

香港哮喘會 2009/10 年報

主席的話

各位哮喘會朋友,大家好!

本會1989年成立至今,轉瞬邁步進入第22個年頭。衷心感謝眾執委、顧問、會員、義工及所有合作夥伴的積極支持,讓會務得以延續及提昇。

在這年度最值得興奮的事情,莫過於本會正式遷入油麻地上海街新會址,相比從前的辦公室,新會址的設施更完善,空間更寬敞,能彈性舉辦不同活動如護理課程、工作坊、興趣班及新聞發佈會等。由於新會址鄰近港鐵站及彌敦道,會員朋友到訪及參加活動就更加方便。藉此再次感謝地政總署及利銘澤黃瑤璧慈善基金的支持與贊助。

今年本會亦有其他突破性的工作,如首次舉辦成人及親子水療班,鼓勵病人持續運動改善心肺功能; 初次透過電視頻道向市民推廣哮喘控制測試,務求喚起病人對自行監察病情的關注;更與環保團體如「香 港對抗氣候變化聯盟」及「健康空氣行動」合作推動綠色議題,促請政府關注氣候變化及空氣污染對哮喘 病人及市民健康的負面影響。

為繼續服務更多有需要的朋友,義工團隊是本會的重要支持。感恩看見越來越多年青人參與本會工作, 我們來年將銳意栽培更多新力軍,深盼您也加入我們的義工行列,發揮才能,承傳本會使命,共同建立一 個互相關懷的社會。願共勉之!

香港哮喘會主席 譚一翔醫生





教育活動

坊間普遍對哮喘病或過敏症存有錯誤的理解。本會定期舉行專題講座、護理課程及舉辦各種教育活動,期望為病友及家屬提供正確的病理知識;而公眾人士也可更了解哮喘病友及過敏症人士,消除歧視及誤解。

哮喘護理課程 成人及兒童組 (09年4至6月)

本會作為病人自助組織,定期舉行不同專題的護理課程,邀請醫生、姑娘、物理治療師及病友分享護理秘訣。經講解後,參加者大多釋去疑慮,對控制病情更有信心。

哮喘與鼻敏感護理課程 基礎及推階班 (09年9至11月)

香港一半市民受鼻敏感困擾,同時患有哮喘亦不足為奇。本會透過此課程讓學員認識哮喘和鼻敏感藥物 及治療方法、各類致敏原及疾病成因、日常護理技巧及運動秘訣,減低病發機會。學員也可彼此分享經 驗,共建支援網絡。

親子水療班 (09年11月)

水療班是本會的新課程,旨在利用水的浮力和阻力,配合浮泡器材進行水中運動,讓學員嘗試在陸上較難做到的活動,以改善肌肉力量、提升身體協調能力、訓練平衡及鍛練心肺功能。







專題講座

本會非常願意協助學校及團體籌辦專題健康講座,與參加者一同探討各類過敏症如哮喘、鼻敏感、濕疹及食物過敏等,由專科醫生主講,讓大眾及病人增加相關知識,消除謬誤,減低困擾。

「認識哮喘」培僑書院 (09年5月)

- 「長者與哮喘」瑞和街圖書館(09年11月)
- 「過敏症是甚麼」牛頭角圖書館(09年11月)
- 「哮喘及鼻敏感」慕德中學(09年12月)
- 「食物敏感講座」與香港過敏協會合辦 (09年12月)
- 「鼻敏感與哮喘多面睇」生活晴報 (10年3月)



哮喘用藥工作坊 (10年3月)

為了令哮喘病人全面認識他們服用的藥物,本會藉工作坊詳細介紹各類抗炎藥物、舒緩藥物及混合式藥物的功效,提醒病人不要貪圖方便,只使用長效氣管舒張劑(LABA)對付哮喘,更不應因個人喜好隨意加減藥物,免增入院及死亡風險。







