

# “糖尿病食疗泰斗”孙树侠的传奇人生

她师从营养界鼻祖于若木,一生致力于科研工作,是中国当代知名的糖尿病营养学专家;她年近七旬,身体健康,在世界各地举办了1481场讲座,被国外媒体称为“最美中国老太太”;她从医50载,总结出一套糖尿病“饱餐养胰”的康复疗法,创下了“糖人大胆吃喝,血糖达标”的医学奇迹。

她就是被誉为“中国糖尿病防治医学泰斗”的孙树侠教授。

## 她是糖尿病及中老年人的营养保健专家

孙树侠,女,1942年生于黑龙江省哈尔滨,1965年毕业于黑龙江农业大学生物专业,是中国农科院农产品加工研究所、原子能利用研究所研究员。2001年,创办了中国保健协会食物营养与安全专业委员会,任会长至今。

生于中医世家的她,自幼聪慧过人。1983年,她结识了营养界鼻祖于若木,现今已成为中国最知名的营养大师,我国糖尿病防治领域的营养学泰斗,擅长糖尿病以及中老年人营养保健。

孙树侠多次受邀参加中央电视台、北京电视台、天津电视台等电视媒体,讲解食物营养与安全与糖尿病、心

脑血管疾病的慢性疾病的营养保健。她还曾主持多项国家和部委的研究和攻关项目,主编《营养保健师》、《营养讲师》等多种培训教材,出版《推进公众营养改善行动》等20余科普丛书及专著。

孙树侠不仅在糖尿病、中医学、营养学等领域贡献突出,还主持重大科研项目,如今已取得8项发明专利,并创造了多项第一:第一个促进并主持起草《国家农业发展纲要》的农产品加工部分;第一个创造营养师产业培训;第一个促进健康管理职业化。中国现有营养师28万人,孙教授直接授课的已超过12万人,是业界名副其实的泰斗级人物。

## 安全养生,战胜红斑狼疮

“要想搞好别人的健康管理,就要先把自己健康管理好”。这是孙树侠的格言。年轻时,她不幸患上了红斑狼疮。当时她年仅26岁,又新婚不久。她一度很悲观,以为自己寿命不长了,通过努力治疗,能活到40岁就不错了。

但深谙中医之道,又对营养学造诣颇深的她,决定与命运做一次奋力抗争。经过不断锻炼身体和小心谨慎的养生保健,她终于活过了40岁。接着,孙树侠又给自己制定了一个目标:快乐地生活、工作到50岁。过了50岁,她又定下了活到60岁的目标。期间,她用了整整5年时间,彻底摆脱了吃了30多年的激素药物。如今她已安全、健康、快乐地

活过了70岁,70岁的她,各项指标都正常,身体竟然比年轻时还好。

现在,她不仅养好了身体,还完成了一项项科研课题、一个个新领域的探索。从上世纪80年代起,她在报纸、杂志发表文章、出书近400万字,仅专著就有11本,还有3本即将出版。

孙树侠说:“再好的医生也不如自己,战胜疾病的唯一的方法就是坚定信念、科学养生。糖尿病是一种较普遍综合代谢性疾病,更是一种营养代谢障碍的终身性疾病,但它和红斑狼疮比起来,就不算什么大病,我要将我的成功治病经验,传授给大家,让更多的人健康长寿,快乐享受生活”。



## 跟孙树侠学养生,快乐生活

报名电话:0571-82723621,82722036 (每天8:00—17:30)

如果你正在被高血糖、并发症所困扰,如果你想了解一代食疗营养大师孙树侠的宝贵经验,现在就赶快报名吧!

**报名成功者,即可获得活动组委会提供的以下健康礼包:**

1. 报名即可领取价值198元的血糖仪一台或价值238元的腕式血压计一台,一共仅限500套,送完即止。
2. 免费提供价值198元的胰岛素功能病变筛查一次。
3. 免费提供价值298元的多普勒颈动脉彩超筛查一次。
4. 免费领取价值598元的孙树侠讲座门票一张。
5. 免费提供价值1788元的“心脑血管肾足”全身并发症筛查一次。



# 做个萧山媳妇,她的这个梦想还能实现吗

秋天本是收获的季节,喜悦的季节,但女孩王丽的内心却满是忧愁,生命的希望在一天天凋零。她今年才31岁,还没有真正谈过恋爱,更没有尝过当母亲的滋味。她不知道,等待她的命运会是什么?她的生命会在哪一刻突然划上句号?

