

齐鲁壹家糖友俱乐部招募啦

为社区居民打造膳食方案,不吃药也能控血糖



本报9月14日讯(记者 孙业文) 为有效防控糖尿病,齐鲁壹家通过主食控糖的方法,量身为社区居民打造日常膳食方案。让社区居民不吃药也能达到降血糖和预防糖尿病的目的。现在齐鲁壹家面向全市招募“糖友”,有意向的抓紧报名啦!

为什么过去糖尿病发病率特别低,现在却不断攀高?相关数据显示,1980年,我国糖尿病的发病率仅为0.9%,而到了2013年,我国的糖尿病发病率已经达到惊人的10.9%。其实,这和生活方式改变密切相关。过去不具备糖尿病发生的条件,而现在随着经济快速发展,居民生活水平显著提高,谷物吃得少,细粮吃得多,体力活动少和高血压是糖尿病发病率升高的重要因素。其实,近年来糖尿病频发,并不是医疗手段不好,而是医生无法控制患者的饮食,对于糖尿病患者来说饭吃不好,药就得多吃。

目前治疗糖尿病的方案只有两种:药物治疗和打胰岛素。众所周知,是药三分毒,吃药本身对身体就是一种伤害,所以饮食治疗就显得尤为重要,我国古代医学家很早就注意到饮食控制的好坏直接影响糖尿病的治疗效果。

据悉,血糖主要来源于主食,饮食既是糖尿病发生的根源,又是



社区居民报名参加齐鲁壹家糖友俱乐部。

糖尿病能否被控制的关键。因此,无论您患有哪种类型的糖尿病,饮食治疗都是各种治疗的基础。“主食控糖”就是通过合理膳食纠正代谢紊乱,减轻胰岛B细胞负担,防治并发症,从而提高生活质量,改善整体健康水平。

为提高糖尿病控制率,打造糖尿病低发社区,更好地服务社区居民和齐鲁晚报读者,齐鲁壹家成立了糖友俱乐部,为社区居民量身定制主食控糖管理方案。通过饮食和运动帮助糖尿病患者走出误区。

“我们希望每个人都能成为糖尿病及其并发症防治队伍中的一员,为提高全民糖尿病防治尽一分微薄的力量。”齐鲁壹家相关负责人表示,期待广大糖尿病病友能从

现在开始,全面掌握如何预防和识别早期并发症的知识,享受健康生活。

治疗糖尿病,没有灵丹妙药,只有靠科学的综合防治才能控制住。“主食控糖”具有绿色健康特性,不但避免了药物治疗产生的副作用,还可以减少并发症的发病率,大大提高糖尿病控制率。

如果您的血糖控制不好就加入我们齐鲁壹家糖友俱乐部,让我们为您管理健康吧,为您的健康保驾护航!

报名地址:阳光100店,阳光100小区a9-3-0104,王先生:13176414670;燕山店,燕山小区东区18号楼104,李女士:13176419541。

有礼有健康

中秋好礼壹家帮您挑

本报9月14日讯(记者 孙业文) 中秋佳节即将到来,您是否给亲朋好友准备礼品?近日,为回馈广大读者,齐鲁壹家推出“优品金秋——有礼有健康”活动,许多知名商品让利打折销售,让您和家人一起享受实惠又健康的中秋好礼。

对于一个送礼有讲究的人来说,礼品的价格并不是衡量价值的主要因素,一定会根据对方的需要来选择礼品,就像有一句话所说“送得好,不如送得巧”。

随着生活节奏加快,工作压力增大,越来越多的人处于亚健康状态。送礼送健康,特别是对中老年人来说,他们更需要儿女们为自己送上一份健康的礼品。

为此,壹家推出了一系列实惠健康的商品:山沟沟花生油,128元/桶,5升装;东北秋然稻花香80元/袋,10斤装;博山猕猴桃,60元/箱,5斤装;有机玫瑰香葡萄,50元/箱,5斤装;龙山小米,21元一袋,2斤装;莱芜黑鸡,140元/只,礼盒装;桑虫鸡蛋,75元/箱,60枚。

“所有的土特产品都是直接来自原产地,口味绝对正宗。”壹家工作人员称,壹家所销售的商品均经工作人员把关,质量绝对过硬;同时,去除中间环节,争取厂家最大让利,内购会致力于争取更低的价格,使读者花更少的钱享受到更好的产品和服务。

壹家联系地址和电话,环山路3号大众日报社宿舍站牌下(王女士:13176411465);伟东新都1区东门商业街15号楼2单元101(臧女士:13176412465);燕山小区东区18号楼104(李女士:13176419541);阳光100小区a9-3-0104(王先生:13176414670);鲁能领秀城F区(胡女士:13176416541)。

威海海参博览会 2折起售



精品刺参 999元/斤起售

淡干刺参 1899元/斤起售



地址:舜耕山庄弘舜阁(舜耕路28号,舜耕会展中心正南门对过)

时间:9月16日——9月18日 周日——周二

威海市金堂福海洋生物科技有限公司
威海市尧之参海洋生物科技有限公司

热线:4006900166