

結伴同行 防治糖尿病及三高

糖尿及三高健康聯盟期刊



diabetesrisk.hk



亞洲糖尿病基金會
Asia Diabetes Foundation

亞洲糖尿病基金會 同仝
Asia Diabetes Foundation wishes you all

恭賀新禧! 🧧 年快樂!
Happy Lunar New Year!



齊心協力對抗糖尿病

陳重娥教授

亞洲糖尿病基金會行政總裁及香港中文大學香港糖尿病及肥胖症研究所所長

2020年是一個令人難忘的一年，全球近8,970萬人受到新冠狀病毒肺炎 (COVID-19) 影響，194萬人因而死亡。除了老年人外，肥胖症和糖尿病人士正首當其衝。

於2020年世界糖尿病日 (11月14日)，來自全球 (包括香港) 44位專家發表了《刺針 (The Lancet) 委員會糖尿病報告》，證實糖尿病是能夠預防及治療的，並建議利用數據來改變糖尿病管理方案，挽救患者的生命。報告總結了有效地管理糖尿病人士的多種風險因素的好處。詳情如下：

- 降低 (1) 糖化血紅素 (HbA1c, 過去2 - 3個月血糖平均數) 0.9 %、(2) 收縮壓 (上壓) 10 mmHg、和/或 (3) 低密度膽固醇 1 mmol/L，均可降低2型糖尿病人士出現心臟病、中風和死亡的風險達10 - 20%

本期內容：

齊心協力對抗糖尿病 - 1

糖尿病的心理社會因素
與照料 - 3

營養師拆解三大飲食謬誤
低升糖飲食有助控制血糖 - 5

控制碳水化合物攝取量 - 6

頸後膿瘡 糖尿病徵兆? - 8

- 改善生活方式和使用二甲雙胍 (*Metformin*)，可預防或延遲葡萄糖耐量異常人士 (*Impaired Glucose Tolerance, IGT*) 發生2型糖尿病達 **30 - 50%**
- 減少多種風險因素，包括使用他汀類藥物 (*Statins*)，以及腎素 - 血管收縮素系統抑制劑 (*RAS inhibitors*)，均可降低糖尿病或其高風險人士發生心臟病、中風和腎衰竭達 **20 - 40%**
- 使用新藥鈉-葡萄糖共轉運蛋白2抑制劑 (*SGLT2 inhibitor*)，和胰高血糖素如肽-1受體激動劑 (*GLP-1 receptor agonist*)，除了可以降低血糖外，更有助降低心臟病、中風、腎衰竭及死亡率達 **40%**
- 患病6年以下的2型糖尿病肥胖人士，若持續減重15公斤或以上，可緩解2型糖尿病的影響多達2年
- 利用數據配合以團隊制定的綜合護理計劃，能有效降低2型糖尿病人士的心血管疾病和死亡風險達 **20 - 60%**

除此之外，在這份報告中，專家特別強調令人擔憂的2型糖尿病年輕化趨勢。在亞洲，**每5個成年糖尿病人中，就有1人於40歲前被確診**。年輕2型糖尿病人士的病因複雜，包括遺傳因素、妊娠糖尿病、兒童肥胖症、家庭和學校教育、生活方式、社會因素、心理壓力等。因此，我們需要針對年輕的2型糖尿病人士，提供有效的專業指引和病人自強計劃，鼓勵自我管理和及早治療。與此同時，配合持續教育和社會心理支援，幫助年輕2型糖尿病人士維持行為改變，從而**預防他們於中年時期出現多種殘疾，甚至喪失10年或以上的生命**。

許多發達國家和地區的醫護人員、醫療費用承擔者和政策制定者共同制定策略，提高病人教育、藥物和持續護理的普及度，以預防和控制糖尿病。危機背後，總有一個解決方案。面對疫情，我們持續做好自己本份，維持個人衛生，保持社交距離，等待全球疫苗接種計劃的普及。同樣，預防和控制糖尿病，我們研發有效的預防和治療藥物，透過自我管理和齊心協力，我們能夠拯救更多的生命，但它的成功取決於我們每一個人的參與。

最後，亞洲糖尿病基金會祝願所有讀者有一個快樂、健康、充滿希望的2021年。

更多《刺針 (*The Lancet*) 委員會糖尿病報告》資料，請參考：www.thelancet.com/commissions/diabetes.

