

Aktiv leben und genießen

Sie haben Diabetes? Ihr Arzt hat Ihnen gesagt, Sie sollen abnehmen und sich mehr bewegen? Aber Sie wissen nicht wie Sie das erreichen sollen?



Dieser Diabetesratgeber richtet sich in erster Linie an Menschen, die an Typ 2-Diabetes erkrankt sind. Tipps zur Ernährung und zu einem gezielten Bewegungsprogramm stehen im Mittelpunkt des Buches. Ein spezieller Übungsteil soll zu regelmäßigem, selbständigem Üben anleiten und motivieren.

Denn: Die Diagnose Zucker stellt keinesfalls den Beginn einer ausweglosen Krankheit dar. Es gibt Mittel und Wege, dem Diabetes die Stirn zu bieten.

Der praktische Ratgeber für Betroffene und Angehörige bietet konkrete Tipps und zahlreiche Übungen. Der Autor Dr. med. Klaus Edel ist Ärztlicher Direktor der BARMER Klinik Bad Hermansborn, Fachklinik für Kardiologie und Diabetes in Bad Driburg. ■

BEZUG >

AKTIV LEBEN UND GENIESSEN –
EIN RATGEBER FÜR TYP 2-DIABETIKER, K. EDEL,
STEINKOPFF VERLAG DARMSTADT,
148 Seiten, 16,95 Euro, ISBN 3-7985-1573-5

Ein Schlüssel für Tim

„Mama, was ist zuckerkrank?“

Als der Kinderarzt Dr. Hayden feststellt: „Tim hat Diabetes“, hat der kleine Tim natürlich viele Fragen. Kindgerecht wird im Text auf die Symptome, die Behandlung der Krankheit sowie den Kinderarztbesuch und den notwendigen Krankenhausaufenthalt eingegangen. Da das Thema Diabetes in eine Alltagsgeschichte eingebettet wurde, ist das Buch sicher nicht nur für an Diabetes erkrankte Kinder geeignet. ■

BEZUG >

BIRGIT RICHTER: EIN SCHLÜSSEL FÜR TIM
„MAMA, WAS IST ZUCKERKRANK?“
EIN BILDERBUCH FÜR KINDER
VON CA. 4 BIS 8 JAHREN ÜBER DIABETES TYP 1.
32 SEITEN MIT 25 FARBIGEN, TEILWEISE GANZ-
SEITIGEN ILLUSTRATIONEN VON LARYSA GOLIK
NOVEMBER 2004 | VERLAG FERN-EDITION WIEN |
ISBN 3-902396-06-7 |
12,90 EURO | PORTOFREIER VERSAND BEI
PRIVATBESTELLUNG AUS DEUTSCHLAND

BESTELLUNGEN KÖNNEN DIREKT ÜBER DIE
AUTORIN ERFOLGEN, DA DER BUCHHANDEL ÜBER
DEN UMWEG ÖSTERREICH – DEUTSCHLAND
BESTELT.

BIRI-BUECHER@WEB.DE ODER
TELEFON 03578/303173

