OBSAH

Předmluva ................................................................. 11
Úvod ............................................................................. 12

1 Diabetes a jeho léčení .............................................. 14
   1.1 Co je to diabetes? .............................................. 14
   1.2 Povídání o inzulínu ........................................... 26
   1.3 Příčiny a léčení hypoglykémie ......................... 39
   1.4 Selfmonitoring neboli vlastní kontrola diabetu .... 55
   1.5 Sestavujeme a upravujeme inzulínový program ... 70
   1.6 Léčba diabetu inzulínovou pumpou ................. 99
   1.7 Když najdeme v moči ketolátky. Ketoacidóza .... 117
   1.8 Zvracení při diabetu – co dělat? ....................... 129
   1.9 Diabetes a nemoc s teplotou ......................... 133
   1.10 Cíle léčby diabetu ......................................... 135
   1.11 Sledování diabetu u lékaře ......................... 139

2 Strava při diabetu ................................................... 145
   2.1 Naše základní živiny ....................................... 146
   2.2 Výměnná jednotka a jídelní plán ..................... 154
   2.3 Poznáváme potraviny ....................................... 161
   2.4 Glykemický index .......................................... 202
   2.5 Oslazují umělá sladidla život? ....................... 204

3 Život s diabetem ...................................................... 211
   3.1 Sport, pohyb a jiné radovánky ....................... 211
   3.2 Kouření škodí zdraví ..................................... 219
   3.3 Alkohol a glykémie ....................................... 220
   3.4 Diabetes a dospívání ................................... 226
      (průvodce pro všechny zúčastněné) ............... 226
   3.5 Diabetes malých a ještě menších dětí ............ 231
      (průvodce pro rodiče) .............................. 231
   3.6 Pozdní komplikace diabetu a sdružená onemocnění 240
4 Kapitoly pro zájemce ................................................253
4.1 Psychologické minimum (které trochu pomůže
vyznat se v nové životní situaci) ..................................253
4.2 Diabetické dítě ve škole
(průvodce pro učitele) .................................................257
4.3 S diabitem na cestách
(průvodce pro cestovatele) ...........................................261
4.4 Budu mít zdravé děti?
(průvodce pro budoucí maminky) ..................................265
4.5 Bude někdy možné diabetes vyléčit?
(průvodce pro zvědavé a zvídavé) ..................................271

Slovníček odborných výrazů .........................................274
O autorech .................................................................278
Rejstřík ......................................................................280