

SPIS TREŚCI

Wstęp	➡ s. 5
Nasi eksperci	➡ s. 7

DLACZEGO CHORUJEMY

Skąd się wzięła cukrzyca	➡ s. 13
Aby znaleźć chorobę	➡ s. 24
Stan przedcukrzycowy to stan alarmowy	➡ s. 28
Epidemia przez globalne ocieplenie	➡ s. 34

LECZENIE

Arsenał terapii. Tabletki, insulina, pompa...	➡ s. 41
Pożyjemy dłużej dzięki metforminie?	➡ s. 57
Jak skalpel zabija cukier	➡ s. 60
Przeszczepy trzustki – operacja zamiast insuliny	➡ s. 70
Serce w cukrze	➡ s. 73
Cukrzyca szkodzi erekcji	➡ s. 76
O zębach pamiętaj po każdym posiłku	➡ s. 78
Oczy wrażliwe na glukozę	➡ s. 81
Punkty krytyczne	➡ s. 87
Przeczułeni. Skąd się bierze neuropatia	➡ s. 90
Kiedy skóra jest za słodka	➡ s. 97
Technologie i odkrycia dla zdrowia	➡ s. 102

DIETA

Jedzenie, które leczy	➡ s. 117
Wymienniki węglowodanowe i białkowo-tłuszczowe	➡ s. 131
Jedzenie na indeksie	➡ s. 134
Picie kawy wydłuża życie	➡ s. 140
Wyrzucić solniczkę!	➡ s. 146
Witamina dobra na wszystko	➡ s. 149
Jak bakterie zarządzają spalaniem	➡ s. 151

CODZIENNE WYZWANIA

Wolę mówić, że to przypadłość, a nie choroba	➡ s. 163
Nawet mi nie powiedzieli, że choruję, a dla mnie mówienie o cukrzycy stało się misją	➡ s. 166
Tak, hipoglikemia może wyglądać dziwnie	➡ s. 172
Dzieci nie mogą być perfekcyjne	➡ s. 174
Ruch na receptę. Uszczęśliwia i leczy	➡ s. 179
Sport, mój bunt przeciwko cukrzycy	➡ s. 187
L4, zasiłek, renta... Co się należy chorym	➡ s. 191
Prawa pacjenta	➡ s. 196

Przydatne strony internetowe	➡ s. 199
------------------------------	----------