

## MEDIA FACTS

Monatlich verkaufte Auflage:

**927.342 Exemplare**

IVW 3/2023

Reichweite:

**2,67 Mio.** Leser:innen pro Monat

AWA 2023, deutschsprachige Bevölkerung ab 14 Jahre

Durchschnittliche Lesedauer pro Ausgabe:

**1 Stunde 21 Minuten**

Copytest 3/19, Ipsos

Heftnutzung:

Durchschnittlich **3,1-mal**  
wird jede Ausgabe in die Hand genommen

Copytest 3/19, Ipsos

TAP Diabetes Ratgeber:

**€ 36,39**

1/1 Seite 4c netto, Preise 2023, IVW 3/2023



**ANZEIGENSCHLUSS:  
09.11.2023**

## THEMENAUSWAHL JANUAR 2024

### Gesunder Darm

Billionen von Mikroorganismen im Darm haben Einfluss auf unsere Gesundheit – da sind sich Forscherinnen und Forscher einig. Und jeder hat Einfluss auf die Bakterien in seinem Inneren. Aber wie? Im Beitrag gehen wir ausführlich darauf ein. Plus: Tipps für einen gesunden Darm

### Ohnmacht bei Diabetes

Sinkt der Blutzuckerspiegel stark ab, können Betroffene bewusstlos werden. Insbesondere bei älteren und herzkranken Menschen mit Diabetes kann eine Unterzuckerung Puls und Blutdruck erhöhen und akute Herzrhythmusstörungen begünstigen. Wir klären hierzu auf.

### Kreisrunder Haarausfall

Diabetes kann Gefäße schädigen und das Immunsystem schwächen. Bei Menschen mit entsprechender Veranlagung kann dadurch kreisrunder Haarausfall ausgelöst werden. Was kann man tun, damit das Haar wieder wächst?

### Adieu zu Schuld und Scham

Diabetes ist eine Krankheit, um die man sich ständig kümmern muss. Immer diszipliniert, immer vernünftig sein - wer kann das schon? Das schlechte Gewissen oder die Scham, den Diabetes wieder nicht gut im Griff zu haben, ist ständiger Begleiter. Wie geht man am besten damit um?

### Insulin

Wie lagert man es richtig?

### Serie: Blick zurück

Kurioses aus dem Diabetes-Museum

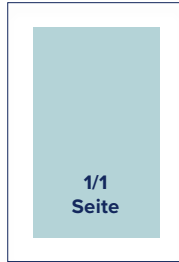
### Her mit dem Gemüse: Lauch

Leckere Rezeptvorschläge

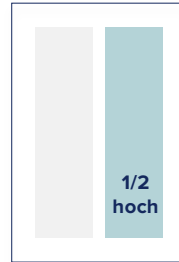
## FORMATE & PREISE



S.: 316 × 186  
A.: 340 × 225



S.: 148 × 186  
A.: 170 × 225



S.: 69 × 186  
A.: 81 × 225



S.: 148 × 89  
A.: 170 × 109



S.: 69 × 89

### Weitere Formate auf Anfrage

S. = Satzspiegel-Format      A. = Angeschnittene Anzeigen  
Angaben in Millimetern (Breite × Höhe)

Beschnittzugabe: je 6 mm. Bei Anschnittanzeigen müssen Text- und Bildmaterial mindestens 8 mm vom Anschnittformat entfernt sein.

**Preisliste 2024** (Nr. 43, gültig ab 01. Januar 2024), Erscheinungsweise: monatlich

Formate	Diabetes Ratgeber
1/1 Seite	33.750 €
1/2 Seite	19.570 €
1/4 Seite	10.730 €
U2, U4*	38.590 €

Weitere Formate, Sonderformate auf Anfrage. Alle Preise zuzüglich der gesetzlichen Mehrwertsteuer.  
Agentur-Rabatt: 15 %.

\* Nicht in der Gesamtauflage möglich. Belegbare Auflage auf Anfrage.