



天然饮食控糖 摆脱药物依赖

逆转糖尿病博士 Dr Julie Ng 驾到!

Dr Julie Ng 以其“逆转糖尿病博士”的美誉广为人知。Dr Julie Ng 博士毕业于马来西亚理科大学USM（主攻糖尿病饮食），拥有超过15年丰富的血糖研究与教学经验。她曾获得大马最具影响力教育家荣誉与第一名国际饮食研究大奖。凭借这些专业积累，她创办的DJ HealthyMax Consultancy Sdn. Bhd. 荣获亚太TOP卓越服务品质大奖。这不仅是对她个人成就与她专业团队的高度肯定，也展示了她在行业内的领先地位。

天然饮食 让您轻松方便降血糖

她提倡的天然饮食方法打破了许多关于糖尿病饮食的常见误区。她指出，许多糖友认为一旦确诊，就必须严格限制饮食、戒糖、戒淀粉和选择清淡饮食。好消息！Dr Julie Ng的研究和实践强调，只要通过天然的饮食调配，糖友无需节食、无需吃清淡、可以在外用餐以外，还可以继续享受自己喜爱的食物，同时控制好血糖。其实，天然饮食的核心在于实现膳食的营养均衡，只需确保三餐营养充足且不过量，糖友可以在无副作用、无需保健品与药物的情况下，轻松降低血糖水平。

在当今社会，糖尿病已成为影响全球健康的主要问题之一，许多人不得不依靠药物和胰岛素来控制血糖。然而，就算糖友乖乖吃药打针，血糖指数仍然飙高，也逃脱不了并发症的噩梦。DJ HealthyMax Consultancy Sdn. Bhd. 的创办人Dr Julie Ng（全名：Ng Sze Han黄诗涵）博士坚信“以其依赖药物治标不治本，倒不如靠天然饮食解决根本问题”。因此，她推出了一整套【逆转糖尿病饮食疗程】，其独特的疗程改变了人们对糖尿病管理的传统观念。至今，Dr Julie Ng已成功帮助数千名糖友通过天然饮食与营养调配，安全的下降血糖，从而达到停用药物与胰岛素的效果，重获自由美满的人生。



个人客制化饮食 + 100天指导与跟进，才能有效逆转糖尿病

为了让更多人受益，Dr Julie Ng时常举办线上血糖饮食分享会和提供专业咨询服务。Dr Julie Ng 尊重每个糖友有不同的病情和生活习惯，所以她提供的专业咨询服务都是一对一客制化的。在咨询服务中，Dr Julie Ng 会根据糖友的身体检查报告细心为糖友量身定制饮食方案。Dr Julie Ng 坚信只有根据其具体情况才能找到血糖高的根本问题，了解对方什么该多吃什么该少吃，才能补充对的食物，有效的解决根本问题。

除了有一对一客制化的逆转糖尿病饮食法，我们还会进行至少100天的连续跟进与饮食指导。这样一来，Dr Julie Ng和专业团队可以每天指导和观察进度，糖友也可以更有方向和信心达到好成绩。每天从中跟进与学习是成功逆转糖尿病的首要秘诀！

与专科医生配合 让您安全停用药物与胰岛素

如果糖友正在服用药物或注射胰岛素，Dr Julie 就会与专科医生配合一起帮助其糖友。Dr Julie Ng 主要帮助客制化血糖饮食，若血糖开始有下降，专科医生就会采取降药或停药行动，这样双管齐下可以确保每位糖友都能得到最适合自己且安全的逆转糖尿病方案。

Dr Julie Ng 强烈反对糖友过度依赖药物和胰岛素。她指出，如果饮食做错了，那么吃再多再贵的药物也是指标不治本。而且，长期依赖药物或胰岛素可能会对身体造成不可逆的伤害。她的天然饮食方法提供了一种轻松、有效、安全的替代方案，帮助糖友在不依赖药物或胰岛素的情况下，自然地控制好血糖。



案例分享

Dr Julie Ng 有上千个成功案例，比如：患有25年糖尿病的 Amy Lim 在跟了3个月饮食疗程后，原本一天4粒血糖药和60 units的胰岛素都停止使用了，血糖还能保持美美。另外，Mr. Kia 跟了两个星期的饮食疗程后，就停止吃血糖药了，HbA1c降低至5.2%。有一些情况是糖友虽然血糖很高但不想一辈子吃药，比如 Charine 之前HbA1c高达10%，跟了疗程后，最终下降至5.7%，逃离吃药的宿命。在这些案例中，糖友都是通过天然饮食疗法，在短短一百天内，三餐饮食皆不缺的情况下，实现了血糖的逆袭，身体状况也显著改善。这些案例展示了天然饮食在逆转血糖方面的巨大潜力与魅力，也鼓舞了更多糖友尝试这一轻松、有效与安全的方法。

Dr Julie Ng 的饮食方法不仅关注血糖管理，还注重整体营养均衡和身体健康，这使得她的方法具有广泛的适用性和长远的健康收益。未来，Dr Julie Ng 计划扩大她的一对一在线课程和咨询服务，吸引更多国际学员，分享她的成功经验和方法。她相信，天然饮食不仅能够帮助糖友逆转血糖，还能让更多人带来健康的生活方式，预防各种慢性疾病的发生。

Dr Julie Ng 的使命是帮助糖友单靠天然饮食轻松逆转糖尿病，远离药物、胰岛素和糖尿病的噩梦，拥有第二次重生的机会。其愿景是要成为全东南亚糖友逆转糖尿病的第一选择。商

Founder & Director Of
DJ HealthyMax Consultancy
Sdn. Bhd.
Dr Julie Ng



“逆转糖尿病博士 Dr Julie Ng 让您100天内
单靠三餐饮食，无需药物或胰岛素，
就能降低血糖指数！”