

Anhang: Tabellen und mehr

Register

- Abendinsulin 123
Abnehmen 55
 Tipps 58
Acarbose 99
ACE-Hemmer 50
Acesulfam-K 69
Adrenalin-Frühwarnzeichen 133
Adrenalinausschüttung, bei Unterzucker 134
Alkohol
 Abnehmen 57, 70
 Gefahren 70
Alpha-1-Blocker 51
Altersdiabetes 19
Altinsuline 105
Amputation 46
Angina pectoris 40
Angiotensin-II-Antagonisten 50
Antidiabetika, orale 88
Antioxidanzien 67 f
 Raucher 71
Appetitzügler 58
Arteriosklerose 40
Aspartam 69
Aspirin, Verhütung von Infarkten 41
Augendruck, erhöhter 42
Augenschäden,
 Vorbeugung 42 f
Austauschtabelle 77
Austrocknung
 Fieber 139
 Hitze und Schwitzen 136
Auto fahren, bei Diabetes 137
Azeton 132
 bei Hyperglykämie 135
Ballaststoffe 59, 60
Bauchfett 21
Bauchspeicheldrüse (Pankreas) 19
 Systeme 30
Behandlung, konventionelle 27
Beta-Blocker 50
Beta-Zellen 30, 94
Bewegung, Blutzuckersenkung 36
Bewusstlosigkeit 134, 136 f
Biguanide 92
Blut(hoch)druck 48 ff
 Behandlung 49
 Medikamente 50
 Messung 51
 Richtwerte 48
Blutfette 21
 Wirkung von Ballaststoffen 61
Blutzucker, Selbstkontrolle 130
Blutzuckerabfall, Gegenregulation 85
Blutzuckeranstieg
 Auswirkung der Zubereitung 81
 durch verschiedene Lebensmittel 63
Blutzuckerbestimmung, nach dem Frühstück 23
Blutzuckerindex 62
Blutzucker-Langzeitgedächtnis 131
Blutzuckermessung (Diabetesdiagnose) 12
Blutzuckerschwankungen, nach Mahlzeiten 84
Blutzuckersenkung 32, 143 f
 Bewegung 36
 Reduktion des Kohlenhydratanteils in der Ernährung 34
Blutzuckerverlauf, bei Tablettenbehandlung 91
Blutzuckerwerte 25, 33 f
 morgendlich erhöhte 119
 Tabelle 167
Blutzuckerziele, bei Typ-2-Diabetes 32
BMI (Body-Mass-Index) 55
 Tabelle 168
Brustkrebs 78

Chroniker-Programm 163
Copalchi-Rinde 94, 99
Coutareagenin 94, 99
Cyclamat 69

Darmkrebs 78
Dawn-Phänomen 119
Depotinsuline 106
Diabetes and Nutrition Study Group 157
Diabetes
 Diagnose 12
 entgleister 140
 in Europa 28
 jugendlicher (juveniler) 18
 Sonderformen 12
Diabetesbehandlung 8
 Übersicht 35
Diabeteskomplikationen, akute 133 f
Diabeteskontrolle, optimale 149
Diabetesmanagement 143
Diabetikerprodukte 72
Diabetischer Fuß 45



