

# Obsah

Věnování . . . . .	7
Slovo úvodem . . . . .	8
Tajemství beta buněk . . . . .	9
Zánik beta buněk . . . . .	10
Inzulin . . . . .	11
Inzulin a kontraregulační hormony . . . . .	13
Trias v léčbě diabetu 1. typu . . . . .	14
Diabetes mellitus 1. typu . . . . .	16
Přiblížení se odvěkému způsobu života . . . . .	17
Management sportovní zátěže u diabetiků 1. typu . . . . .	18
Energetická potřeba . . . . .	19
Jak pracuje sval . . . . .	20
<i>Energie pro svalovou činnost</i> . . . . .	20
<i>Energetické zdroje pro svalovou činnost</i> . . . . .	21
<i>Energetické systémy pro svalovou činnost</i> . . . . .	23
<i>Priority energetického hospodaření při svalové činnosti</i> . . . . .	24
<i>Svalová práce</i> . . . . .	27
Hormonální změny provázející fyzickou aktivitu . . . . .	28
Faktory narušující glukózovou rovnováhu . . . . .	29
Hodnocení metabolické kompenzace . . . . .	32

Komplikace diabetu mellitu . . . . .	33
12 bohů na Olympu, 12 Titánů a 12 faktorů, které zvyšují riziko hypoglykemií . . . . .	34
12 úkolů pro Hérakla a 12 kroků ke snížení rizika hypoglykemie . . .	37
Hyperglykemie, ketoacidóza . . . . .	40
Úprava jídelního a inzulínového režimu . . . . .	41
Úprava příjmu sacharidů . . . . .	42
Úpravy dávek inzulínu při sportu . . . . .	43
Chronické diabetické komplikace . . . . .	45
Sportovní a metabolické cíle . . . . .	48
Kazuistiky . . . . .	49
Honza . . . . .	49
Drobeček . . . . .	51
Až na Olymp . . . . .	53