

## Managen Sie Ihre Werte

Jeder Diabetiker weiß: Eine gute Einstellung ist das A und O. Das bedeutet zunächst, dass – in Zusammenarbeit mit dem Diabetologen – der Blutzuckerspiegel wieder in den Normbereich gebracht werden muss. Das kann durch das Spritzen von Insulin, die Einnahme von Tabletten oder die Verwendung einer Insulinpumpe geschehen. Im Frühstadium des Diabetes Typ 2 reicht oft eine Gewichtsabnahme, um die Werte wieder zu stabilisieren.

Und hier kommt die zweite Bedeutung des Wortes „Einstellung“ ins Spiel. Als

Ihren Körper kennen und wissen, wie er auf verschiedene Lebensmittel, sportliche Aktivitäten oder Stress reagiert, desto besser können Sie ihn durch die Gabe der richtigen Insulinmenge unterstützen.

### Hilfsmittel erleichtern das Leben

Nach und nach gehen erfahrenen Diabetikern diese Verhaltensweisen in Fleisch und Blut über. Zudem gibt es Hilfsmittel, die ihnen das Leben zusätzlich erleichtern. Blutzuckermessgeräte sind heute

leichter zu bedienen und benötigen nur eine winzige Menge Blut, Insulinpumpen versorgen den Körper automatisch mit der richtigen Menge Insulin zur richtigen Zeit.

Mussten verantwortungsbewusste Diabetiker früher dicke Bücher mit ihren Zahlen und Werten füllen und zum Arzt eine unübersichtliche Lose-Blätter-Sammlung mit-schleppen, gibt es heute elektronische Helfer. Sie verwalten alle Daten und geben somit auch Aufschluss über Langzeitwerte. Man muss nicht mehr stundenlang blättern, um herauszufinden, wie

man am Tag X auf Lebensmittel Y reagiert hat, sondern ist mit wenigen Knopfdrücken bei der gewünschten Information. Das erleichtert den Alltag und ermöglicht eine optimale Diabetes-Therapie.



Diabetiker kann man ein langes, erfülltes Leben mit relativ wenigen Einschränkungen führen – wenn man bereit ist, sich an einige Regeln zu halten. Ganz besonders wichtig ist, mit den eigenen Werten vertraut zu sein. Je besser Sie

# M

# SiDiary

## ► Diabetes im Griff mit SiDiary

SiDiary macht die Kontrolle des Diabetes so viel einfacher. Daten eingeben ist ein Kinderspiel und die Analyse wird Ihnen helfen Ihre Therapie zu verbessern:

- Nutzung als USB-Stick an jedem PC ohne Installation
- Gesamtsystem mit Datenaustausch auf Smartphones (iPhone, Android & Co.)
- Kann nahezu jedes handelsübliche Messgerät auslesen (Blutzucker, Blutdruck, Waagen, Schrittzähler)
- Es kann auch Blutdruck, Gewicht und Nahrungsaufnahme protokolliert werden
- Bequeme Eingabe angelehnt an Papiertagebücher
- Einfache Auswertung mit Trendhinweis
- Datenaustausch mit dem Arzt möglich

**Testurteil: sehr gut!**



**Datenübertragung  
aus Blutzuckermessgeräten,  
Insulinpumpen, Blutdruck-  
messgeräten und Schrittzählern!\***

\* kompatibel mit nahezu allen handelsüblichen Geräten

**Kostenfreie Version  
jetzt testen unter**

[www.sidiary.de](http://www.sidiary.de)

**SINOVO**  
we care for you