

# OBSAH



4 AKTUALITY  
Novinky a trendy z celého světa

8 ROZHOVOR  
s českou miss Nikol Švantnerovou

12 DESET TIPŮ  
jak se zbavit závislosti na sladkém

14 CELEBRITY  
I s cukrovkou dosáhli svých cílů

16 TÉMA ČÍSLA  
Počítání sacharidů

20 PSYCHOLOGIE  
Dieta z pohledu psychologa

22 DĚTI  
Volba povolání

24 KOMPLIKACE  
První návštěva na podiatrii

26 KOMPLIKACE  
Záněty v dutině ústní

28 PORADNA  
Zeptali jste se odborníků...

30 SELFMONITORING  
Máme možnost volby

32 ČTENÁŘSKÉ RECENZE  
Glukometr Galileo s testerem ketonů

34 POLITIKA  
Papírové recepty zatím bez pokut

36 ABSURDISTÁN  
Příspěvky na péči bez pravidel?

37 KNIHY, WEBY, APLIKACE  
Nemělo by ujít vaší pozornosti

40 TECHNOLOGIE  
Bezbolestné měření glykemie

43 REPORTÁŽ  
Technologie v diabetologii 2017

44 RETRO  
Cukr v moči – historické metody analýzy

46 REPORTÁŽE  
Co se děje ve světě diabetu?

48 CESTOVÁNÍ  
Peru: v říši Inků

50 PŘÍRODNÍ DROGY  
Zneužívaný efedrin

52 BYLINNÉ ČAJE  
vhodné při průduškovém astmatu

53 HOUBY JAKO LÉK  
Strmělka masová

54 SPORT  
Nordic running

56 CVIKY PRO KAŽDÉHO  
Cvičíme pilates

58 VÝŽIVA  
Mindful eating aneb Víím, že jím

60 KUCHARKA  
Jarní jídelníček ve farmářském stylu

64 DIA MOUČNÍKY  
Pečeme téměř bez cukru

66 KOMIKS  
Hrdinský příběh o diabetu

68 DIÁŘ A SOUTĚŽ  
O nic zajímavého nepřijdete

69 KŘÍŽOVKA  
Luštěte o zajímavé ceny

