

ÚVOD	7
I. část — Cukrovka a její léčení	
(<i>Doc. MUDr. Jaroslav Páv, DrSc.</i>)	9
Co je cukrovka	11
Jak vzniká cukrovka	13
Příčiny cukrovky	15
Příznaky cukrovky	16
Komplikace cukrovky	18
Obecné připomínky k léčbě cukrovky	21
Diabetikova životospráva	25
Dieta při cukrovce	26
Léčení inzulinem	31
Jak vstříkovat inzulín	33
Reakce na inzulín	38
Léčení tabletami	40
Lázeňské léčení	41
Léčení komplikací	42
Cukrovka a těhotenství	44
Prevence cukrovky	46
Sociální postavení diabetika	46
Poznámka k diabetu u dětí	48
II. část — Výživa diabetika	
(<i>Doc. MUDr. Jaroslav Páv, DrSc.</i>)	49
Výživa, strava, dieta	51
Z čeho se skládá diabetická dieta	52
Jak zajistit správné složení diety	56
Energetický obsah a pestrost stravy	61
Výběr potravin	64
Cukr, sladidla, pochutiny	65
Nápoje — alkohol	67
Závěrečný souhrn	68
III. část — Jak vařit diabetikovi	
(<i>Hedvika Klusoňová, Hana Štorková</i>)	69
Čím se liší příprava diabetické diety od normální stravy	71
Složení diabetických diet	72
Několik poznámek k celodennímu rozpisu stravy	74
Tabulky	75
Tabulka hmotností a měr	75
Tabulka ekvivalentů	76
Obsah sacharidů, bílkovin a tuků v nejužívanějších potravinách	78
Celodenní rozpis stravy pro 4 základní diety	80

Předpisová část	86
Snídaně	87
Přesnídávky a odpolední svačiny	95
Obědy	107
Večeře	169
Druhé večeře	229
Moučnický	231
Příklady sestavování denních jídelních lístků podle předpisové části	245
Jaterní diabetická dieta	247
Příklad jídelního lístku pro antiketogenní dietu	257
Použitá literatura	258
Rejstřík	259