

OBSAH



4 AKTUALITY
Novinky a trendy z celého světa

8 ROZHOVOR
S Alešem Cibulkou nejen o jeho zdraví

10 DESET TIPŮ
Jak odolat chuti na sladké

12 CELEBRITY
Britská premiérka Theresa May

14 CUKROVKA VE FILMU
Pší odpoledne

16 TÉMA ČÍSLA
Nadváha a obezita

18 METABOLICKÝ SYNDROM
Nebolí, proto si ho nevšímáme

20 BARIATRIE
Chirurgické řešení obezity

22 PSYCHOLOGIE
Deprese vám vezme sílu žít

24 CHOLESTEROL
Jak jej snížit bez léků?

26 PORADNA
Ptáte se diabetologa...

27 PACIENTSKÉ ORGANIZACE
Inzulínek

28 ABSURDISTÁN
Necitlivý přístup v nemocnici

30 POLITIKA
Plány ministra Ludvíka a další novinky

32 FOTOREPORTÁŽ
Světový den diabetu

34 PŘÍBĚH
Byla jsem na sladkém závislá

35 KNIHY, WEBY, APLIKACE
Nemělo by ujít vaší pozornosti

38 REPORTÁŽE
Co se děje ve světě diabetu?

43 PŘEDSTAVENÍ MLADÝCH LEADERŮ
Jak se žije diabetikům v Austrálii?

44 CESTOVÁNÍ
Kontroverzní ráj Seychel

46 PŘÍRODNÍ DROGY
Opium, lék se špatnou pověstí

48 BYLINNÉ ČAJE
Směsi vhodné pro diabetiky

49 KOŘENÍ
Voňavá skořice

50 SPORT
Zimní krajinou na běžkách

54 CVIKY PRO KAŽDÉHO
Posilování svalů pánevního dna

56 VÝŽIVA
Leden, měsíc omezení cukru

58 KUCHAŘKA
Dejte sbohem nadváze

64 KOMIKS
Povídej mi o glukometru

67 KŘÍŽOVKA
Luštěte o zajímavé ceny

69 DIÁŘ
O nic zajímavého nepřijdete

