

美東華人學術聯誼會

Chinese American Academic & Professional Society (CAAPS)
website: www.caaps.us facebook: <https://www.facebook.com/caaps.us>

新移民服務講座

「健康人生的基礎知識」課程 第十七場 2013年7月28日
(Basic Knowledge for Healthy Life) (Lecture 17)

「代謝綜合症」：「胰島素阻抗」、「高血糖」、「高血壓」、「高血
脂」、和「肥胖症」 (Metabolic Syndrome: Insulin Resistance, High
Blood Glucose, Hypertension, High Blood Lipids, and Obesity)

「美東華人學術聯誼會」將於7月28日(星期日)下午二時開始(2:00–3:30 pm), 在「紐約華僑文教服務中心」(133-32, 41st Road, Flushing, NY 11355; Phone 718-886-7770) 舉行「健康人生的基礎知識」第十七場講座, 由李衡鈞教授 (Prof. Heng-Chun Li) 講解「代謝綜合症」的前因後果。課中將討論「胰島素」的功能、和血糖的調控機制, 並闡述過量攝取含有「精製果糖」(Refined High Fructose Corn Syrup) 及「精製澱粉類」(Refined Starch) 食品、是形成「代謝綜合症」的主因。因此, 「代謝綜合症」可經由合理飲食方式及適量運動來預防及治療。

同日(07/28/13), 第二堂課(3:40–4:40 pm) 將由楊毓淑註冊專業護士 (Lucy Yu Shu Liou, RN) 講解「藥物之外的降低血壓的自然方法」(Naturally Lowering Blood Pressure without Medication)。

中文演講, 敬請僑胞們踴躍參加。

「健康人生的基礎知識」的完整課程表, 展示於「美東華人學術聯誼會」網站。
網址: www.CAAPS.US 及 <https://www.facebook.com/caaps.us>。歡迎查閱。