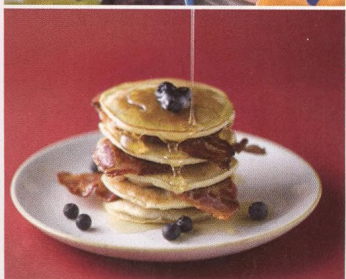


# OBSAH



- 4 AKTUALITY  
Novinky a trendy z celého světa

---

- 8 **ROZHOVOR**  
se zpěvačkou Markétou Konvičkovou

---

- 10 REPORTÁŽ  
Ohlédnutí za Dnem diabetu 2019

---

- 12 DESET TIPŮ,  
jak si vybrat dobrou obuv

---

- 14 TÉMA ČÍSLA  
Co vám letos pojišťovny proplatí?

---

- 18 ROZHOVOR S PROF. ZDĚNKEM RUŠAVÝM  
Jak se zbavit cukrovky 2. typu bez léků

---

- 20 **PSYCHOLOGIE**  
Vědomé zanedbávání léčby

---

- 22 DĚTI  
Ketolátky – postrach dětí i rodičů

---

- 24 SPORT  
Příběh mladého hokejisty s diabetem

---

- 27 REPORTÁŽ  
IDF kongres 2019 v Jižní Koreji

---

- 28 KOMPLIKACE  
Moderní léky ze skupiny GLP-1

---

- 30 PORADNA  
Zeptali jste se odborníků...

---

- 32 **NÁVŠTĚVA PEDIKÉRKY**  
Co čekat od odborného ošetření?

---

- 34 NENÍ DIABETIK JAKO DIABETIK  
Kolík druhů úplavice cukrovkové existuje?

---

- 35 ROZHOVOR  
Jak se žije diabetikům v Libanonu

---

- 36 POLITICKÉ NOVINKY  
a změny ve zdravotnictví v roce 2020

---

- 37 **REPORTÁŽ**  
Vyznamenání Svazu diabetiků

---

- 39 KNIHY, WEBY, APLIKACE  
Nemělo by ujít vaší pozornosti

---

- 42 TECHNOLOGIE  
Aplikace pro nevidomé diabetiky

---

- 44 **RECENZE**  
Nová pumpa Tandem t:slim X2™

---

- 47 REPORTÁŽ  
Téměř letní setkání v Luhačovicích

---

- 48 RETRO  
Krásné, ale obávané injekční stříkačky

---

- 50 REPORTÁŽE  
Co se děje ve světě diabetu?

---

- 54 LIDSKÉ TĚLO  
Hormony: poslové našeho těla

---

- 56 REHABILITACE  
Jak souvisí oblečení s bolestmi těla?

---

- 52 BYLINNÝ ČAJ  
na zklidnění

---

- 58 **VÝŽIVA**  
Strašák jménem jo-jo efekt

---

- 60 KUCHAŘKA  
Jídelníček pro zahřátí

---

- 64 DIA MOUČNÍKY  
Pečeme zdravěji

---

- 65 **ČÍM LIDÉ SLADÍ**  
Rostlinné sirupy 1.

---

- 66 KOMIKS  
Hrdinský příběh o diabetu

---

- 68 DIÁŘ  
O nic zajímavého nepřijdete

---

- 69 KŘÍŽOVKA  
Luštěte o zajímavé ceny