

D

DIALOG

FÜR SIE ZUM MITNEHMEN

IHRE MAGAZINBEILAGE RUND UM DIABETES VON DIASHOP

AUGUST–SEPTEMBER 2026

UNSERE THEMEN

DIASHOP unterstützt Sie mit Produkten, Tipps und Angeboten im Alltag mit Diabetes. Unsere Themen in dieser Ausgabe:

Neue Sportleitlinien verfügbar

Seite 1

Heiße Nächte im Sommer (und der Diabetes mittendrin)

Seite 2

Gut geschützt bei Hitze und Bewegung

Seite 2

Was aufs Ohr – welche Podcasts rund um Diabetes hören die Deutschen am liebsten?

Seite 2

Wechsel auf DEXCOM G7

Seite 3

DEXCOM G7 ab sofort mit myLoop nutzbar

Seite 3

Zuckerwerte im Blick, die Haut im Fokus

Seite 3

Gut begleitet durch Kindergarten und Schule

Seite 4

Leicht durch den Sommer – Bewusste Ernährung bei Diabetes

Seite 4



Sommernächte haben ihren eigenen Rhythmus: warme Luft, spontane Treffen, lange Abende am Wasser, Tanzen bis in den Morgen. Für Menschen mit Typ-1-Diabetes bedeutet das aber auch: mehr Bewegung, andere Essenszeiten, kühle süße oder alkoholische Getränke – und oft weniger Struktur. Damit die Nacht unbeschwert bleibt, lohnt sich ein kleiner Realitäts-Check. Denn körperliche Aktivität und warme Temperaturen können den Blutzucker stärker senken als gewohnt, während Alkohol das Risiko für nächtliche Unterzuckerungen erhöht. Gleichzeitig werden Warnzeichen im

Trubel leicht übersehen. Mit regelmäßigem Messen, einer angepassten Insulindosis und griffbereiten Snacks lässt sich die Leichtigkeit des Sommers unbeschwert genießen. Ein kurzer Blick auf die Werte zwischendurch schafft Sicherheit und sorgt dafür, dass aus einer guten Nacht auch ein guter Morgen wird.

Wie Sie sicher durch den Sommer mit Diabetes kommen, lesen Sie auf der nächsten Seite.

Veranstaltungen für Sie:

Online-Veranstaltungen und Erfahrungsaustausch in der DIASHOP Event-Lounge www.diashop.digital:

Termine bis Oktober 2026

- 20.07.26

Gut vorbereitet auf den Dexcom G7
- 29.07.26

Dexcom G7 mit YpsoPump – techn. Einweisung
- 04.08.26

Vorstellung YpsoPump/AID mit myLoop
- 18.08.26

Diabetes-Schnack: mylife YpsoPump
- 25.08.26

Gut vorbereitet auf den Dexcom G7
- 02.09.26

Tipps & Tricks zur mylife YpsoPump
- 16.09.26

Achtsamkeit & Diabetes
- 17.09.26

Dexcom G7 mit YpsoPump – techn. Einweisung
- 22.09.26

Gesunde Haut, starke Füße
- 23.09.26

Gut vorbereitet auf den Dexcom G7
- 29.09.26

Von der ICT zur Insulinpumpe
- 15.10.26

Veranstaltung zur mylife YpsoPump
- 21.10.26

Zahngesundheit bei Diabetes
- 22.10.26

Gut vorbereitet auf den Dexcom G7
- 22.10.26

Hautschutz & Fixierung im Winter
- 28.10.26

Dexcom G7 mit YpsoPump – techn. Einweisung

Alle Veranstaltungen sind kostenfrei. Termine und Anmeldung unter: www.diashop.de/diabetestech-nik-live-erleben



Neue Sport-Leitlinien

Mit der neuen gemeinsamen Leitlinie der Deutschen Diabetes Gesellschaft (DDG) und der Österreichischen Diabetes Gesellschaft (ÖDG) erhalten Menschen mit Typ-1-Diabetes und ihre Behandlungsteams aktuelle Empfehlungen für den Einsatz von AID-Systemen (Automated Insulin Delivery) bei Sport und Bewegung.

