

一个看上去文弱而又具艺术气质的女性，却是研究营养免疫学的专家。大型跨国公司丞燕国际机构的董事长陈昭妃 (Jau Fei Chen) 博士，近期在温哥华作了一场有关营养免疫学与健康生活的公开讲座，吸引了近千名关心自己和家人健康的民众参加。讲台上的陈昭妃娓娓道来，仪态优雅，声音谦和而甜美，也让听众对她的科学研究生涯充满了好奇。本报为她做了专访，揭开她从事专业免疫学工作的真实故事。

图文：记者靖莲英



陈昭妃

陈昭妃： 不要和健康博弈

出生于中国台湾，10岁时已随家人移居美国的陈昭妃，在外人眼里是个不折不扣的漂亮小姑娘。父母亲也是按照一个乖女孩的模式来培养她的，5岁就让她学习钢琴，19岁毕业于美国杨百翰大学，26岁获得该校免疫学博士学位，并留在杨百翰大学执教。

喜欢挑战犹如博“老虎机”

记者很好奇陈昭妃这样一个看上去十分“艺术性”的人，为什么会从事相对枯燥的科学研究工作。陈昭妃莞尔一笑：“我文弱的外表下，是一个热爱挑战的心。当我在实验室里做研究和实验时，我的心态和那些等待老虎机跳出一排7的赌博者是一样的，兴奋、紧张、期待、喜悦或失望……而幸运的是，我收获的喜悦多过失望；更加幸运的是，

即使是失望的结果，也不会让我气馁，只能更加激发我的斗志。几十年的研究工作中，我始终保持著两个信条，就是一，永不放弃，二，绝不盲目乐观。”

陈昭妃也不讳言自己小时候本来是想当一个钢琴家的，虽然从小就喜欢钢琴，从5岁就开始了每天不间断的练琴，也一度希望成为一个钢琴家，但进入中学之后的陈昭妃，接触到了除钢琴之外更多的东西。尤其是后来接触了充满奥妙与变幻的化学试验后，陈昭妃觉得这些神奇的化学试验，相比于钢琴，对自己更加有挑战性。于是，她毅然选择了杨百翰大学的医学专业。

在杨百翰大学的微生物和化学试验室里，刚刚16岁的陈昭妃度过不少日子，从最初做刷试管的义工，到成为一个正式助教，她在那里收获了许多快的

乐时光。

天资聪颖的陈昭妃在功课上也从来没有感到过任何困难，而是永远对学习和实验有着浓厚的兴趣。直到今天，当她谈起自己所选择的医学科学研究的时候，神情还是像一个孩子一样地着迷——“那是一种很上瘾的感觉！就像在拉斯维加斯玩老虎机——你永远不知道，哪一次的试验会吐出你想要的结果。而伴随着这种期待的实验过程，永远都不会令我厌倦。”

“夫唱妇随”结良缘

所以，从大学毕业，到研究生、到博士生、到留校任教，陈昭妃一直沉迷于化学试验和研究中。然而，就在这个时候，一个来自上海的青年张瑞康出现了。

张瑞康曾经是上海歌舞团的独唱演员，1984年获杨百翰大学“天才音乐奖”赴该校进修。在声乐系进修期间，在一次校园里举办的歌舞晚会上，张瑞康引吭高歌，给他钢琴伴奏的正是陈昭妃。两个才华横溢的年轻人就这样认识了，并对彼此产生了好感，而且最终结成夫妻。而陈昭妃在结婚后，也从深深迷恋的试验室中走出来，结束了自己的博士课程，也结束了自己的校园生涯，和丈夫一起创办了以自己的科研成果为产品的企业——丞燕国际机构，这是一家草本植物供应及食品制造公司。

现在的丞燕国际机构在新加坡和中国上海都设有生产基地，陈昭妃也会经常穿梭于美国、新加坡和上海之间。身为一个成功的企业家和科学家，陈昭妃最为自豪的却是自己作为母亲的身份。陈昭妃夫妇有两女一子，大女儿在大学

里学的是医学，小女儿则是学商业，最小的儿子还在念中学。

对于孩子们的期望，陈昭妃的要求是：“有一份自己热爱的工作就可以。这样他(她)就会很有兴趣，而做自己感兴趣的事，就会很快乐。而一个快乐的人是会影响她周围的人，给大家带来生活的欢乐。”

拥有健康最重要

对于一个人，在一生中最重要的是什么，陈昭妃的回答是“拥有健康”。因为“拥有健康，也就拥有了快乐、幸福的生活”。

而健康、快乐的生活正是陈昭妃的研究所要提供给普通大众的。

陈昭妃相信，任何的科学研究，其目的都是为了为人所用。然而，有的时候，不能正确地使用科学研究的结果，会令我们的生活走进不健康的误区。比如，一个橘子和一瓶维生素C丸，到底应该吃哪一个呢？很显然，由人制造的维生素C，营养和保健功能是没有办法和自然种出来的橘子相比；但是总有一些怕麻烦的人，宁可吃维生素C而不吃橘子。此外，当一个人在悲观或思念时，身体会分泌一种荷尔蒙，而这种物质会在30分钟内，使人的免疫能力比平时下降100倍。而快乐的心情，则有利于提高人的免疫能力。

陈昭妃还认为，人们在健康运动时的流汗，有着排泄不良荷尔蒙，从而达到释放人体免疫压力的作用。而保持充分的休息，则有利于人体免疫功能的恢复。

她说，这样的一些生活小节，对于我们拥有快乐的生活，非常重要。

改变人生的一次探访

早期的陈昭妃是致力于癌症的药物治疗研究的，而一次偶然的机，就改变了她一生的研究方向。

那一次，她到病房去探视一位年轻的女病人。在病房门口，她看到她三个年幼的孩子在妈妈身边开心地玩耍，而那位患了癌症的妈妈则背对着门口忙著自己的事情。陈昭妃奇怪地走过去问她“在做什么？”这位母亲抬起头，对她说：“我在录音。那一盘——是给我的儿子毕业时听的，这一盘——给我女儿结婚时听……”离开病房之后的陈昭妃想到这位母亲肯定是活不到参加她儿子的毕业典礼

或为自己的女儿披上婚纱了，那么医疗的作用何在呢？

这个时时折磨著陈昭妃的问题，促使陈昭妃最终将自己的研究方向从治疗转向了预防。虽然到今天为止，人们仍然没有找到治疗癌症的良方，但人们能不能通过有效的方法，尽量降少或避免得癌症呢？

于是，从那以后，陈昭妃义无反顾地开始了一门新兴学科的研究——营养免疫学——提高身体的免疫功能，拒绝癌症。通俗地说，就是研究如何通过饮食提高人体的健康素质，从而预防或者避免得到癌症。