

# 善式:为全球慢病人群提供健康解决方案



「慢病管理进社区」公益义诊活动现场

为更好地普及慢病知识,提高居民主动防治慢病的意识和能力,近日,长沙市望城区月亮岛社区医院携手湖南善式生物科技有限公司(以下简称善式),在社区开展了为期5天的“慢病管理进社区”公益义诊活动。善式高级专家高教授带领的慢病健康管理团队,给社区居民普及了正确生活方式对慢病的重要性,并从饮食、营养、运动及心理等方面进行知识科普,对慢病进行提前预防和干预。

用善心,做善式,善式开启慢病健康管理之路,缘于善式创始人吴总的慢病康复经历。(本报记者贺银河)

## 初心 从“自救成功”到“想救更多人”

2020年3月,吴总被确诊患上有“绿色癌症”之称的克罗恩病。确诊前的那几年,每次腹痛发作,他都满床翻滚,豆大汗珠直往外冒,溷湿床单。

辗转全国寻遍中西名医,他得到的回复基本一致:“克罗恩病是一种病因复杂的肠道慢性炎症,现有医疗技术很难解决,会一辈子反复发作,只能用肠内营养剂控制炎症、缓解疼痛、降低发作频率,以后日常饮食限制极为苛刻,要避免出现更严重的肠内炎症。”

吴总不甘心!在网上无意间接触到国外的低碳医学和功能医学,了解到国外已有通过低碳饮食搭配精准营养补充剂治愈克罗恩病的案例,国内

也有专家正在做引进研究时,他看到了希望。在艾瑞克·伯格医生、马克·海曼博士、何健博士等专家的课程指导下,他开始尝试改变饮食结构,补充所需营养和维生素。不到半年,他惊喜地发现克罗恩病症状居然全消失了!

推己及人!“我的病这么难治,通过调整饮食结构和精准补充营养能有这么好的效果,那些常见慢病通过干预会不会效果更好?”吴总和他的团队深入学习低碳营养学和现代营养学,善式还成为中国低碳医学联盟理事单位,引进了协和医学院、湘雅医院、湖南中医药大学的多位权威专家,打造了一支业务精良的专业健康管理队伍。

## 核心 从“药物治疗”到“生活方式干预”

我国目前约有4亿慢病人群,慢病及其并发症是我国居民死亡的主因,而慢病与不良生活方式密切相关。《缓解2型糖尿病中国专家共识》指出:近40年来,我国2型糖尿病患病率逐年上升,主要原因是生活方式改变带来的超重及肥胖患病率的升高。

卫生部原副部长殷大奎强调:“老年人最缺的不是医疗,最缺的是健康意识;最重要的是主动健康,不要什么都寄托在医疗上。”众多健康领域专家也认为,慢病是由长期、错误、不良的生活方式导致的一系列问题,慢病调理的基础是建立健康的生活方式。

《缓解2型糖尿病中国专家共识》明确指出,“推荐强化生活方式干预作为2型糖尿病缓解的基本方案”,并提出缓解2型糖尿病治疗临床路径:强化生活方式干预、建立跨学科综合干预

团队、形成配套管理流程、设计并施行饮食方案、食欲管理、开具运动处方和进行认知-行为及心理干预。

善式健康团队从遗传、环境、心理、生理和生活方式等多方面着手,找出慢性病的源头,进行针对性干预。比如骨关节炎,医院大多偏重对症治疗,却忽视了症状产生的根本原因,包括饮食不合理产生的菌-肠-关节轴所致的慢性炎症、亚油酸过食综合征和反式脂肪综合征等;再比如失眠问题,入睡困难、易惊醒等症状的根源,可能跟肠道菌群失调有关。

结合关节炎和失眠人群特点,善式联合多学科权威专家,研发出“善式善节(关节一号)”和“善式善休(睡眠一号)”等功能性营养饮品,结合饮食结构调整和科学运动,通过非药物的方式,帮助更多人改善和逆转慢性疾病。

