

OBSAH

ÚVOD	7
I. část — Cukrovka a její léčení	
<i>(Doc. MUDr. Jaroslav Páv, CSc.)</i>	11
Co je cukrovka?	13
Jak vzniká cukrovka?	16
Příčiny cukrovky	18
Příznaky cukrovky	20
Komplikace cukrovky	22
Obecné připomínky k léčbě cukrovky	26
Diabetikova životospráva	31
Dieta při cukrovce	32
Léčení inzulínem	38
Jak vstříkovat inzulín	40
Reakce na inzulín	46
Léčení tabletami	49
Lázeňské léčení	50
Léčení komplikací	51
Cukrovka a těhotenství	54
Prevence cukrovky	56
Sociální postavení diabetika	57
Poznámka k diabetu u dětí	58
II. část — Výživa diabetika	
<i>(Doc. MUDr. Jaroslav Páv, CSc.)</i>	61
Výživa, strava, dieta	63
Z čeho se skládá diabetická dieta	64
Jak zajistit správné složení diety	70
Energetický obsah a pestrost stravy	76
Výběr potravin	80
Cukr, sladidla, pochutiny	82
Nápoje — alkohol	84
Závěrečný souhrn	86
III. část — Jak vařit diabetikovi	
<i>(Hedvika Klusoňová, Hana Štorková)</i>	89
Čím se liší příprava diabetické diety od normální stravy .	91
Hlavní složky diabetické diety	93

Složení diabetických diet	104
Několik poznámek k celodennímu rozpisu stravy	108
Tabulka vah a měř	109
Tabulka ekvivalentů	111
Obsah sacharidů, bílkovin a tuků v nejužívanějších potravina- ch	113
Celodenní rozpis stravy pro 4 základní diety	115
Předpisová část	127
Snídaně	129
Přesnídávky a odpolední svačiny	138
Obědy	153
Večeře	237
Druhé večeře	318
Moučníky	320
Příklady sestavování denních jídelních lístků podle před- pisové části	339
Jaterní diabetická dieta	342
Příklad jídelního lístku pro antiketogenní dietu	355
Použitá literatura	362
Rejstřík	