

OBSAH



4	AKTUALITY Novinky a trendy z celého světa
7	ROZHOVOR s Miss Czech Republic Adélou Štroffekovou
10	TIPY pro lepší glykemii
12	HLAVNÍ TÉMA Preventivní péče o chodidla při diabetu
14	VÝŽIVA Jak si udržet vysněnou váhu
16	TECHNOLOGIE Vybíráme inzulinovou pumpu
18	HISTORIE První aplikace inzulinu
20	EDUKACE Cukrovka a obezita ničí naše srdce
22	HISTORIE Hromnice
24	PSYCHOLOGIE Jak na novoroční restart
26	EDUKACE Benefity hřebíčkovce
27	SPORT Cukrovka a trailový běh
30	EDUKACE Mýty a fakta o diabetu
32	DĚTI Sportování v zimě
34	ROZHOVOR s maminkou diabetického dítěte
36	PSYCHOLOGIE A proč jste s tím nepřišli dřív?
38	ROZHOVOR s MUDr. Mgr. Sylvií Špitálníkovou, Ph.D.
40	EDUKACE Knižní tipy
41	NOVINKY Aliance pacientů s diabetem
42	POLITIKA Co se děje?
44	SPORT Příběh sportovce Arthura Ashe
45	REPORTÁŽ XXV. Šimurdovy dny diabetiků v Luhačovicích
46	REPORTÁŽE Co se děje ve světě diabetu?
50	VÝŽIVA Nejčastější otázky ohledně stravování
52	BYLINNÁ LÉKÁRNA Česnáček lékařský
54	ROZHOVOR s prof. MUDr. Janem Škrhou, DrSc., MBA
57	DIA MOUČNÍKY Pečeme zdravěji
58	KUCHAŘKA Výživné polévky i zdravé dezerty
62	DIA SPOLKY DIAMART Martin
63	KOMIKS Hrdinský příběh o diabetu
64	DIÁŘ O nic zajímavého nepřijdete
65	KŘÍŽOVKA Luštěte o zajímavé ceny