58

Periphere arterielle Verschlusskrankheit (pAVK) 62

Folgeschäden an den kleinen Gefäßen 66

Nierenschaden durch Diabetes 68

Schäden an der Netzhaut durch Diabetes 72

Wie Diabetes die Füße schädigt (peripherer Nervenschaden) 76

Verzögerte Magenentleerung bei Diabetes (autonomer Nervenschaden) 80

Unter- und Überzuckerung 84

Erhöhte Nüchternwerte unter Insulintherapie 86

Unterzuckerungen 90

Blutzuckerentgleisung mit drohendem Koma 96

Diabetes in besonderen Lebenssituationen 100

Sport bei Typ-1-Diabetes 102

Medikamente und Insulin auf Reisen anpassen 106

Risikosituation Operation 110

Diabetes und Sexualität 114

Diabetes und Alkohol 118

Tabellenanhang 122

Lexikon 124

Index 128

Informationen zum Thema Diabetes 132