Die Leitlinie zeigt praxisnah, wie körperliche Aktivität und moderne Diabetes-Technologie sinnvoll aufeinander abgestimmt werden können. Ziel ist es, mehr Sicherheit im Umgang mit dem Diabetes sowie mehr Flexibilität im Alltag und beim Sport zu ermöglichen.



Die Leitlinien können Sie sich unter dem nebenstehenden QR-Code herunterladen.



QUARTALS ANGEBOT

10% auf FRIO Kühltaschen



10% RABATT

Bis zum 30. September sind die beliebten Kühltaschen bei DIASHOP reduziert, auch in allen Diabetes-Fachgeschäften.

Alle Farben und Größen unter: www.diashop.de/markenshop/frio

Angebot gültig bis 30. September 2026

HEISSE NÄCHTE IM SOMMER (UND DER DIABETES MITTENDRIN)

(Fortsetzung von Seite 1)



Technik, die Sie entspannt durch den Sommer begleitet

Hohe Temperaturen und mehr Bewegung können den Insulinbedarf verändern. Gleichzeitig stellt sich für viele Pumpenträgerinnen und -träger die Frage: Wohin mit der Insulinpumpe? Praktische Lösungen wie spezielle Unterwäsche mit integrierten Taschen, beispielsweise von der Firma Ruby Limes (erhältlich bei DIASHOP), sorgen dafür, dass die Pumpe sicher und bequem am Körper bleibt, auch beim Tanzen, Spaziergehen oder am Strand. Alternativ bieten sich Bauchgurt- oder Clip-Systeme an. Wichtig ist vor allem: Die Lösung sollte sicher sitzen, angenehm zu tragen sein und möglichst schweißresistent sein.

Blutzuckerschwankungen in intimen Momenten vermeiden

Auch intime Momente bedeuten für den Körper körperliche Aktivität – und damit können vermehrt Unterzuckerungen auftreten. Besonders in warmen Sommernächten verändert sich der Glukosespiegel oft stärker als gewohnt. Ein kurzer Blick auf die Glukosewerte vor und nach der Nähe kann helfen, besser vorbereitet zu sein. Je nach Ausgangswert kann es sinnvoll sein, eine kleine Menge Kohlenhydrate bereitzuhalten oder – bei höheren Werten – rechtzeitig gegenzusteuern. So bleibt die Situation entspannt und sicher.

Sommerabenteuer zwischen Strand, See und spontanen Nächten

Ein Tag am Wasser endet nicht selten erst später als geplant. Damit CGM-Sensoren und

Insulinpumpen dabei zuverlässig funktionieren, lohnt sich eine gute Vorbereitung. Zwar sind viele Systeme wasserfest, dennoch reagieren Sensoren, Pflaster oder Pumpenzubehör empfindlich auf Hitze, Salzwasser und Sonnencreme. Ersatzmaterial sollte deshalb immer griffbereit sein. Insulin sollte niemals längere Zeit direkter Sonneneinstrahlung ausgesetzt werden. Kühltaschen, beispielsweise von FRIO, schützen das Insulin auch bei hohen Außentemperaturen. Passende Kühltaschen finden Sie unter www.diashop.de/markenshop/frio. Bis Ende September erhalten Sie außerdem 10 % Rabatt auf das gesamte FRIO-Sortiment.

Party und Alkohol – eine unterschätzte Kombination

Alkohol kann den Blutzuckerspiegel auf verschiedene Weise beeinflussen – er kann sowohl stärker abfallen als auch ansteigen. Je nachdem, welches Getränk konsumiert wird. Besonders nachts verändert sich das Risiko für Unterzuckerungen. Gleichzeitig werden Warnsignale des Körpers oft weniger deutlich wahrgenommen. Es lohnt sich daher, die Glukosewerte im Blick zu behalten und gegebenenfalls einen kleinen Snack einzuplanen oder Korrekturmaßnahmen zu treffen. Informieren Sie im Idealfall eine vertraute Person darüber, worauf im Notfall zu achten ist.

