

孙树侠呼吁：糖尿病人也能吃饱吃好，快乐生活少吃药

北京专家来青讲“非药物控糖”

本市糖友快拨400-6969-931报名



孙树侠，世界卫生组织健康教育促进研究中心顾问，卫生部门健康教育指导首席专家，中国保健协会食物营养与安全专业委员会会长，“糖尿病爱心互助公益行动”巡讲团专家。



专家介绍

她师从营养界鼻祖于若木，培养营养师超过17万人，成为中国当代最知名的糖尿病营养学专家；她曾战胜顽疾，如今年近七旬，身体健康，奔走于世界各地，累计开展讲座高达1481场。她从医50载，倡导的糖尿病“非药物控糖”方法，帮助数万糖友奔向健康之路。她就是被国外媒体誉为“最美中国老太太”、著名糖尿病营养学家孙树侠教授。

6月17日，孙树侠将莅临青岛，开展“非药物控糖”大型糖尿病公益健康讲座，消息一经公布，引发糖友强烈关注。届时，孙树侠教授将现场讲授如何通过饮食平稳血糖与控制并发症，让糖友吃饱吃好，吃出健康，血糖还不高。报名成功糖友，还可获得千元“抗糖礼包”。

听！大牌名医现场讲授“非药物控糖”方法

“在电视上见过孙树侠，看看人家，声音洪亮，这个年纪啥毛病都没有，生活质量太高了，哪像自己，跟病秧子似的，这么好的机会，不能错过……”

孙树侠教授指出，保持血糖长期达标是临床治疗的关键，这种新型科学技术安全可靠，大量的实践表明，一周左右，血糖即可平稳下降。据了解，这种方法可有效解决临床医学和糖尿病患者最为头疼的血糖难控课题，有望让糖友实现“脱糖、脱药、脱病”的健康生活状态。

学！糖友也能吃饱吃好 快乐生活少吃药

孙树侠教授将患者的困惑总结为：吃饱了，血糖高，胰岛损；吃少了，低血糖，危险大；吃偏了，营养缺，免疫低；少食多餐，太麻烦，很多患者根本无法实现。

“糖尿病给患者带来的痛苦是不言而喻的，如果连吃都不能放开，一日三餐斤斤计较，哪能有好的身体，又如何能对抗疾病，生活还有什么乐趣而言！”孙树侠指出，患者归根结底还是不懂吃、不会吃。非药物控糖方法可让糖尿病人实现吃饱吃好，血糖不升高，实现

快乐生活少吃药的愿望。

千元健康礼包 免费领取

药物从一片加到两片，从一种加到二三种，可血糖还是来回荡秋千，眼睛模糊、失眠、瘙痒、便秘腹泻、胸闷胸痛等并发症陆续出现……到底该怎么治？

如果你正在被高血糖、并发症所困扰；如果你长期服用药物，肝肾受损，想少吃药；如果你想了解一代食疗营养大师的治病防病的宝贵经验，现在就赶快报名吧！

本市糖尿病患者请于6月15日8:00~17:30，通过电话报名，报名成功者，即可获得活动组委会提供的以下健康礼包：

1、免费领取价值498元的孙树侠“非药物控糖”讲座门票一张；2、免费领取198元血糖仪和300元全年试纸六筒；3、免费提供总价值368元的颈动脉彩超一次。

报名电话：400-6969-931。

报名时间：即日起开始报名，仅剩50个名额！

郑重声明：本次活动由中国老年保健协会糖尿病专业委员会主办、厚德仁集团承办，活动纯属公益，不收取任何费用，望本市广大糖友相互告知。青文

青岛市海慈医疗集团针灸推拿康复科主任刘立安——

他的针法，在全国都是一绝

【大专家】

□半岛全媒体记者 王爱科

刘立安，青岛市海慈医疗集团针灸推拿康复科主任，医学博士，主任医师，教授，硕士研究生导师，山东名中医药专家，中国针灸学会理事，山东针灸学会副会长。坐诊时间：周一上午、周三上午、周五上午。

他擅长运用针灸等非药物疗法治疗常见病，通过针、药并用治疗疑难杂症；近年来，他在电针疗法和面瘫病的中医临床诊治研究方面，已居国内领先水平；他独具特色的诊治方法，使面瘫病的临床疗效显著提高，日门诊量均达到百人次以上。这期名医馆，我们走近海慈医疗集团针推康复科的刘立安主任。

针灸，是采用针刺或火灸人体穴位来治疗疾病的方法，已被联合国教科文组织认定为人类非物质文化遗产代表。“针灸和中药被称为中医的两条腿，正规的针灸可以治疗400多种疾病，可以说，中药可以治疗的病，针灸都可以治疗。”刘立安介绍，针灸对中风、面瘫等100多个病种有非常好的效果，涵盖了内、外、妇、儿、五官科等，患者年龄从3岁到96岁不等。

目前，刘立安所在的针推康复科，采用的有毫针、电针、芒针等几十个类型，使用的正规中医治疗技术有60多



刘立安为患者把脉。

种。“针灸疗法具有简便安全、疗效好、见效快、无副作用等优点，不但能够治疗一些常见病、多发病，还能治疗疑难杂症，有时甚至有奇效，相对来说，在‘药害’横行的今天，不失为一种良好的治疗方法。”刘立安说。

据介绍，现在的针推康复科主要是应用非药物疗法治疗各种疾病，科室的最大特色除了针灸外，还根据病人的需要，把传统的康复和现代的康复相结合。刘立安说，因大多数患者行动不方便，比如中风、脑出血、脊髓外伤，腰椎间盘突出、颈间盘突出等，这些病人在治疗的

时候，往往需要传统的康复方式，针灸和推拿效果非常好，加上将现代的康复训练、手法训练、益气训练等结合起来，临床疗效也有非常明显的提高。

在担负众多临床工作和繁忙的各级学科组织工作同时，刘立安还担任山东中医药大学、天津中医药大学、青岛大学医学院的硕士生导师。作为山东省及青岛市中医师承指导教师，他还遵循中医学的传统特色，带徒弟，完成师承带教工作，使中医学的经验、理论、学术思想等成果、技术，以更加贴合传统文化的方式传承下去。

崂山区食药监局 严查药品违规经营

□半岛全媒体记者 王爱科 通讯员 姜积前

为进一步做好药品经营和医疗器械生产、经营监管工作，近日，崂山区食品药品监督管理局召开了崂山区药品经营和医疗器械生产经营企业培训会。

全区147家药品经营单位和21家医疗器械生产企业、122家医疗器械经营企业参加了会议。会议对药品经营企业存在的私自更改认证面积、药品混放、不正常开启相关设施设备、不学习不培训等问题进行点评，并对新修订的《药品经营质量管理规范现场检查指导原则》进行讲解和培训。对各医疗器械生产经营企业进行了法律法规及质量管理规范培训，点评了2016年度医疗器械工作存在的问题，公布了国家总局公布的《医疗器械经营环节重点监管目录》中涉及的6大类经营企业和重点检查内容。

该局稽查大队通报了2016年度查处的3起典型药品类案件和3起医疗器械类案件，分类进行通报点评，达到教育和警示目的，也提高了企业的自律意识，规范了药品和医疗器械市场秩序。



扫描群主微信号，进“半岛医苑”群讨论健康知识。