糖尿病的心理社會因素與照料

本文章由基琳健康提供



除了藥物、飲食及運動治療，在糖尿病的治療中，心理治療都是十分重要的。尤其對初患者，當想到糖尿病是慢性疾病、無法根治、終生伴隨、又需要長期藥物治療、飲食及生活上調節，並自我監察血糖時，往往增加患者的精神壓力及經濟負擔，影響情緒變化。糖尿病患者同時罹患抑鬱症風險比一般人高一倍，以本港約70萬名糖尿病患者推算，當中13萬人同時有抑鬱症。缺乏認識糖尿病徵狀、併發症、低血糖等相關知識下，患者一般會出現不同程度的不安、疑惑、恐懼等負面情緒。醫學証實，焦慮會引起身體反應會分泌一些激素紊亂胰島素，如腎上腺素、腎上腺皮質素及胰高血糖素等，結果引起血糖升高，從而加重了病情。

正向心理

個人的思想、情緒及行為是互相牽引，患者對於糖尿病的看法及感受會直接影響其對糖

尿病的治療配合。例如悲觀患者會覺得此乃「不治之症，永遠不會好」，不其然可能會放棄治療，出現抗拒打針、食藥、暴飲暴食等對抗行為，嚴重者可患上精神抑鬱。相反樂觀態度及正面思想，有助提昇患者對控制血糖的能力，甚致能影響身邊的同路人。

教育心理

雖然糖尿病在現今尚未有根治方法，但配合治療，糖尿病人可有效地控制血糖，延緩或避免併發症出現，以解除其精神壓力及調節心理失衡狀態。透過學習有關糖尿病的知識及管理，包括糖尿病管理課程、專題講座、互聯網、書籍、個別教育及輔導，患者可透過不同渠道去了解並積極配合治療。

社會心理

社會對糖尿病的認知、接納及理解對於糖尿病控制有很重要的影響。患者應持開放的態度、主動與家人、朋友分享患病的心情與體會，以帶來正面的支持及關懷，減少負面情緒。當遇有疑問，患者可以主動向醫護人員提出，以儘早吸收到正確的糖尿病知識，從而減少對糖尿病產生焦慮、誤解及恐懼。



糖尿病患者同時
罹患抑鬱症風險
比一般人高一倍

朋儕支持

糖尿病患者極需要生活上的持續支援，朋儕支持更是患者自我管理中非常重要的一環。研究發現，朋儕支持有助糖尿病患者在日常生活中落實自我管理、提供社會和情感方面的支援、鼓勵患者適時尋求專業人員和社區資源的協助，以及提供多樣化和持續性的支持，如飲食控制、運動方式、血糖管理、自我照顧及藥物使用等，對病人健康大有幫助。此外，糖尿病患者多參與社交活動，可以增加機會跟其他病友分享控制糖尿病的經驗。在同路人的影響下，有助配合治療並建立樂觀思想。

糖尿病心理治療對於患者治療糖尿病有重要的義意。患者擁有積極人生觀，可保持良好心理狀況；及早糖尿教育及輔導，能減少患者負面情緒。家人及親友的支持，有助提昇患者對治療糖尿病的信心。聽懂、聽對，並傳達讓患者知道醫療人員同理患者，以及患者本身也學習具有覺察性的內在對話；感受到他的需要與情感有人重視與瞭解也是非常重要的。透過種種心理治療，可有效提高患者控制糖尿病的自理能力，自願配合治療，提高生活質數，最終能獲得身心健康。



資料來源：

1. 香港中文大學醫學院。(2017)。新聞發佈：中大研究指朋儕關顧可減少受情緒困擾之糖尿患者住院百分比。檢自 <https://www.med.cuhk.edu.hk/press-releases/cuhk-study-reveals-peer-support-can-reduce-hospital-admission-of-distressed-diabetes-patients>。
2. 香港中文大學。(2014)。新聞稿：中大發現糖尿患者患抑鬱症風險為一般人的兩倍倡以一分鐘問卷及早評估糖尿患者的精神健康狀況。檢自 https://www.cpr.cuhk.edu.hk/tc/press_detail.php?id=1950。
3. 香港糖尿病聯會。(2012)。與糖尿病共處。檢自 <http://www.diabetes-hk.org/en/page/與糖尿病共處%20-%20從心出發>。
4. 鄭逸如。(2012)。從心理層面看如何協助患者與糖尿病共同生活。檢自 <https://www.tade.org.tw/upload/Jour/1/10106/5.pdf>。
5. 中華民國糖尿病衛教學會。2012年6月會訊。檢自 <https://www.tade.org.tw/upload/Jour/1/10106/5.pdf>。
6. 鍾巧儀。(2015年2月5日)。見賢思齊－糖尿病『朋儕關顧計劃』(下)。香港中文大學丘中傑糖尿病檢測中心。檢自：<http://yckdac.hkido.cuhk.edu.hk/medical/dm7.pdf>。