提倡健康生活之攤位遊戲

本會樂意為學校及地區中心組織健康攤位,義工會為大家示範如何使用最高流速計監測肺功能;亦會設計與生活息息相關如空氣污染及致敏源等趣味性攤位,藉遊戲鼓勵大家留意周遭生活環境對健康的影響。

家晴軒「同心抗逆嘉年華」(09年6月)

家晴軒「家。添溫暖嘉年華會」(09年10月)

浸會愛羣社會服務處麗瑤長者鄰舍中心「耆『青』穿梭二十載。『荃』心『葵』手展未來」(09年12月) 大埔區小學校長會「建構健康生活」(10年1月)





百4

政策倡導

本會重視教育工作,亦關注病人福利及綠色議題。本港不少政策長遠影響市民及病人健康,因此本會有責任要求政府於立法及執法時,需顧及市民及長期病患者,特別是慢性呼吸道疾病及阳塞肺病患者的需要。

集結力量推動綠色議題

本會於去年成為「香港對抗氣候變化聯盟」及「健康空氣行動」支持團體,願意一同集合市民聲音和力量,促請政府正視氣候變化及空氣污染危機為哮喘病人及市民健康帶來的負面影響。







新聞發佈會

世界關懷哮喘日-控制哮喘由清新開始 (09年5月)

要求政府正視日益惡化的空氣質素,提高空氣質素指標以保障市民健康,以免付上沉重的醫療代價。

錯用哮喘藥添死亡風險 - 哮喘病人不要單獨使用長效氣管舒張劑 (10年3月)

回應衛生署於2月19日發出有關長效氣管舒張劑公告,提醒哮喘患者應先使用吸入式類固醇作長期預防藥物,若未能控制病情,在醫生建議下才可額外加上長效氣管舒張劑。若病情受控,便應逐步減少使用。







其他新聞回應

回應哮喘病人於游泳時懷疑哮喘發作險遇溺 (09年6月)

回應台灣青年長服類固醇致關節骨壞死之報導市民用藥應先諮詢醫生(09年7月)

回應「救護車調派三級制」諮詢文件(09年8月)

回應「香港空氣質素指標」諮詢文件(09年11月)

香港哮喘會籲哮喘患者在跑馬拉松前作好準備 (10年2月)

空氣污染「爆燈」哮喘會呼籲病人留意身體狀況 減少室外活動 (10年3月)

新會址成立暨廿周年誌慶

在本會成立20周年之際,新會址正式落成啟用,大家都為此感到興奮。09年12月19日開幕禮當日,承蒙香港特別行政區食物及衛生局副局長梁卓偉教授及「利銘澤黃瑤璧慈善基金」代表利敦仁先生擔任主禮嘉賓。當日出席嘉賓及會員人數近150人,並有義工及熱心人士作愛心義賣,大家踴躍支持,為聚會添上不少歡樂。







會員活動

本會舉辦多元化的康體活動,讓一群面對共同考驗的朋友可以定期見面,既可鍛鍊身體,亦可 互相鼓勵,積極面對困難,令生活更有滿足感並樂於接受挑戰。







義工活動

本會現有近30名中堅義工,有新加入的年輕義工,亦有服務超過15年的資深義工,無分彼此, 一同努力分擔會務。

義工會議

每月定期舉行的義工會議可讓義工了解本會方向及活動,除可安排時間參與其中,更可提出合適建 議,讓本會繼續開拓多元化的服務。

賣旗日籌備工作(09年4月-5月)

賣旗日預備功夫既繁複又瑣碎,極需義工配合和支持。賣旗前數月,眾義工 已忙著寄信,整理旗袋及安排旗站運作等,賣旗日的成功實在有賴他們無私 的奉獻。



義工新春聚餐 (10年1月)