## 服务 从“三师共管”到“四心陪伴”

善式慢病健康管理方案依托中国专家共识,利用丰富的互联网技术,将数字化技术与健康管理干预有机结合,打造了国内首屈一指的互联网慢性病健康管理平台,实现了对慢病人群的“三师共管”。“三师”即健康管理师、营养师、专业慢病医师。

以帮助控制血糖为例,在善式“三师共管”模式的一对一、多对一的健康教育、干预和引导下,绝大多数糖尿病客户

建立了健康管理的主动意识,能按照“先喝汤,再吃蔬菜,再吃肉,最后吃少许主食”的顺序进食,主食也尽量避免精米白面等升糖快的精制碳水,而是选择杂粮饭或者其他粗粮。

目前善式正在全力打造“四心陪伴”,即“三师”的“耐心教育、热心沟通、贴心指导、暖心随访”,让善式品牌深入慢病人群心中。未来,善式将以慢病患者为中心,提供更加完善、有效的慢病管理服务。

## 受众 从“半信半疑”到“逢人推荐”

陈女士,69岁,患膝关节炎10多年,两年前做了手术后,左腿膝盖还是疼,左腿伸不直、走路困难,一直吃中药调理。2022年,她通过亲戚介绍联系上善式,善式的健康管理师为她补充了善式“关节一号”营养饮品,并制定了一对一的饮食、营养和运动相结合的干预方案。调理20多天后,她的左腿疼痛大减,可以伸直了;调理40多天后,她可以在平地走两三千步。随后,她停了中药,继续在善式接受调理。

黄先生,79岁,失眠多年,退休前是医生,之前长期吃阿普唑仑片,但还是睡不好,半夜醒来睡不着。老同事给他推荐了善式,他将信将疑地吃起了善式“睡眠一号”营养补充剂,同时在善式的健康管理师指导下进行饮食结构调整。30多天后,他的睡眠时间就从之前的一晚最多4个小时延长到7个小时,所用药物开始减少到之前的四分之

一。现在,他已经完全停服了西药,也能一觉睡到大天亮。如今,他是善式的忠实粉丝,逢人就推荐善式的产品和服务。

陈女士和黄先生都是善式的真实客户,在善式建立了分阶段健康档案,档案里面除了记录他们的健康问题,还呈现了饮食、营养、运动等方面的调理方案,分阶段给出健康管理建议。“陈奶奶和黄爷爷起初对我们的健康管理效果半信半疑,亲身体验到效果后,他们都争先恐后地把善式推荐给身边得慢病的亲友。”善式的健康管理师说。

在善式,像陈女士和黄先生这样的客户还有很多。据统计,超过50%的善式客户来自熟人推荐。截至2022年底,善式已为15个国家的数十万慢病患者,提供了专业、敬业、规范化的服务,在关节问题、睡眠障碍的调理上效果尤其突出,2型糖尿病的逆转率也达到了惊人的90%以上。

## 未来 从“扎根长沙”到“服务全球”

善式扎根长沙,深耕慢性病领域多年,得到主管部门、行业同仁和新老客户的高度评价,被誉为中国慢病健康管理领域的“一股清流”,先后获得国家高新技术企业、中国营养学会药食同源理事单位、湖南健康管理学会常务理事单位、中国功能医学实践基地、国家3·15诚信企业等荣誉,产品核心成分还获得国家科技进步奖二等奖、湖南省科

技进步奖一等奖等重量级科研奖项。

现在,善式正以“做全球顶尖的低碳营养慢病干预先行者”的角色出圈。未来,善式将以解决亿万人慢病疾苦为己任,进一步增强核心技术优势、健康教育能力、品牌服务意识,打造成中国慢病管理领域的一流企业,为中国乃至全球的慢病患者提供高质量的慢病管理解决方案。