營養師拆解三大飲食謬誤

低升糖飲食有助控制血糖

黃兆章先生
註冊營養師

糖尿病愈趨年輕化，而糖尿病患者往往在飲食上都有很多謬誤。註冊營養師黃兆章指出以下三個糖尿病患者常見的謬誤：

1. 糖尿藥物 = 「解藥」，飲食上不用控制？

糖尿病除了靠藥物控制外，更要配合適量運動，同時要有良好的飲食習慣，多管齊下，才可以全面有效控制血糖。

2. 完全不吃碳水化合物，血糖就不會上升？

碳水化合物是我們身體的主要能量來源，攝取不足會讓我們覺得很疲倦，專注力下降，甚至影響日常生活。糖尿病患者其實應攝取低升糖的碳水化合物和合適的份量。

3. 清淡的粥或即食麥皮作早餐，健康又能控制血糖？

粥或麥皮含豐富碳水化合物，的確可以提供身體所需能量，但粥和即食麥皮同屬高升糖指數食物，容易被身體快速吸收，令血糖急升。糖尿病患者可以選擇粟米、通粉等低升糖指數食物，配上適當蛋白質，如雞蛋、吞拿魚，再配上飲品，如低糖高鈣豆漿或選擇方便又幫助控制血糖的糖尿病人士專屬營養品，簡稱糖尿奶，都有助控制血糖。

營養師建議，糖尿病患者可以挑選有信譽和營養組合符合權威機構組織（例如：美國糖尿病協會）建議，並符合受法例監管的低糖標準（即每100毫升含不多於5克糖）及提供複合醣組合，屬於低糖、低升糖指數的營養品做早餐，或者成為早餐的一部分，能幫助控糖同時亦滿足糖尿病人嗜甜的慾望，更有助延長飽肚感。每個人的病情和飲食需要都不一樣，飲用任何營養品前，建議先諮詢醫生和營養師的意見。

升糖指數 (GI)

GI是量度各類含碳水化合物的食物在進食之後對身體血糖的影響。低升糖食物內的碳水化合物會相對高升糖食物消化及吸收得較緩慢，令血糖升幅相對較輕微。

低升糖指數	中升糖指數	高升糖指數
全穀麥	菠蘿包、紅米飯、烏冬（熟）	炸薯條、粟米片、薯仔（焗熟）
全脂奶或脫脂奶	芋頭（焗熟）	糯米飯、白飯
黃豆、扁豆類	荔枝、哈密瓜	西瓜
蘋果、車厘子、奇異果、西柚		法國包、白麵包、威化餅

資料來源：亞洲糖尿病基金會 正視糖尿病網站
(www.diabetesrisk.hk)

控制碳水化合物攝取量

本文章由AXA安盛提供

碳水化合物會令血糖水平上升，如何改變飲食習慣來控制碳水化合物的攝取量？

糖尿病患者**在進食含有醣質 (碳水化合物) 的食物後，血糖的水平會上升，所以需注意每餐的醣質攝取量，作出適當交換。**

例如：建議早餐可進食3份醣質的話，就要在表格選取三項，合共3份。



五穀類/高澱粉質蔬果

(每份食物含15克碳水化合物)

白/紅/糙米飯 (熱)	1.5 滿湯匙
爛飯/潮州粥	1/2 碗
意粉/通粉/蕎麥麵 (熟，不連湯)	1/2 碗
米粉/河粉/上海麵/烏冬 (熟，不連湯)	1/3 碗
蛋麵 (細)	1/2 碗
粉絲 (煮熟)	3/4 碗
粥/熟麥皮	3/4 碗
乾麥皮	3 平湯匙
卜卜米/粟米片	小半碗
全麥維 All bran	4.5 平湯匙
維他麥 Weetabix	1.5 件
低脂消化餅	1.5 片
克力架/梳打餅	3 片
高纖麥餅	3 片
瑪利餅 (細)	4.5 片
白/麥方包 (1磅8片去薄邊)	大半片

