

CURRICULUM VITAE

PERSONAL

NAME(姓名，含英譯)

陳紋慧 Chen Wen-Hui



PROFESSIONAL APPOINTMENT (現職，含英譯)

鹿港基督教醫院營養課課長

Manager, Nutrition Division, Changhua Lu Kang Christian Hospital

EDUCATION(學歷)

大葉大學生物科技碩士學位學程

台北醫學大學保健營養系

WORKING EXPERIENCE (經歷)

彰化基督教醫院營養部組長

MAJOR RESEARCH AREA(研究領域)

疾病營養治療

PUBLICATION(In the nearest 5 years)(發表、出版物)

1. 陳紋慧:提升全縣基層醫療院所營養照護品質，深入社區的營養師團隊。中華民國營養師公會全國聯合會年會暨營養品質促進專案發表 2021。
2. Po-Hsien Li, Yung-Jia Chan, Ya-Wen Hou, Wen-Chien Lu, Wen-Hui Chen, Jie-Yun Tseng and Amanda Mulio. Functionality of Djulis (*Chenopodium formosanum*) By-Products and In Vivo Anti-Diabetes Effect in Type 2 Diabetes Mellitus Patients. *Biology*2021;10(2):160.

升糖指數/升糖負荷在糖尿病的角色

The role of GI and GL in diabetes

陳紋慧

彰化基督教醫療財團法人鹿港基督教醫院營養課課長

糖尿病治療目標通常會聚焦於控制良好的糖化血色素(HbA1c)和空腹血糖(FPG)，然而，由於餐後高血糖會增加氧化壓力及發炎反應，活化血小板及造成血管內皮功能失調，增加大血管和小血管病變的風險，因此，自 2001 年起，美國糖尿病學會(American Diabetes Association) 建議應將餐後血糖(PPG)納入血糖控制指標之一。大部分的研究顯示低 GI/GL 且富含水溶性膳食纖維的飲食有助於餐後血糖控制，但僅考量選擇低 GI 食物，未控制醣類總量和熱量的飲食並無法改善糖尿病患者的血糖控制，因此衛教師應教育個案如何選擇低 GI 食物，並伴隨減少該餐醣類攝取總量，以控制良好的 GL，並建立一個健康均衡的飲食型態，而非只著重於營養素的組成、無實用性和無彈性的飲食設計與建議。課程中將分享相關的綜述性文獻，以及臨床上運用低 GI/GL 的飲食策略經驗。