王丽是浙江安吉人,2007年毕业于嘉兴职业技术学院。2009年,毕业不久的她来到萧山,在宁围街道一家国际物流公司打工。“我学的是国际贸易专业,毕业后很想结合专业找工作。自己还年轻,没什么工作经验,所以,也不在乎收入有多少,只要能真正学到点东西,总结些经验,就好。”

在萧山宁围这家物流公司工作的半年多时间,王丽的收入并不高,每个月只有2000多元,但这段时光却给她带了很多难忘的回忆。“萧山是个好地方,经济很发达。萧山人吃苦耐劳,聪明能干,有很多地方值得我学习。我当时就想,能不能在萧山遇到自己的另一半,做个萧山的媳妇呢……”回忆起在萧山工作的短暂时光,王丽内心充满了喜悦。

然而,就在她对未来充满了憧憬时,不幸却悄悄降临到她身上。2009年底,她总感觉浑身乏力,打不起精神,于是,她到医院做了一个常规体检。没想到,体检结果出来,她居然患上了再生障碍性贫血!

“这是什么病啊?我这么年轻,怎么可能得这个病?”王丽完全不相信眼前的体检报告,因为她一向身体很好,平时连感冒发烧都不太有。她来到省中医院复查。她多么希望上次的体检报告是搞错了。然而,不幸的是,复查结果表明,她确实患上了再生障碍性贫血症。不过,医生告诉她,病情还不算太严重,可以保守治疗,定时服药,定期来输血和复查。只要血小板不下降,问题应当不大。

转眼间,3年过去了。2013年,王丽发现,自己的例假突然多了起来,止不住。到医院一查,医生说,病情加

重了,必须要住院治疗。

于是,王丽住进了省中医院下沙东方医院血液科病房。这几年的日子,就是在医院和家里来回奔波。

昨天中午,王丽给记者发来了她坐在病床上的一张照片:“阿姨,我因为吃了雄激素和免疫抑制剂环孢素,女性变男性化了,所以我戴了口罩……”照片上的她虽然看上去很瘦弱,但两只美丽的大眼睛特别有神。

“你今天感觉怎么样?”“还是老样子,没有力气。”“现在谁在医院陪着你?”“我妈妈。我住院后,妈妈每天陪着我。”“爸爸和弟弟呢?”“他们去打工了。”

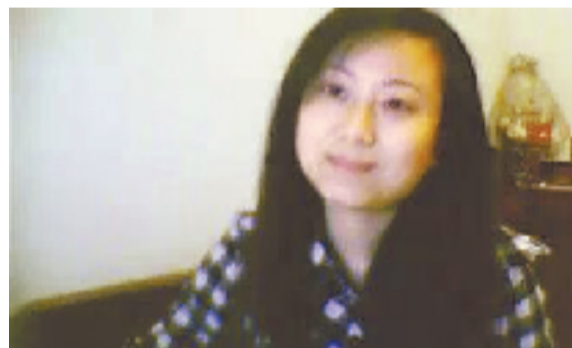
王丽说,她现在的血小板只有2000左右(正常人是10万~30万),身上出现了多处出血点,所以她每天除了上厕所,只能躺在床上,手机、电视都不敢看,就怕太累,引发大出血。

医生说,王丽目前的情况,药物治疗已经不行了,只有通过造血干细胞移植才有可能治愈。令人高兴的是,经过检查,王丽与亲弟弟的血液配型成功。但高兴只是短暂的,移植所需的巨额费用,仿佛一盆冷水,泼向了王丽生的希望。

据了解,王丽的前期手术费需要30万元,术后的护理及药物费还需要20万元。50万元,这对于王丽一家来说,是想都不敢想的天文数字。

王丽说,生病后,家里的积蓄全都花光了。为了做移植手术,家里已经向亲戚朋友借了十多万元,但离50万元还相差甚远。为了救她,父亲退休后又出去打工了,她实在不忍心看着父亲这样为了救自己而拼老命,但她无能为力……

“我还年轻,我渴望能继续活下去。希望好心的萧山海乡亲能救我一命。我本来就一直想当萧山媳妇。如果我能活下来,我愿意给救命恩人当媳妇或儿媳妇。”



生病前的王丽



病床上的王丽

亲,如果您愿意帮助王丽,请给我们打电话,好吗?我们的热线:0571-83738111。在此,我们也代表王丽和她的家人,真诚地向您鞠一躬:“谢谢您,恩人!”

本报记者 方云凤