每日碳水化合物攝取量

每日碳水化合物進食量應佔每日總熱量的大約一半。

碳水化合物攝取量

- 女性每餐約需40 - 60克碳水化合物
- 男性每餐約需50 - 80克碳水化合物
- 餐與餐之間或睡前可能需要10 - 20克碳水化合物

因個別人士年齡、身高體重、性別、健康狀況、活動量不同，所需碳水化合物亦不同，請諮詢醫生或營養師意見。

1 碗白飯 (中號碗) 約有50克碳水化合物，含量約等於 2 塊半麵包或 1 碗麵 (熟、不計水份)。

五穀類/高澱粉質蔬果

(每份食物含15克碳水化合物)

白/麥方包 (細片去邊)		1.5 片	粟米粒		4.5 平湯匙
豬仔包/提子包		1/2 個	粟米 (中)		1/2 條
饅頭/蒜包 (中)		3/4 個	馬蹄 (大)		6 粒
薯仔/蕃薯/芋頭 (熟)		1.5 隻雞蛋體積	蓮藕/沙葛		3 隻雞蛋體積
薯蓉		1/2 碗	豆 (熟) (紅豆/綠豆/黑豆/眉豆/ 馬豆/乾蓮子/青豆/茄汁豆)		6 平湯匙
蓮藕/沙葛		3 隻雞蛋體積	薏米		1.5 平湯匙
紅/青/白蘿蔔		3 隻雞蛋體積	藜麥 (熟)		小半碗
栗子 (大)		3 粒			



蔬果類

(每份: 1碗新鮮蔬菜/ 1/2碗烹煮的蔬菜)

未經烹煮的葉菜 (例如: 生菜、紫椰菜)	1 碗
烹煮的蔬菜、芽菜、瓜類、豆類或菇菌 (例如: 菜心、芥蘭、菠菜、白菜、豆芽、 茄子、紅蘿蔔、荷蘭豆、金菇)	半碗
無添加糖的新鮮蔬菜汁 (例如: 新鮮番茄汁)	3/4 杯 (180 毫升)

水果

小型水果 (例如: 布祿、奇異果)	2個
中型水果 (例如: 橙、蘋果)	1 個
大型水果 (例如: 香蕉、西柚、楊桃)	半個
水果塊 (例如: 西瓜、皺皮瓜、蜜瓜)	半碗
顆粒狀的水果 (例如: 提子、荔枝、車厘子、士多啤梨)	半碗
無添加糖或鹽的果乾 (例如: 提子乾、西梅乾)	1 湯匙
無添加糖的純果汁 (例如: 鮮橙汁連果肉)	3/4 杯



頸後膿瘡 糖尿病徵兆?

本文章由確進醫療提供

接觸不少病友，他們確診糖尿病時，其空腹血糖值及糖化血紅素值極高。這代表他們患有糖尿病已有一段時間，只是平常病徵不明顯，不被察覺，沒有接受治療。其實，透過身體的輕微轉變，多細心，總有一些「蛛絲馬跡」讓我們找得到。

有位男士，約60歲。有天發覺後頸無故生了「暗瘡」，他塗抹消炎藥膏了事。數天後，那粒瘡不但沒有消失，更不斷的發大。一星期後，發炎位置更腫脹如乒乓球般大。由於濃瘡位於頸後，卧睡時痛楚難忍，甚至肩膀也痛起來。他決定到家庭醫生求診。醫生刺穿濃瘡，將部份的濃液放走，瘡縮細了。可以想像，乒乓球般大的瘡，內裡的液體自然不少。往日幾天，濃液不斷流出，更沾濕上衣，情況尷尬。幸好，傷口復合良好，也沒出現發炎情況。

三個月後，該男士因經常口渴、容易疲倦及視力模糊而求醫 (這全是糖尿病症狀!)，空腹血糖值竟高達 20mmol/L (正常水平應在

5.6mmol/L)，被確診糖尿病。由於他的糖化血紅素也高達 11% (正常人是 $5.1 - 6.4\%$)，屬危險水平，糖尿專科醫生建議先注射胰島素一段短時間，目的是將血糖控制同時又有機會讓胰臟休息及減輕負擔。現在，這病人可靠口服降血糖藥幫助及飲食調整來控制血糖；由於是病發初期，暫未有出現糖尿病引起的併發症。

