

# Inhaltsverzeichnis

Vorwort .....	9
<b>1. Kapitel: Wie alles begann.....</b>	<b>16</b>
Ende der Kindheit – Beginn der Verantwortung	
Ursachen Typ-1-Diabetes.....	19
Aufklärung.....	23
Entwicklung, Diagnose und Symptome eines	
Typ-1-Diabetes .....	27
Warum wurde Andrea nicht sofort mit Insulin	
behandelt?.....	29
<b>2. Kapitel: Das erste Mal.....</b>	<b>30</b>
Ich will nicht spritzen!	
Verhältnis Kind – Eltern	
Insulinwirkung.....	31
Stoffwechselentgleisung (entgleister oder	
dekompenzierter Diabetes).....	33
Unterzuckerungen (Hypoglykämie oder kurz: Hypo)....	35
Schwere Unterzuckerung (schwere Hypo).....	38
Schulungen.....	40
<b>3. Kapitel: Meine Jugend.....</b>	<b>44</b>
Schule – Hobbys – Freunde – Familie	
Gewichtsabnahme bei Manifestation des Diabetes ...	47
Historie des Insulins und der Insulintherapie.....	48
Alkohol und Diabetes.....	54
<b>4. Kapitel: Meine Krankenhausaufenthalte.....</b>	<b>59</b>
Wichtig – lästig – lehrreich	
Diabetologische Schwerpunktpraxen.....	60
Lanzetten.....	64

Wenn der Diabetes auf die Nerven geht –	
Neuropathie.....	66
Intensivierte konventionelle Insulintherapie (ICT) oder auch Basis-Bolus-Konzept.....	72
<b>5. Kapitel: Mein Studium.....</b>	<b>75</b>
Freiheit – Eigenverantwortlichkeit – Selbstliebe	
Kann man durch Weglassen von Insulin abnehmen?... <td>78</td>	78
Diabetes und Lebensroutinen.....	83
<b>6. Kapitel: Meine Partnerschaft.....</b>	<b>85</b>
Verständnis – Kontrolle – Sorgen – Kommunikation –	
Vertrauen	
Verhalten des Partners bei Hypo- und Hyperglykämie... <td>95</td>	95
<b>7. Kapitel: Meine Kinder.....</b>	<b>101</b>
Glück – Verantwortung – Sorgen – Kommunikation –	
schwere Hypos	
Diabetes und Schwangerschaft.....	101
Versorgung von Kindern nach der Geburt.....	108
Vorteile und Nachteile einer Pumpentherapie.....	113
Vererbung des Typ-1-Diabetes.....	131
<b>8. Kapitel: Mein Beruf.....</b>	<b>133</b>
Balanceakt – Mut – Ablenkung – Erschöpfung	
Kontinuierliches Glukose-Monitoring (CGM).....	137
CGM: Blut- und Gewebezucker, Blutzuckermessung ..	138
CGM: Funktion und Kalibrierung.....	140
Psychische Energie bei Diabetes.....	145
<b>9. Kapitel: Meine Freizeitgestaltung.....</b>	<b>150</b>
Musik – Handball – Tennis – Reiten – Hund –	
Tauchen	
Berufswahl.....	157
Unterzuckerungen und Tauchen.....	173

Weitere wichtige Informationen zum Tauchen mit Diabetes.....	174
<b>10. Kapitel: Reisen.....</b>	<b>178</b>
Zusatzgepäck – Diabetesequipment	
Urlaub vom Diabetes?	
Diabetes und Urlaub, Umgang mit Zeit- verschiebung.....	189
<b>11. Kapitel: Ein Erfahrungsbericht.....</b>	<b>193</b>
Tauchen auf Bonaire – Bewältigung von Ängsten	
<b>12. Kapitel: Mein Gewicht – meine Ernährung.....</b>	<b>215</b>
Was tue ich da?	
Insulintherapie und Gewichtszunahme.....	219
Gewicht abnehmen (bei Diabetes und Insulin).....	223
Wie kann ich aber trotz Insulintherapie Gewicht abnehmen?.....	225
Adipositas – eine Krankheit.....	228
<b>13. Kapitel: Weitere Erkrankungen.....</b>	<b>230</b>
Schau mir in die Augen!	
Auch das noch! Schulter, Hände, Knie, Rücken	
Diabetes und Folgeerkrankungen.....	230
Folgekomplikationen: Retinopathie.....	232
Diabetes und andere Erkrankungen.....	236
<b>14. Kapitel: Mit Diabetes zur OP im Krankenhaus.....</b>	<b>238</b>
Ein Erfahrungsbericht	
Insulinwirkung nach Unterbrechung der Pumpen- therapie.....	245
Zertifikat: Klinik für Menschen mit Diabetes geeignet.....	248

<b>15. Kapitel: Schwerbehinderung</b> .....	<b>250</b>
Bin ich schwerbehindert?	
Schwerbehinderung?.....	251
Antrag auf Schwerbehinderung. Wann?.....	256
<b>16. Kapitel: Das Letzte kommt zum Schluss</b> .....	<b>258</b>
Resümee	
Rückblick – Zukunft	
Diabetes-Technologie.....	263
Stirbt man früher am Diabetes? Über den Umgang	
mit Statistiken.....	269
Zukunft aus Sicht des Diabetologen.....	275
<b>Anhang</b>	
Die Autorin.....	277
Der Arzt.....	278
Die Cartoonistin.....	279