為答謝義工一年來的鼎力支持,本會於農曆新年期間舉行慰勞宴聯誼一番。







籌款活動

本會乃非牟利的慈善團體,除了獲社署不定額資助外,其他經費主要來自公眾捐款。為持續推行各項教育活動及營運病人資源中心,每年需努力向外籌募經費。



九龍區賣旗日 (09年5月)

本活動共籌得善款逾41萬元。感謝賣旗委員會、本會會員及義工、各界好友鼎力支持,及本港市民慷慨解囊,雖然在金融海嘯的陰霾下,仍然取得不俗的成績。

毅力12愛心跑 籌款活動 (09年12月)

體壇盛事「毅力12愛心跑」籌款活動於沙田源禾路運動場順利進行,本會非常榮幸可以 聯同精英運動員慈善基金及再生會成為受惠機構。本會參賽隊員包括執委陳沛田副主 席、鄭漢華,職員及其家屬,好友等,加上主席譚一翔醫生、執委陳麟書到場打氣,令 隊員鼓舞非常。





第二屆慈善高爾夫球日(10年1月)

這是本會第二次在內地惠州舉行慈善高爾夫球日,當天風和日麗,非常適合各高爾夫球好手一較高下。活動能順利完成,除有賴各贊助商及熱心人士慷慨解囊外, 120名高爾夫球好手抽空參與更是關鍵。是次活動共籌得逾100萬元。

出版及資訊

會訊

本年度分別在09年7月、10月及10年3月出版會訊,免費派送予本會會員、 醫學顧問、全港幼稚園、小學及中學、病人自助組織、合作夥伴、醫院、 診所及圖書館等。

網上平台

本會透過網頁、e-News及 facebook,將最新動向及教育資訊發放與會員及合作夥伴,而大家亦可利用此渠道向我們反映意見,互相交流。

熱線服務

在過去一年,逾400名市民曾致電向本會查詢有關哮喘病的資料,本會職員細心解答之餘,也為他們寄上合用的教育單張,並鼓勵他們參加護理課程,提高對此病的認識。

控制哮喘零病癥教育影碟 第二輯 哮喘詞典廣告 廿載情特刊



服務摘要

活動性質	活動數目	受惠人次	參與義工人次
會員互助小組/分享會	55	410	76
公眾教育/新聞發佈	6	400,000	9
健康講座/護理課程	16	424	30
合辦活動	27	1,595	43
義工訓練/會議	11	75	110
社交及康樂活動	7	179	18
興趣班/運動班	6	32	5
教育資訊	_	40,500	80
熱線服務	_	427	_
總數	128	443,642	371



簡史

香港哮喘會於1989年7月28日成立,乃非牟利及非政府資助的病人自助組織。本會成立初期,主要由一群 熱心的胸肺科專科醫生、兒科專科醫生和哮喘病人擔任義工,拓展哮喘病友支援服務。會址位於橫頭磡 香港復康會內,主要服務包括舉辦病理講座和出版載有哮喘護理常識的會訊。本會長久以來獲得「香港 胸肺學會」和「香兒童呼吸病學會」的支持,委派胸肺科及兒科醫生至本會出任醫學顧問,為本會提供 專業意見。

鑑於哮喘亦為敏感症的一種,為關顧更多過敏症病人和照顧者的需要,本會自2004年開始提供過敏症支援服務,透過舉辦過敏症護理課程,包括濕疹、過敏性鼻炎、食物敏感等,提升病人和照顧者對病理的認識和護理技巧。2009年,本會在地政總署及「利銘澤黃瑤璧慈善基金」幫忙下,於油麻地上海街402號成立全新病人資源中心,為病人及家屬提供更見貼身及多樣化服務。

宗旨

香港哮喘會成立乃為協助哮喘患者及過敏症人士過正常人的生活,透過多元化病友支援服務,增進病友、家屬和市民認識病症成因及預防方法,並建立相互支援網絡,發揮會友間的互助精神。