以上只是一個病例，不是每位糖尿病人也長出濃瘡。這男士雖然有作身體檢查，報告指出體重超標、高血壓及空腹血糖度數介乎糖尿病邊緣，他個人認為只要不再吃糖就得脫離糖尿危機。事實並非如此，因為這是身體給我們的警號。為能更檢測糖尿病，他們應考慮進行口服葡萄糖耐量測試，俗稱「飲糖水」檢查。它是世界衛生組織建議的糖尿病診斷標準，能更有檢測糖尿病及前期糖尿病，盡早處理病情能降低高血糖對血管的破壞以及患上冠心病、中風等的機會。



糖尿及三高健康聯盟會員

成為會員將定期以電郵形式收到我們的期刊及不同的資訊，包括聯盟活動及教育課程的最新消息，並享有會員優惠及優先報名的機會。成為聯盟的會員，請填寫以下資料並以下列方法遞交至亞洲糖尿病基金會：

(1) 傳真 (852) 2647 6624；或 (2) 郵寄沙田坳背灣街45-47號喜利佳工業大廈4樓K室；或 (3) 電郵enquiry@adf.org.hk；或 (4) 掃描QR碼 (糖尿及三高健康聯盟網站www.diabetesrisk.hk/register) 直接填寫申請表。



申請人資料

*必須填寫

中文姓名*： _____

英文姓名*： _____

年齡*： 18-25 26-35 36-45 46-55 56-65 66-75 76或以上

性別*： 男 女

電郵*： _____ 電話： _____

地址： _____

個人資料收集

亞洲糖尿病基金會可能使用你的個人資料作聯絡、通訊、收集意見、服務申請、發送糖尿及三高健康聯盟期刊、或活動推廣等用途 (當中包括或不包括其他機構或公司的信息資料或參與)。除獲本會授權的人員外，將不會提供予其他人士。根據個人資料 (私隱) 條例，閣下有權向本會查閱及更改你的個人資料。如會員希望查閱和更改個人資料，須以書面向本會提出。

聲明

- 本人聲明此申請表所載一切資料，依本人所知均屬正確，並無遺漏。本會有權決定是否接納申請而毋須提供理由。
- 本人已閱讀、明白及同意上列之「個人資料收集」聲明。
- 本人不希望收到糖尿及三高健康聯盟期刊或活動推廣。

簽名： _____ 日期： _____

新年飲食小貼士

2件 蘿蔔糕 (約168g)

熱量：218kcal

相等於 1碗白飯

想知道
更多食物的卡路里?



citybite.adf.org.hk



消耗此熱量
緩步跑需要...



糖尿及三高健康聯盟 會員優惠



怡保康
Glucerna
全球最多種洋糖營養

美國糖尿病協會建議
穩糖, 穩妥!

請即向醫護人員索取免費試用裝

特有穩糖妥組合, 緩慢消化! 阿糖穩定糖!

專治成人營養不良症候群 | 香港熱線: (852) 2899 4806 | 中國熱線: 40012018 843



立即成為會員
索取免費試飲
及買一送一
首次購買優惠券



「控糖FUN」個人化糖尿管理套裝 優惠及積分換領活動

在自我管理的過程中，量度血糖成為糖友生活中重要的部分。經過長年累月反復量度血糖的過程中很容易會變得枯燥。基琳健康為了鼓勵大家養成自我監測血糖的習慣及回饋大家的努力，現凡糖尿及三高健康聯盟會員，可以專屬價HK\$ 300購買「控糖FUN」個人化糖尿管理套裝，包括：GocheK2血糖機、採血筆、採血針(100支)、血糖試紙(100張)。享用MyGem App健康管理平台及更有機會免費換取血糖試紙。僅在優惠期有限，立即行動。



GemV Care
Your Genes • Your Gem • Your Health



優惠碼: **GVC202007**

請掃描以下二維碼作登記及查看詳細的積分換領細則及條款，或致電基琳健康客戶服務中心 (852) 2809 2893以了解更多。



AXA安盛為糖尿及三高健康聯盟會員提供尊享優惠，現凡登記成為糖尿及三高健康聯盟會員並購買由AXA安盛承保的指定醫療及危疾保障或人壽及儲蓄基本計劃，即可享有一次性**400港元電子保費現金券!**

立即透過以下網站留下您的聯絡資料，AXA安盛理財顧問將會與您聯絡，讓您了解更多!

