

Obsah

Věnování	6
Předmluva	7
Úvodem	9
1 Diabetes a jeho léčení	11
1.1 Co je to vlastně diabetes?	11
1.2 Povídání o inzulínu	21
1.3 Sestavujeme inzulínový program	29
1.4 Jak doma měříme glykémii	34
1.5 Příčiny a léčení hypoglykémie	37
1.6 Upravujeme dávkování inzulínu	46
1.7 Když najdeme v moči ketolátky	49
1.8 Zvracení při diabetu: co dělat?	56
2 Strava při diabetu	61
2.1 Naše základní živiny	61
2.2 Výměnná jednotka a jídelní plán	67
2.3 Poznáváme potraviny	73
2.4 Oslazují umělá sladidla život?	99
3 Život s diabetem	103
3.1 Sport, pohyb a jiné radovánky	103
3.2 Kouření škodí zdraví	109
3.3 Alkohol a glykémie	110
3.4 Vyšetřování doma i u lékaře	114
3.5 Pozdní komplikace diabetu	121
4 Kapitoly pro zájemce	126
4.1 Diabetes malých a ještě menších dětí (průvodce pro rodiče)	126
4.2 Diabetické dítě ve škole (průvodce pro učitele)	131
4.3 Dospívání a diabetes (průvodce pro všechny zúčastněné)	135
4.4 S diabetem na cestách (průvodce pro cestovatele)	141
4.5 Budu mít zdravé děti? (průvodce pro budoucí maminky)	146
4.6 Bude někdy možné diabetes vyléčit? (průvodce pro zvědavé a zvidavé)	151
4.7 A bude mu možné včas předejít? (průvodce pro ještě zvidavější)	155
Slovníček odborných výrazů	159
O autorech	162
Rejstřík	164