服務對象

哮喘及禍敏症病友與家屬

日標



為病友舉辦健康講座、工作坊、研討會等教育活動,增加護理知識 為會員提供溝通平台,彼此分享,互相支援 定期舉行康體及社交活動,擴闊生活圈子,促進身心健康 倡導市民大眾對此病的認識與關懷 關注病人福利及綠色議題,爭取合理權益

2008-2010年度 執行委員會

主席 副主席 義務司庫 義務秘書 委員 譚一翔 陳沛田 黃文熙 陳永佳

陳 駿 陳麟書 陳艷媚 鄭漢華 鍾瑞祥 古惠珊 李孟進 勞琛琛 馬維德 吳詠思



小組委員會

教育委員會

主席 陳沛田

委員 陳艷媚 勞琛琛

會員關係委員會

主席 鄭漢華

委員 陳 駿 鍾瑞祥

專業關係委員會

主席 古惠珊

委員 譚一翔

出版委員會

主席 李孟進

委員 陳永佳 吳詠思

資訊科技委員會

主席 鍾瑞祥

新會址委員會

主席 譚一翔

委員 陳永佳 陳沛田

陳 駿 陳麟書

鄭漢華

内務委員會

主席 鄭漢華

委員 陳麟書 勞琛琛

合作社委員會

主席 吳詠思

委員 陳 駿 陳永佳

鄭漢華 鍾瑞祥

郭志豪 譚一翔

運動委員會

主席 陳沛田

陳念慈 馬維德

財政及籌款委員會

主席 黄文熙

委員 馬維德

籌款委員會

主席 馬維德

賣旗籌款委員會

主席 黃文熙

委員 陳麟書 陳永佳

鄭漢華 鍾瑞祥

吳詠思

慈善哥爾夫日籌款委員會

主席 馬維德

委員 陳 亮 陳文傑

郭志豪 梁衍德 吳詠思 黃文熙

黃志聖 譚一翔

胡潤泰

20周年活動委員會

主席 勞琛琛 吳詠思

委員 陳麟書 陳永佳

鍾瑞祥 譚一翔

20周年紀念特刊委員會

主席 李孟進

編輯 陳永佳 吳詠思

陳藝然 招啟謙

宋子傑

義務法律顧問 布逸庭先生 (Mr. David Brettell)

核數師 高明會計事務所





醫學顧問

香港胸肺學會

古惠珊醫生 朱頌明醫生 何重文醫生 何湘霜醫生 利知行醫生 易國生醫生 林 冰醫生 林志良醫生 陳偉文醫生 黃慕蓮醫生 盧浩然醫生 譚卓賢醫生

香港兒童呼吸病學會

吳國強醫生 周建偉醫生 周笑顏醫生 周博裕醫生 林 萍醫生 梁廷勳醫生 陳麗霞醫生 黃達剛醫生 趙華強醫生 劉家輝醫生 繆定逸醫生 韓錦倫醫生

榮譽顧問

余字紹醫牛 利知行醫生 李大拔教授 李惠兒小姐 唐慧貞小姐 梁宗存醫生 梁慧思註冊營養師 莊慧敏小姐 郭志豪先生 郭錦恩小姐 陳兆麟醫牛 陳念慈小姐 陳 亮醫生 黃德如註冊中醫師 楊國晉先生 羅志顯先生 (Mr. lain Roberts) 劉慕儀博士 蘇周豔屏太平紳士 蘇鈞堂醫生

同工

陳藝然 中心主任



今年是本人加入哮喘會的第二個年頭,負責行政、出版、聯絡及推廣等工作。由於過去專注從事市場策劃的工作,對我來說,病人自助組織的服務是一個全新的領域。有幸得到眾執委及義工提點,讓我漸漸領略到組織可愛及寶貴的地方。現正兼讀社工碩士課程,希望裝備自己,學以致用,與大家一同推動組織工作,繼續關注哮喘及過敏人士福祉。