- Diastole 48
 Diät 55
 Diätprodukte, für Diabetiker 72
 Dickdarmkrebs 61
 Disease Management Program (DMP) 163
 Diuretika 50
 Durchblutungsstörungen 45
 Durchfall 46, 139
 Durst 21 f, 32, 103, 135, 139 f
- Einfachzucker 29, 30
 Einheiten, für Insulin 111
 Eiweißausscheidung, im Urin 43
 Eiweiße, in der Ernährung 66
 Energiespeicherung durch Fett 8
 Glykogen 59
 Energieverbrauch 55
 e-plan.Ernährungssystem 75 ff
 Erbrechen 139
 Erektionsstörungen 47
 Ernährung gesunde 78
 Zusammensetzung 59
 Ernährungsempfehlungen 78, 82, 157
 Ernährungsgewohnheiten, Änderung 55
 Ernährungsplan 73 ff
 Ernährungspyramide 75
 Europa, Diabeteshäufigkeit 28
- Fasten, Azeton im Urin 132
 Fette Empfehlungen 65
 versteckte 64
 Fettsäuren 64
 Fettsäure-Radikale 67
- Fettstoffwechsel 31
 Fieber 139
 Fisch 65, 79
 Fischöl 65
 Flüssigkeitsverlust 139
 Formen, Diabetes 12
 Frühwarnsymptome (Hypoglykämien) 158
 unter tierischem Insulin 133 f
 Fruktose 30, 69
 Fußpflege 145 f
- Galaktose 30
 Gefühllosigkeit, in den Füßen 22
 Gegenregulation 85
 Geschwüre an den Füßen 45
 schlecht heilende 22
 Gewichtskontrolle, bei Insulinbehandlung 103
 Gewichtsreduktion 54 f
 Gewichtsverlust (Diabetes-symptom) 21
 Glaukom 42
 Glibenclamid 92, 98
 Gliclazid 98
 Glimepirid 98
 Glinide 99
 Gliquidon 98
 Glitazone 94, 99
 Glucosidasehemmer 93 f, 99
 Glukagon 84 f, 134
 Glukose, Weg im Körper 29 f
 Glukosetoleranztest 24
 Glykämischer Index 62, 81
 Glykogen 29, 59
 Goethe 9
 10-Gramm-Wertesystem 75
 Grauer Star 42
- Grenzwerte
 Blutzucker 22
 Diabetes 12
 Mikroalbumin im Urin 44
 Grüner Star 42
 Guarmehl 94, 99
- Hämoglobin, glykosiliertes 131
 Harnsäure 43
 Harnstoff 43
 Haushaltszucker 59 f
 HbA_{1c}-Test 34, 131
 Tabelle 169
 HDL-Cholesterin 67
 Herzinfarkt 40 f
 Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Risikofaktoren 40
 Hintonia latiflora 99
 Hirnschlag 40 f
 Humaninsulin 108
 Nebenwirkungen 158
 Humaninsulin-Analoga 109
 Hungerazeton 132
 Hyperglykämie 135
 Hypoglykämie 37, 133
 nächtliche 91, 119, 158 ff
- IGT (Impaired Glucose Tolerance) 24
 Immunkrankheit (Typ-1-Diabetes) 19
 Infektionen 21
 Insulin(e) 18, 102 ff
 Blutzuckerregulierung 30
 Durchmischung 117
 zum Einatmen 104
 Herkunft 108
 schnell wirkende zum Essen 122
 Spritztechnik 115
 tierisches 108, 112

Anhang: Tabellen und mehr

- Insulin(e)
 - Wirkungsdauer und -profile 105
- Insulinanaloga, synthetische 109
- Insulinanwendungen,
 - Beispiele 119
- Insulinbehandlung,
 - Beginn 102
- Insulindosis, Anpassung 118
- Insulineinheit 110
- Insulinempfindlichkeit 85
 - Dosisanpassung 111, 118
- Insulinkonzentrationen 111
- Insulinmangel 12, 18
- Insulinresistenz 18
- Insulintherapie, Einleitung 123
- Isomalt 69

- Kalorienbedarf 56
- Kalorienpläne 74
- Kalzium 67, 79
- Kalzium-Antagonisten 51
- Karotinoide 68
- Katarakt 42
- Ketoazidose 132, 135
- Klinkpersonal 141
- Kochsalzkonsum 50
- Kohlenhydrate 59
- Koma
 - diabetisches 135
 - hypoglykämisches 134
 - nichtketotisches 136
- Kontrollen, Eckwerte 128
- Krankheiten, bei Diabetes 139
- Kreatinin 43
- Kristallzucker 30

- Laktasemangel 46
- Laktit 69
- Laktose 30

- Langzeitfolgen 13 f, 39
- LDL-Cholesterin 67
- Lebensfreude 147
- Lebensqualität 143
- Leber, Abbau von Glykogen 29
- Leberstärke 31
- Lente-Insuline 107
- Light-Milchprodukte 66
- Lungenkrebs 71

- Magermilch 66
- Mahlzeiten, empfohlene Verteilung 57
- Makroarterien 39
- Mal perforans 22, 45
- Maltit 69
- Maltose 30
- Malzzucker 30
- Mannit 69
- Meglitinide 93, 94
- Mehrfachzucker 29 f, 57
- Menopause 40
- Metformin 92, 94, 98
- Miglitol 99
- Mikroalbumin, Grenzwerte 44
- Mikroarterien 39
- Milchzucker 30
- Mischinsuline 106, 124
- Mittaginsulin 123
- Mittelmeerkost 82
- Morgeninsulin 122
- Müdigkeit 21
- Muskelglykogen 36

