



- 9 **Plötzlich Diabetes**
- 10 Die erste Begegnung mit Diabetes
- 17 Diabetes – was ist das?
- 21 Welche Formen von Diabetes gibt es?
- 29 **Diabetes muss behandelt werden**
- 30 Ohne Insulin geht nichts
- 45 Die verschiedenen Therapieformen
- 68 Die Diabetesschulung
- 74 Begleit- und Folgeerkrankungen
- 81 **Zu Hause und im Alltag alles im Griff**
- 82 Den Stoffwechsel kontrollieren
- 92 Die Angst vor der Insulinspritze
- 97 Hypo- und Hyperglykämie (Unter- und Überzuckerung)
- 122 Besonderheiten des Diabetes in der Pubertät
- 127 **Erlaubt ist, was schmeckt – keine Diät!**
- 128 Was ist gesund?
- 140 Die Geschmäcker sind verschieden
- 149 **Groß werden mit Diabetes**
- 150 Herausforderungen meistern
- 170 Diabetes und besondere Situationen
- 177 Soziale Hilfen und Diabetes
- 182 Service
- 184 Glossar
- 188 Sachverzeichnis

► Exkurse

- 108 Wie verabreiche ich Glukagon richtig?
- 124 Selbstständigkeit – aber wann und wie viel?