## "三高"的预防,诊治和调理

## 科工专医疗健康系列讲座 第一讲

【科工专报道】2021 年 2 月 28 日下午 1 时,正逢"喜鹊登枝开门喜,春花烂漫大地春"新春之际,美国华人科学家工程师专业人士协会(以下简称:科工专)拉开了医疗健康讲座第一幕。讲座的主题是"三高"-高血压,高血脂,高血糖,是近年来人们一直非常关注的话题。而且,这次我们有幸邀请到来自 Weiss Memorial Hospital 的主任医生 Dr. James Mo (莫矜) M.D., 以及来自西北大学研究助理教授杨朔博士,"强强联手"来和大家一起聊。



(讲座小组成员: 陈育蘭, 周坚刚, 杨朔, 莫矜)

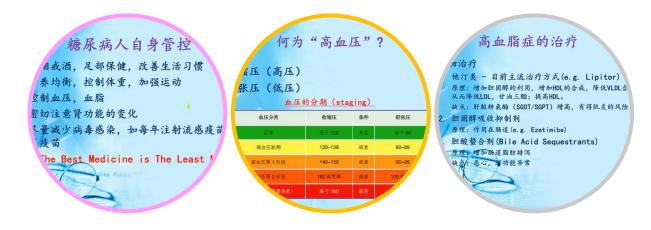
美国华人科学家工程师专业人士协会会长 Stanley 周博士致辞时谈到为什么科工专会在今年推出这个系列讲座?一是在抗疫期间,人们普遍对医疗保健预防疾病方面的知识开始重视;二是科工专协会里大部分科学家们都已人到中年,深感到有这个需要。周会长同时也谈到科工专在今年的工作安排中,将为社区华人提供更多的资讯和专题讨论。

这次讲座由科工专理事陈育蘭策划并主持,由科工专全权承办。并获得大芝加哥地区浙大校友会,美亚健康协会,雅美教育文化中心等机构的协助。非常感谢朋友们的支持!





首先登场的是有着丰富临床经验的莫矜医师。他在芝加哥地区行医 20 多年,擅长各种常见病及慢性疾病的诊断及治疗,在业界口碑及医德医品俱佳。他详细介绍"三高"的定义和演变,形成及对人类的危害,诊断标准,药物治疗及不同治疗手段的效果。最后,他特别强调要积极预防,不能听之任之。莫医生讲座这头话音才落下,观众朋友们中的问题就纷纷出笼了。反响非常热烈,让我们觉得这类讲座确实是对大家有帮助。



## 美国华人科学家工程师专业人士协会 Association of Chinese-American Scientists and Engineers

紧接着,现在西北大学从事癌症科研的杨朔博士,更从营养健康管理的角度入手。全方面分析,并娓娓道来这些健康问题的产生,是与体内毒素积累过多息息相关,又和摄入营养的不均衡缺乏脱不了干系。所以她提出"滋养+排毒"的理论,同时建议像深海鱼油-OMEGA-3,卵磷脂等保健品是可以降低低密度脂蛋白和甘油三脂,从而达到预防和缓解高血脂症状。杨博士先后在天津医科大学药学院任教7年,南开大学生命科学院任教2年。从事健康管理师有5+年经验。



两个多小时不知不觉地过去了,讲座接近尾声。听完专家们的传授,感慨万千!正所谓"把握好健康,才能把握未来"。衷心期盼我们科工专会员及家人,还有科工专的朋友们事业有成,家庭和美,越来越健康,越来越年轻!由于时间有限,不能回答在线的每一位观众的问题。经征询两位专家的同意,将他们的联系方式在这里公布,以便您有需要进一步想和他们联系:





特别感谢周坚刚会长亲自承担了这次讲座的技术支持工作,使我们的讲座顺利进行!谢谢!再次感谢两位专家百忙之中,义务为大家普及了医学健康方面的知识!也再次感谢这次讲座的主办方 - 美国华人科学家工程师专业人士协会为我们搭建了这么好的一个平台。再次谢谢各位朋友的积极参与! 2021 年科工专将继续医学保健系列讲座,敬请关注,下次再见!

科工专宣传部 3/4/2021