Wenn warme Nächte den Schlaf stören

Hohe Temperaturen, wechselnde Glukosewerte und nächtliche Alarmer können den Schlaf erheblich beeinträchtigen. Leichte Bettdecken, eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr und kühlende Maßnahmen können helfen. Manche Pumpenträgerinnen und -träger passen ihre Basalrate bzw. die Algorithmuseinstellungen in warmen Nächten an, um sowohl nächtliche Unter- als auch Überzuckerungen zu vermeiden. Änderungen sollten jedoch immer individuell getestet und mit dem Diabetes-Team abgestimmt werden.

Fazit

Der Sommer verlangt keine perfekte Diabetes-Therapie – sondern Flexibilität und gute Vorbereitung. Ob Strandtag, Festival oder Sommernacht: Mit einem kleinen Plan im Gepäck bleibt mehr Raum für Spontanität, Sicherheit und Lebensfreude – auch bei schwankenden Blutzuckerwerten.

Gut geschützt bei Hitze und Bewegung

Im Sommer sind CGM-Sensoren besonderen Belastungen ausgesetzt: Hitze, Schweiß, Wasser und intensive Bewegung können die Haftung beeinträchtigen. Umso wichtiger ist eine gute Vorbereitung der Haut, damit der Sensor auch bei hohen Temperaturen, Sport oder beim Schwimmen sicher sitzt.

Besonders bei empfindlicher Haut oder Allergieneigung sind hautfreundliche Produkte gefragt. Die Marke Capteur Protect setzt hier auf speziell entwickelte Fixier- und Unterlebeplaster ohne IBOA und ohne andere häufig reizende Inhaltsstoffe. Die Pflaster sind atmungsaktiv, angenehm zu tragen und bieten gleichzeitig starken Halt – auch bei Bewegung, Hitze oder Kontakt mit Wasser. Erhältlich sind sie in unterschiedlichen Ausführungen und Farben.

Für noch mehr Sicherheit lässt sich das Unterlebeplaster ideal mit einem Fixierpflaster kombinieren. So bleibt der Sensor selbst bei Sport, Schwimmen oder sommerlichen Temperaturen zuverlässig an Ort und Stelle.

Mit den innovativen Hautschutz- und Fixierlösungen von Capteur Protect aus dem DIASHOP Sortiment steht einem aktiven und unbeschwerten Sommer nichts im Weg – bis Ende Juli sparen Sie sogar 10 %



auf das gesamte Capteur Protect Sortiment. Nutzen Sie diese Aktion und überzeugen Sie sich selbst von der sehr guten Hautverträglichkeit und der optimalen Fixierung.

Was aufs Ohr – welche Podcasts rund um Diabetes hören die Deutschen am liebsten?

Ob neu diagnostiziert, langjährig betroffen oder einfach interessiert am Thema – Podcasts liefern wertvolle Informationen, persönliche Einblicke und alltagstaugliche Tipps direkt aufs Ohr.



Wir stellen Ihnen in dieser Ausgabe weitere ausgewählte deutsche Diabetes-Podcasts vor: mit Expertenwissen, persönlichen Einblicken und aktuellen Entwicklungen.

Viel Spaß beim Zuhören!

Doc2Go – Dein Diabetes-Podcast zum Mitlaufen

Bewegung trifft Wissen: medizinische Inhalte, Motivation und Alltagstipps, ideal für einen aktiven Lebensstil mit Diabetes.

TYPE-ONE-DER-FUL – der Diabetes-Podcast

Persönliche Einblicke ins Leben mit Typ-1-Diabetes, ehrlich, emotional und praxisnah.



