

聘

办公时间：周一到周五 9:00Am-5:00Pm

一. 护理人员

要求：(男、女均可)；合法身份；有爱心、耐心、责任心；公司免费提供 CPR/FA 培训。

二. 兼职注册护士(Registered nurse)

工作内容：按政府要求上门为病人做评估、监管护工工作；为病人客户制定一个最好的护理计划

工作地区包括 Montgomery County、Howard County、Baltimore County 等马里兰各个郡县。



4-098

乐康居家护理服务



Loving Care Home Services

私人订制：

将根据您的需求和您共同制定最好的护理计划
每项计划都是为专门为您设计。

自由地居住
舒心地生活

最好的居家护理服务

训练有素的护士和护工
家庭成员和客户培训
陪伴
日常锻炼计划及培训
洗浴及卫生护理
护士监管
服药提醒和帮助
个人协助

安全监督
行动上协助
饮食计划及监控
杂货店购物
餐饮准备
基本家务
晨间常规协助
洗衣

- 由政府健康护理质量管理办公室颁发执照
- 公司护理人员的资格审批及培训接受政府监督，并定期更新。
- 为确保您安全无忧，我们直接和您及您的家人一起努力，并协同您的医生、日间护理机构、养老院和医院做好护理工作。每一步，我们都将和您在一起！

总机：410-358-4415/301-358-1545 (国语、粤语分机号请按2)、手机：443-538-1082

传真：410-358-4417 Email: LCHS.SDMS@gmail.com 汉语、英语、韩语、越语、乌兹别克语、俄语、菲律宾语

巴尔的摩总部：25 Hooks Lane, Suite 200, Pikesville, MD 21208

蒙郡 办公中心：481 N. Fredrick Ave. Suite 215, Gaithersburg MD 20877



日服复合维生素或可减缓老人记忆力下降

哈佛大学科学家开展的一项新研究表明，每天服用复合维生素的老年人在记忆力测试中的表现优于服用安慰剂的老年人。相关研究论文发表于最新一期《美国临床营养学杂志》。

北京《科技日报》23日报道，该研究负责人、哈佛医学院的乔安·曼森称，在她们的研究中，结果相当于将老人的认知衰老减缓了两年，这是非常大的进步。

这项研究旨在了解服用复合维生素或可提取物补充剂是否有助于预防60岁以上人群的心脏病或癌症。一部分参与者接受了记忆力测试，以测量其中任何一种



力测试中的表现略好于服用安慰剂的人。这与在线或电话记忆力测试的结果相符。

研究表明，复合维生素有望成为一种安全且负担得起的策略，保护老年人的记忆能力，减缓认知衰老。不过，目前研究人员尚不清楚复合维生素的哪些成分带来了上述好处。

英国阿斯顿大学医学院注册饮食学家、高级讲师杜安·梅勒指出，由于最新试验不是为了研究记忆效应而设计的，所以需要专门对此开展进一步研究。这并非最终结论，人们仍需谨慎对待。

补充剂是否会带来任何心理影响。在试验中，573名受试者被分为两组，分别服用两种补充剂和安慰剂，这些人在研究开始时和两年后接受了现场记忆测试。结果显示，服用复合维生素的老人在记忆

喝牛奶或降“乳糖不耐”者 II 型糖尿病风险

《自然·代谢》22日发表的一项研究显示，无法产生乳糖酶(非持续产生乳糖酶)的成年人如果增加牛奶摄入，可能使他们罹患 II 型糖尿病(T2D)的风险下降。研究显示，牛奶摄入增加会改变肠道微生物组特定菌种和循环代谢物的水平，这与 II 型糖尿病发病风险降低有关，但这一结果仅在乳糖酶缺乏个体中出现。

北京《科技日报》报道，乳糖酶基因的单核苷酸多态性 rs4988235 基因型决定了一个人成年后是否能持续表达乳糖酶。不能持续产生乳糖酶(GG 基因型)，很多情况下就会出现人们常说的“乳糖不耐”。

阿尔伯特·爱因斯坦医学院、中国苏州大学医学院等机构科学家组成的团队，此次在中位随访时长6年的时间里分析了西班牙裔社区健康研究/拉美裔研究(HCHS/SOL)的12653名受试者的宿主基

因型、肠道微生物组和血液代谢物水平。团队通过两次24小时饮食回顾和一次食物倾向问卷，评估了受试者的牛奶摄入。团队仅在非持续产生乳糖酶的受试者中发现，牛奶摄入每增加一人份(即一杯液体牛奶)，与 II 型糖尿病发病风险降低约30%有关。他们还在英国生物银行(UK Biobank)的16.7172万名受试者中验证了牛奶摄入、乳糖酶基因型和 II 型糖尿病风险之间的关联。

团队在西班牙和拉丁裔队列中发现，牛奶摄入与非持续产生乳糖酶个体肠道菌种丰度的独特改变有关，研究中观察到的双歧杆菌与 II 型糖尿病风险下降有关；牛奶摄入还与非持续产生乳糖酶受试者体内血液代谢物水平的特异性变化有关，如支链氨基酸和色氨酸代谢物的改变，这都被认为与 II 型糖尿病风险降低有关。