<https://www.axa.com.hk/zh/diabetes-and-3-highs-alliance-eneewsletter>

*詳情請參閱條款及細則

新客戶首次到確進醫療約見糖尿及內分泌專科醫生，可即日安排簡單快速糖化血紅素 (HbA1c) 測試，不另收費 (價值\$290)。

糖化血紅素是身體在最近三個月的平均血糖指數。測試結果能讓醫生團隊了解病人的糖尿病受控情況，進一步調整控糖方法及制定目標。

確進醫療

網址: <http://www.qualigenics.com>

電話: (中環) (852) 3607 7800

(旺角) (852) 2868 6020

Qualigenics 確進

A Health Awareness Program Supported by The Chinese University of Hong Kong
香港中文大學支持之健康關注項目



遊戲化
營養計算機

智能識別食物
了解營養成份

你的每日
營養指標

2020年12月10日 星期四
每天宏量營養素攝取量
總共 741 kcal
營養攝取分佈
了解飲食狀況

2020年12月10日 星期四
攝取量圖像化
掌握每週趨勢

2020年12月10日 星期四
提供專屬你的
每週營養建議

個人營養指標
清楚每日所需

營養攝取分佈
了解飲食狀況

攝取量圖像化
掌握每週趨勢

提供專屬你的
每週營養建議



追蹤你的飲食習慣
提供健康飲食建議
立即下載!



citybite.adf.org.hk





亞洲糖尿病基金會
Asia Diabetes Foundation

亞洲糖尿病基金會 (ADF) 是香港中文大學基金會管轄的一間註冊慈善團體，旨在發起和推行各項醫學、科學和學術研究，收集現有的臨床醫學證據，並將其轉化為糖尿病及其他慢性病的預防和控制策略。致力推廣行之有效的慢性病管理計劃，加強慢性病長期管理的可持續性、實惠價值和普及程度。

電話：(852) 2637 6624

網頁：www.adf.org.hk

傳真：(852) 2647 6624

電郵：enquiry@adf.org.hk

關於糖尿及三高健康聯盟

糖尿病、高血壓和高血脂症是香港三大疾病，加上肥胖，導致了香港人的4種嚴重疾病，包括心臟病、中風、腎病和癌症。隨著糖尿病和「三高」的人口增加，以致對社會和金錢上負擔日漸加重，「糖尿及三高健康聯盟」致力提高公眾對糖尿病和「三高」的認識，從而維持健康和預防疾病。



成員及贊助夥伴



美國雅培於1888以 *People's Drug Store* 為名的小藥廠形式營運，實行「以人們健康為本」，全線產品系列從營養品和診斷產品到醫療器械和醫藥治療方案，貫穿各個年齡段，滿足從嬰幼兒到老年人的重要健康需求。透過逾 130年研究經驗加上無數臨床實證，雅培不斷推出及改進優質配方，照顧世界各地不同年齡的健康需要。



AXA安盛為AXA安盛集團之成員，憑藉其超卓的產品及服務，現時於香港及澳門的客戶人數已超過130萬。AXA安盛集團不單是全球最大財產險商，在香港及澳門，我們是其中一家最大的醫療保險供應商。



基琳健康是香港首間結合生物及資訊科技去預防及管理糖尿病的公司。我們擁有超過20多年研究有關亞洲糖尿病人的大數據，並致力於推行糖尿病風險評估及健康管理計劃，為我們的社區提供完善的健康管理方案。



美國默沙東藥廠有限公司 (MSD) 作為全球最大生物製藥公司之一，在過去超過一個世紀以來，本著「病人為本」的理念出發，一直致力於疫苗與藥品研發上，為全球帶來不同的疫苗與藥品以應對各種不同的疾病挑戰。



A Health Awareness Program Supported by The Chinese University of Hong Kong
香港中文大學支持之健康關注項目

確進醫療採用「綜合專科疾病管理」的醫學理念，有來自不同專業的醫護團隊，為受糖尿病、心血管疾病以及併發症困擾的長期病患者提供一站式的醫療服務。為了促進病人的健康和防止病情惡化，確進醫療為慢性病患者提供價錢合理的護理服務，包括風險評估，調週生活模式，處理情緒問題，以及藥物治療等。