Spotify



Apple



Spotify



Apple

Beratung und Bestellung bei DIASHOP



Kostenfreie
Servicenummer
0800/99 00 88 0



Online unter
www.diashop.de



WhatsApp
oder Signal
09471/60 11 99 26



Rezeptfoto hochladen
unter **www.diashop.de/**
upload



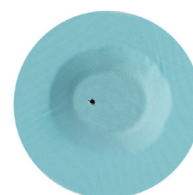
Alle Produkte erhalten
Sie auch in den DIASHOP
Diabetes-Fachgeschäften
bundesweit: **www.diashop.de/**
diabetes-fachgeschaeft



DIASHOP
Bestens beraten, bestens versorgt.

Capteur Protect – Problemlöser bei Hautirritationen

Unterlebe- und Fixierpflaster für
CGM-Sensoren und Infusionssets



Weitere Farben und Modelle unter:
www.diashop.de/markenshop/
capteur-protect

DEXCOM G7 AB SOFORT MIT MYLOOP NUTZBAR

Wechsel auf Dexcom G7 – so sind Sie vorbereitet!

Bereits in der letzten Ausgabe haben wir Sie informiert: Nun steht für Nutzerinnen und Nutzer des Dexcom G6 ein Wechsel auf den moderneren Dexcom G7 an.

Der Dexcom G7 bietet zahlreiche praktische Verbesserungen im Alltag, wie ein kompakteres Design, deutlich kürzere Aufwärmzeit sowie eine zusätzliche 12-Stunden-Wechselreserve für mehr Flexibilität.

Bitte beachten Sie: Für die Versorgung mit dem Dexcom G7 ist eine technische Einweisung zwingend erforderlich!

In allen DIASHOP Fachgeschäften erhalten Sie Unterstützung beim Umstieg auf den Dexcom G7. Unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter begleiten Sie durch den Wechselprozess und beantworten Ihre Fragen rund um das neue System.

Kein DIASHOP Fachgeschäft in der Nähe?

Melden Sie sich zur Online-Versammlung zum Wechsel vom Dexcom G6 auf den Dexcom G7 an. In kompakter Form erhalten Sie alle wichtigen Informationen für einen sicheren Start mit dem neuen System. Anmelden können Sie sich hierzu unter dem nebenstehenden QR-Code oder unter www.diashop.de/diabetestechnik-live-erleben.

Das DIASHOP Team unterstützt Sie gerne beim Wechsel auf den Dexcom G7.

Viele haben schon darauf gewartet, endlich ist die YpsoPump seit Ende Juni 2026 auch mit dem Dexcom G7 kompatibel. Damit können Nutzerinnen und Nutzer künftig zwischen weiteren Sensoroptionen wählen und ihr AID-System noch flexibler an ihre persönlichen Bedürfnisse anpassen.

CamAPS Liberty: Der nächste Schritt in der Diabetes-Therapie

Noch in diesem Jahr folgt die nächste Innovation: Mit CamAPS Liberty wird der erste kommerziell verfügbare Fully Closed Loop für myLoop eingeführt.

Das Besondere daran: Wer myLoop bereits nutzt, muss nicht auf ein neues System umsteigen. Die neue Funktion wird einfach per Update in die bestehende CamAPS FX App integriert und steht anschließend allen myLoop-Nutzerinnen und -Nutzern zur Verfügung.



Schon heute für die Zukunft entscheiden

Wer sich für myLoop entscheidet, profitiert schon bald von diesen wichtigen Weiterentwicklungen. Mit der Unterstützung des Dexcom G7 und der Einführung von CamAPS Liberty wird das Diabetesmanagement noch einfacher, komfortabler und individueller.

Sie nutzen aktuell noch den Dexcom G6 Sensor?

