

Inhaltsverzeichnis

Vorwort.....	9
1. Kapitel: Wie alles begann.....	16
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
2. Kapitel: Das erste Mal.....	30
Ich will nicht spritzen!	
Verhältnis Kind – Eltern	
Insulinwirkung.....	31
Stoffwechselentgleisung (entgleister oder dekompensierter Diabetes).....	33
Unterzuckerungen (Hypoglykämie oder kurz: Hypo).....	35
Schwere Unterzuckerung (schwere Hypo).....	38
Schulungen.....	40
3. Kapitel: Meine Jugend.....	44
Schule – Hobbys – Freunde – Familie	
Gewichtsabnahme bei Manifestation des Diabetes.....	47
Historie des Insulins und der Insulintherapie.....	48
Alkohol und Diabetes.....	54
4. Kapitel: Meine Krankenhausaufenthalte.....	59
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
5. Kapitel: Mein Studium.....	75
Freiheit – Eigenverantwortlichkeit – Selbstliebe	
Kann man durch Weglassen von Insulin abnehmen?...	78
Diabetes und Lebensroutinen.....	83
6. Kapitel: Meine Partnerschaft.....	85
Verständnis – Kontrolle – Sorgen – Kommunikation – Vertrauen	
Verhalten des Partners bei Hypo- und Hyperglykämie....	95
7. Kapitel: Meine Kinder.....	101
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
8. Kapitel: Mein Beruf.....	133
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
9. Kapitel: Meine Freizeitgestaltung.....	150
Musik – Handball – Tennis – Reiten – Hund – Tauchen	
Berufswahl.....	157
Unterzuckerungen und Tauchen.....	173

Weitere wichtige Informationen zum Tauchen mit Diabetes.....	174
10. Kapitel: Reisen.....	178
Zusatzgepäck – Diabetesesequipment	
Urlaub vom Diabetes?	
Diabetes und Urlaub, Umgang mit Zeitverschiebung.....	189
11. Kapitel: Ein Erfahrungsbericht.....	193
Tauchen auf Bonaire – Bewältigung von Ängsten	
12. Kapitel: Mein Gewicht – meine Ernährung.....	215
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
13. Kapitel: Weitere Erkrankungen.....	230
Schau mir in die Augen!	
Auch das noch! Schulter, Hände, Knie, Rücken	
Diabetes und Folgeerkrankungen.....	230
Folgekomplikationen: Retinopathie.....	232
Diabetes und andere Erkrankungen.....	236
14. Kapitel: Mit Diabetes zur OP im Krankenhaus.....	238
Ein Erfahrungsbericht	
Insulinwirkung nach Unterbrechung der Pumpentherapie.....	245
Zertifikat: Klinik für Menschen mit Diabetes geeignet.....	248

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