- Nachtinsulin 124
- Nahrungsfasern 60, 62
- Nahrungsfett 64
- Nahrungsmittel, empfohlene Tagesmengen 78
- Nateglinid 99
- Neohesperidin DC 69

- Nephropathie 39, 43
- Neuropathie 39
- Nierenbeckenentzündung 43 f
- Nierenschädigung 43 f
- Nierenschwelle 23
- Nikotin, Gefahren 70
- Normalinsuline 105
- Notfall 38, 133 f
- NPH-Insulin 106
- Nüchternblutzuckermessung 23

- Ödeme 43
- Öle, Empfehlungen 65
- Olivenöl 65, 79
- Omega-3-Fettsäuren 65, 79
- Operationen 141
- Osteoporose 67
- Oxidationen
 - Abwehr 68
 - von Fettsäuren 67

- Palatinit 69
- Pankreas siehe Bauchspeicheldrüse
- Pektine 61
- Pens 115
- Phenole 70
- Pioglitazon 99
- post-marketing surveillance 95

- Radikale, freie 67
- Rapsöl 65
- Rauchen
 - bei Bluthochdruck 50
 - freie Radikale 71
- Repaglinid 99
- Retinopathie 39 ff
- Rinderinsulin 108

- Risikofaktoren
 Typ-2-Diabetes 20
 Übersicht 13
- Rosiglitazon 99
 Rosiglitazonmaleat 99
 Rotwein 70
- Saccharin 69
 Saccharose 30, 59
 Schluckinsulin 88
 Schuhe 145
 Schwäche 21
 Schwangerschaftsdiabetes 12
 Schweineinsulin 108
 Sehen, unscharfes 42
 Selbsthilfegruppen 149
 Selbstkontrolle(n) 128 f
 Azeton im Urin 132
 Blutzucker 130
 Urinzucker 129
- Selbstmanagement,
 Diabetes 15
- Selbstverantwortung, in der
 Diabetesbehandlung 8
- Semilente® 107
 für die Nacht 120
 Umstellungsempfehlungen 121
- Sensitizer 88
- Sexualhormone, weibliche 40
- Sorbit 69
- Spätinsulin 124
- Speiseplan, Vorschläge 80
- Spritz-Ess-Abstand 85,
 106, 117
- Spritzstellen, am Körper 116
- Spritztechnik 115
- Sprue 46
- Standardinsulin 110
- Stärke 29 f, 59
- Stärkeabbauhemmer 93 f
- Stress
 durch Krankheit 139
 operativer Eingriff 141
- Stuhlgang 61
- Sulfonylharnstoffe 92, 94, 98
- Süßstoffe 69
- Symptome, Typ-2-Diabetes
 14, 21 f
- Systole 48
- Tabletten 88 ff
 Nebenwirkungen 95
 Übersicht 94, 98
- Teststreifen, Urinzucker 129
- Thaumatococcus 69
- Thiazolidinedione 93 f
- Tolbutamid 98
- Traubenzucker 29
- Übelkeit 139
- Übergewicht 20, 54
- United Kingdom Prospective
 Diabetes Study (UKPDS)
 152 f
- Unterzucker siehe auch Hypo-
 glykämie 133
 Symptome 92
 Wahrnehmung 162
- Urinzucker, Selbst-
 kontrolle 129
- Urinzuckertest 22, 129
- Urlaub 38
- Ursachen, Typ-2-
 Diabetes 8, 20
- Verdauungsstörungen 46
- Vererbung, des Diabetes 20
- Verzögerungsinsuline 106
- Vitamine 67 f
- Vitaminzusätze 68
- Vorlaufzeit(en) 85, 106
- Waage 77
- Wahrnehmung, von Unter-
 zucker 162
- Warnsymptome, von Hypo-
 glykämien 112
- Weizenkleie 61
- Wertegruppen, Ernährungs-
 plan 75
- Wunden, am Fuß 145
- Xylit 69
- Zellulose 61
- Ziele, Diabetes-
 behandlung 25 f
- Zielorgane 39
- Zielwerte
 Blutzucker 130
 HbA_{1c}-Langzeitkontrolle 132
- Zink-Insulin-Suspensionen 107
- Zirkulationsstörungen 47
- Zöliakie 46
- Zubereitung, der Nahrung 81
- Zuckeralkohole 69
- Zuckeraustauschstoffe 69
- Zuckerkrankheit 18
- Zuckerstoffwechsel 31
- Zulassungsbehörden 95
- Zusammenspiel, von Glukose,
 Insulin und Glukagon 84
- Zweifachzucker 30