Zur Nutzung des Dexcom G7 ist eine technische Einweisung in das CGM-System notwendig. Damit der Wechsel auf den Dexcom G7 in Verbindung mit myLoop möglichst einfach gelingt, bietet DIASHOP begleitende technische Online-Einweisungen für Nutzerinnen und Nutzer der YpsoPump an. Bettina Mittermeier (Diabetesberaterin DDG) aus dem DIASHOP Team informiert über die wichtigsten Schritte und beantwortet Fragen rund um den Umstieg. Melden Sie sich noch heute an:

www.diashop.de/diabetestechnik-live-erleben



Zuckerwerte im Blick, die Haut im Fokus – FreeStyle Libre und DIASHOP

Moderne Sensortechnologie kann den Alltag mit Diabetes spürbar erleichtern – besonders dann, wenn sie optimal auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmt ist. Genau darum dreht sich die neue Veranstaltungsreihe von DIASHOP in Kooperation mit dem FreeStyle Libre System von Abbott.

Im Mittelpunkt stehen moderne Möglichkeiten der kontinuierlichen Glukosemessung (CGM) sowie praktische Tipps rund um Hautwohlbeinden und Sensoranwendung. Besucherinnen und Besucher haben die Möglichkeit, FreeStyle Libre Sensoren direkt vor Ort unverbindlich kennenzulernen und auszuprobieren. Ergänzend gibt das DIA-SHOP Team wertvolle Hinweise zur

passenden Pflege sensibler Haut und zeigt, wie Sensortechnik und Hautpflege optimal zusammenspielen können.

Die Veranstaltung richtet sich an Menschen mit Insulintherapie und deren Angehörige und bietet Raum für persönliche Fragen, Austausch und praktische Einblicke in den Diabetesalltag. Ziel ist es, mehr Sicherheit, Komfort und Lebensqualität im Umgang mit moderner Diabetes-Technologie zu vermitteln.

Melden Sie sich gerne zu den Veranstaltungen in unseren Diabetes-Fachgeschäften an. Alle Termine und Standorte finden Sie unter: www.diashop.de/freestyle-libre



Callusan MOUSSE DE SOLEIL & APRÈS Sonnenschutz und Pflege im Schaumformat

Callusan MOUSSE DE SOLEIL LSF 30, LSF 50

Zuverlässiger Sonnenschutz für ein angenehm leichtes Hautgefühl. Die innovative Schaum-Formel mit Jojobaöl und Vitamin E kombiniert effektiven UV-A- und UV-B-Schutz mit pflegender Feuchtigkeit. Der luftige Schaum lässt sich besonders gut verteilen, zieht schnell ein und hinterlässt keinen klebrigen Fettfilm.

Callusan APRÈS

Der feuchtigkeitsspendende After-Sun-Schaum pflegt und rehydriert die Haut nach intensiver Sonneneinstrahlung. Die Formulierung mit Aloe Vera und Panthenol beruhigt empfindliche Haut, spendet Feuchtigkeit und kann den natürlichen Regenerationsprozess unterstützen. Aloe Vera sorgt zusätzlich für einen angenehm kühlenden Effekt.



Weitere Informationen finden Sie unter www.diashop.de/markenshop/callusan

LEICHT DURCH DEN SOMMER – BEWUSSTE ERNÄHRUNG BEI DIABETES

Wenn die Temperaturen steigen, verändert sich oft auch unser Essverhalten. Viele Menschen bevorzugen im Sommer leichtere Mahlzeiten, frische Zutaten und kleinere Portionen. Das kann eine gute Gelegenheit sein, die eigene Ernährung bewusst zu gestalten und den Blutzucker im Blick zu behalten.

Besonders empfehlenswert sind frische, saisonale Lebensmittel wie Gurken, Zucchini, Paprika oder Blattsalate. Sie liefern wichtige Vitamine und Mineralstoffe, enthalten vergleichsweise wenige Kohlenhydrate und sorgen für eine angenehme Erfrischung an heißen Tagen.

Auch eiweißreiche Lebensmittel können eine ausgewogene Sommerernährung sinnvoll ergänzen. Fisch vom Grill, mageres Fleisch, Eier oder pflanzliche Alternativen wie Tofu sättigen langanhaltend und lassen sich vielseitig kombinieren. Zusammen mit gesunden Fetten aus Nüssen, Samen oder Olivenöl entstehen leichte und schmackhafte Gerichte.

