

Слово редактора

Очередной год уходит в историю. Как и все предыдущие, он был разным: порой заставлял бороться с невзгодами, а порой щедро одаривал счастливыми моментами. Но жизнь продолжается, и в ней бывает всякое, так уж устроен мир.

Почему одних людей называют сильными, а других — слабаками? На этот вопрос легко ответить, взглянув на людей с диабетом. Одни, несмотря ни на что, идут вперед, им любые трудности по плечу, да еще и умудряются поддерживать других: где-то юмором, где-то собственным примером. Другие же долго не могут смириться с диагнозом, впадают в депрессию, ставят на себе крест и упускают время... Время, которое порой стоит многих лет жизни.

В этом номере мы познакомим вас с простой сельской жительницей, которая живет с сахарным диабетом 1-го типа уже более полувека. Ей удалось полностью взять недуг под контроль и не допустить серьезных осложнений, которые часто сопутствуют СД. И это при том, что, когда она узнала о своем диагнозе, даже о глюкометрах мало кто слышал.

Ее история жизни удивляет и восхищает одновременно. Очень хочется, чтобы каждый, кто расстался, встретившись один на один с коварной болезнью, последовал бы примеру этой стойкой, мудрой и оптимистичной женщины.

И таких историй, к счастью, немало. Есть на кого равняться! В преддверии новогодних и рождественских праздников хочу поздравить всех наших читателей с очередным этапом жизни. Пусть в новом 2024-м году счастливых моментов будет больше, а все проблемы легко решаются!

Давайте держаться вместе, ведь вместе мы сила!

Наталья КАШИЦА, редактор

стр.

6



УЗНАЙ БОЛЬШЕ

Анализ на определение толерантности к глюкозе

стр.

8



ВАШ ВОПРОС

Яблочный уксус и сода: мода или реальная помощь?

стр.

10



ШКОЛА ДИАБЕТА

Снижать сахар надо плавно

стр.

15



НОВИЧКУ

Роль глютена в снижении веса

стр.

9

ОСТОРОЖНО: ГИПОТИРЕОЗ!

