

- 7 **Liebe Leserinnen, liebe Leser**
- 9 **Plötzlich Diabetes**
- 10 **Diabetes – was ist das?**
- 10 **Geschichte des Diabetes**
- 10 **Diabetes mellitus Typ 1**
- 11 **Wie häufig kommt Diabetes bei Kindern eigentlich vor?**
- 14 **Die Rolle der Bauchspeicheldrüse**
- 14 **Wie wirkt Insulin im Körper?**
- 15 **Insulin und seine »Gegenspieler«**
- 16 **Woraus besteht eigentlich Insulin?**
- 20 **Die erste Begegnung mit Diabetes**
- 20 **Aus heiterem Himmel**
- 21 **Welche Anzeichen gibt es?**
- 23 **In der Klinik**
- 23 **Warum sind Diabetesschulungen so wichtig?**
- 28 **Wieder zu Hause**

- 31 **Diabetes muss behandelt werden**
- 32 **Ohne Insulin geht nichts**
- 32 **Woher kommt das Insulin?**
- 32 **Verschiedene Insuline wirken unterschiedlich**
- 36 **Konzentration der Insuline**
- 37 **Wie ziehe ich Insulin richtig auf?**
- 40 **Wie spritze ich Insulin richtig?**
- 43 **Spritz-Ess-Abstand bei Normalinsulin**
- 44 **Wechsel der Injektionsstellen**
- 45 **Ab welchem Alter selbst spritzen oder Katheterlegen?**
- 47 **Die intensivierte Insulintherapie**
- 47 **Intensivierte konventionelle Insulintherapie (ICT)**
- 50 **Insulinpumpentherapie**
- 57 **Kontinuierliche Glukosemessung (CGM)**
- 59 **Orales Antidiabetikum (Metformin)**
- 59 **Welche Behandlung für welches Kind?**

- 61 **Begleiterkrankungen und Spätkomplikationen**
- 61 Diabetes und Schilddrüse
- 62 Diabetes und Zöliakie
- 63 Weitere Autoimmunerkrankungen
- 64 Folgeerkrankungen vorbeugen

- 71 **Zu Hause alles im Griff**
- 72 Den Stoffwechsel kontrollieren
- 72 Urintests
- 73 Blutzuckertests
- 76 Die Angst vor der Insulinspritze

- 81 **Hypo- und Hyperglykämie**
- 81 Was bedeutet Hypoglykämie?
- 92 Unterzuckerungen bei Schulkindern und Jugendlichen
- 94 Die Angst vor Unterzuckerungen
- 98 Wie kommt es zu einer Hyperglykämie?

- 102 **Der Insulinbedarf verändert sich**
- 102 Auswirkungen auf den Diabetes
- 104 Diabetes im Jugendalter

- 111 **Kontrolltermine in der Ambulanz**
- 111 HbA1c-Messung
- 112 Körperliche Entwicklung

- 115 **Erlaubt ist, was schmeckt – keine Diät!**

- 116 **Was ist gesund?**
- 116 Zusammensetzung unserer Nahrung
- 123 Mahlzeiten
- 125 Ernährung mit Gefühl und Verstand

- 128 **Geschmäcker sind verschieden**
- 128 Kleinkinder und Ernährung
- 130 Schulkinder und Ernährung
- 132 Jugendliche und Ernährung

- 137 **Kleine Kinder mit Diabetes werden groß**
- 138 **Herausforderungen meistern**
- 138 **Babys und Klein(st)kinder mit Diabetes**
- 138 **Diabetes und Kindergarten**
- 140 **Diabetes und Schule**
- 145 **Diabetes bei Jugendlichen**
- 150 **Wenn Kinder erwachsen werden**
- 151 **Und die Geschwisterkinder?**
- 155 **Aktiv und unterwegs**
- 155 **Im Restaurant**
- 156 **Sport**
- 159 **Auf Reisen**
- 160 **Soziale Hilfen und Diabetes – wo gibt es Unterstützung?**
- 164 **Service**
- 166 **Glossar**
- 169 **Links**
- 170 **Literatur**
- 171 **Register**