„Gerade im Sommer profitieren viele Menschen mit Diabetes davon, auf frische, möglichst wenig verarbeitete Lebensmittel zu setzen und die Kohlenhydratmenge bewusst im Blick zu behalten“, erklärt Ernährungsexpertin Helena Schenk aus dem Diabetes-Fachgeschäft Rosenheim. „Das kann helfen, den Blutzucker stabil zu halten und das allgemeine Wohlbefinden zu unterstützen.“

Nicht zu unterschätzen ist außerdem die Flüssigkeitszufuhr. Ausreichendes Trinken unterstützt den Stoffwechsel und ist besonders an heißen Tagen wichtig. Wasser, ungesüßte Tees oder mit frischen Kräutern und Früchten aromatisierte Getränke sind hierfür eine gute Wahl. Wer Abwechslung sucht, kann auch auf



zuckerfreie Instant-Getränke wie Instick zurückgreifen, die in vielen Geschmacksrichtungen bei DIASHOP erhältlich sind.

Gerade bei hohen Temperaturen ist es wichtig, regelmäßig zu essen, ausreichend zu trinken und die individuellen Auswirkungen von Hitze, Bewegung und Ernährung auf den Blutzucker zu beobachten. Da die Bedürfnisse von Mensch zu Mensch unterschiedlich sind, sollten größere Ernährungsumstellungen immer mit dem Behandlungsteam abgestimmt werden.

Mit frischen Zutaten, bewusster Auswahl und etwas Kreativität lässt sich der Sommer auch mit Diabetes genussvoll und ausgewogen gestalten.

Der Sommerdrink: Citrus-Minz-Splash

Zutaten (für 1 Glas):

- 250 ml kaltes Mineralwasser
- Instick Zitrone oder Orange
- Saft von ½ Limette
- 3–4 frische Minzblätter
- Eiswürfel
- Optional: ein paar Gurkenscheiben



Tipp:

Für eine fruchtige Variation kann auch Instick in Geschmacksrichtungen wie Pfirsich-Mara-cuja oder Waldfrucht verwendet werden. So entsteht im Handumdrehen ein sommerlicher Drink, der erfrischt, gut schmeckt und dabei den Blutzucker im Blick behält.

Gut begleitet durch Kindergarten und Schule

Kinder mit Diabetes-Typ-1 können heute selbstverständlich am Kindergarten- und Schulalltag teilnehmen. Moderne Hilfsmittel wie CGM-Systeme und Insulinpumpen geben Sicherheit. Ein klarer Diabetesplan sorgt dafür, dass alle wissen, was im Alltag zu tun ist – ganz ohne medizinische Ausbildung.

Kinder mit Diabetes sind oft wahre Meister im Umgang mit ihrer Erkrankung. Sie lernen früh, ihren Körper wahrzunehmen und Verantwortung zu übernehmen. Eltern dürfen ihrem Kind Schritt für Schritt mehr zutrauen – auch wenn Sorgen verständlich sind. Zu viel Angst kann ungewollt zusätzliche Hürden schaffen. „Es gilt in erster Linie, ein ganz normales Kind zu sein trotz Diabetes. Es gibt keine Verbote, sondern nur kleine Regeln zu beachten!“, so Bettina Mittermeier, Diabetesberaterin und selbst Mutter von zwei Kindern mit Diabetes. Mit Vertrauen, klaren Absprachen und guter Zusammenarbeit können Kinder selbstbewusst lernen, spielen und wachsen.



Unterstützung im Kindergarten

Hier steht eine aufmerksame und verlässliche Begleitung des Kindes im Vordergrund. Dazu gehören gelegentliche Kontrollen der CGM-Werte, die Unterstützung bei der Insulinabgabe nach den klaren Vorgaben der Eltern sowie die Hilfe bei Unterzuckerungen. So wird sichergestellt, dass das Kind sicher und unbeschwert am Kindergartenalltag teilnehmen kann.

Unterstützung in der Schule

Viele Kinder sind im Umgang mit ihrer Diabetes-Therapie bereits sehr selbstständig. Unterstützung durch pädagogische Fachkräfte besteht daher beispielsweise darin, dem Kind die Möglichkeit zu geben, bei Bedarf selbstständig Traubenzucker einzunehmen, sowie notwendige Pausen für die Durchführung therapeutischer Maßnahmen oder zur Erholung zu ermöglichen. Auf diese Weise kann das Kind seine Therapie eigenverantwortlich umsetzen und gleichzeitig uneingeschränkt am Schulalltag teilnehmen.

Impressum

Herausgeber: DIASHOP GmbH
Galileostr. 1, 82131 Gauting-Unterbrunn
Tel.: 089/8955679-0
E-Mail: redaktion@diashop.de

Verantwortlich: Andrea Reckert
Redaktion: Stephanie Promoli, Tanja Gensberger, Stefanie Blockus, Ulrike Thurm, Bettina Mittermeier Med. Fachredaktion: Dr. med. Iris Dötsch, Berlin
Gestaltung: Bloom GmbH, München
Redaktionelle Bilder: Adobe Stock, Shutterstock, DIASHOP



Fordern Sie einen portofreien Rückumschlag für Ihr Rezept an.

DIASHOP – Ihr Fach- & Versandhändler für Diabetesbedarf

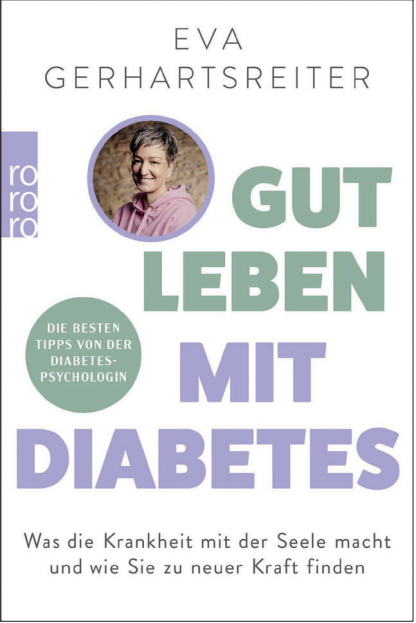
Wir liefern Ihren Diabetesbedarf nach Hause – schnell und unkompliziert

- Teststreifen, Pennadeln, Insulinpumpen- und CGM-Zubehör
- Versandkostenfrei bei Bestellung mit Rezept
- Diabetes-Fachgeschäfte bundesweit:
www.diashop.de/diabetes-fachgeschaeft

BUCH-TIPP

Gut leben mit Diabetes

Das Standardwerk von Diabetes-Psychologin Eva Gerhartsreiter für ein erfülltes Leben trotz chronischer Erkrankung.



Die Autorin Eva Gerhartsreiter, Fachpsychologin Diabetes (DDG), rückt in ihrem Ratgeber „Gut leben mit Diabetes“ gezielt die oft vernachlässigten, psychologischen Aspekte der Erkrankung in den Mittelpunkt. Neben fundierter Ernährungsphysiologie beleuchtet sie präzise die mentalen Belastungen einer chronischen Diagnose. Sie bietet sachliche Strategien zur Akzeptanz und zum Umgang mit dem täglichen Management-Druck, ohne in reine Motivationsfloskeln zu verfallen. Ein rundum gelungener Ratgeber für Menschen mit Diabetes, ihre Angehörigen, wie auch für Fachpersonal.

1. Auflage 2025, 240 Seiten, broschiert, 14,00 €
Online bestellen unter:
www.diashop.de/buecher

Alle Bestellmöglichkeiten auf Seite 2

ZUMINDEST WICHTIG

Du bist alles, was ich zum Leben brauche ... und mein Insulin, mein CGM-System, meine Hypohelfer ... Okay, du bist mir zumindest wichtig.