招啟謙 活動主任

不經不覺加入哮喘會已經10個月了,期間感受到病友的樂觀態度,積極面對哮喘及各樣過敏症;而義工的主動和投入,也令我這個哮喘患者(小時候)深受感動。我會繼續努力籌備多樣化的教育及籌款活動,期待您們的支持。





宋子傑 活動幹事

我加入哮喘會已經差不多**7**年了,主要工作是負責籌辦各類會員活動及處理中心的前線工作。您認識我嗎?有沒有跟過我到郊外行山?有沒有與我一起去夜釣墨魚?如果您想鍛鍊好身體,就要記得參加我們為你準備的康體活動了。

阮紹嫺 會計文員

2003年開始我便在這裡兼職處理會計工作,若有特別活動如賣旗日及慈善高爾夫球日,您也會找到我的蹤影。過去數年,我學習到豐富的哮喘護理知識,當身邊朋友對哮喘病有疑惑時,也會藉機與他們分享。我很喜歡這份工作,同事都非常親切,在這裡可體會到什麼是團隊精神。





鳴謝

政府及公共部門

地政總署

油尖旺民政事務處 社會福利署 香港公共圖書館 香港房屋協會

香港房屋委員會

衛生福利及食物局

醫院管理局

專科醫學會

香港兒童呼吸病學會 香港胸肺學會

醫護機構

伊利沙伯醫院

東區尤德夫人那打素醫院 廣華醫院

教育機構

大埔小學校長會 培僑書院

港澳信義會慕德中學

非政府機構/慈善團體

中華基督教會香港區會家晴軒 利銘澤黃瑤璧慈善基金

香港善導會

香港過敏協會

香港復康會

香港對抗氣候變化聯盟

香港精英運動員協會

浸會愛羣麗瑤長者鄰舍中心

病人互助組織聯盟

健康空氣行動

救世車港澳軍區

義務工作發展局

義務講員

王佩儀姑娘

列碧琪姑娘

何湘霜醫生

林 冰醫生

徐向前先生

梁卓華醫生

梁宗存醫生

梁慧思註冊營養師

陳永佳先生

黄慧恆姑娘

黄德如註冊中醫師

鄔揚源醫生 趙華強醫生

蔡靜雯姑娘

鄭漢華先生

黎秀慧姑娘

盧浩然醫生

鍾秉浩先生

譚一翔醫生

2009九龍區賣旗日參與學校及機構

大埔禮腎會幼稚園

中華基督教會何福堂中學

中華基督教會深愛堂幼稚園

中華基督教會銘基書院

中華基督教會燕京書院

中華基督教會灣仔堂基道小學(九龍城)

五百中學

五邑司徒浩中學

天主教佑華小學

天主教普照中學

世界龍岡學校劉皇發中學

民生書院

石籬天主教中學

何明華會督銀禧中學

余振強紀念中學

佛教榮茵學校

宏福中英文幼稚園

明華賢毅社

東華三院服務中心

青年協會(農圃道青年空間)

青年學院 (蘇屋)

威爾斯醫院 肺功能檢驗室

美國國際學校

美國默沙東藥廠有限公司

香港四邑商工總會黃隸珊紀念中學

香港布廠商會朱石麟中學

香港業餘武術協會

香港遊樂場協會

香港管理專業協會李國寶中學

基智中學

將軍澳香島中學

崇真會白田美善幼稚園

康傑中英文幼稚園暨幼兒中心

陸趙鈞鴻教育基金

喇沙書院

港青基信書院

奧克蘭大學香港校友會

義務工作發展局

聖公會基孝中學 聖公會諸聖中學

聖母小學

聖安當女書院

聖傑靈女子中學

瑪利諾神父教會學校

德貞女子中學 德愛中學

樂協社

禮賢會彭學高紀念學校

麗澤中學

觀塘區家長教師會聯會有限公司

AIA Company (Bermuda) Ltd.

Amway Hong Kong Ltd.

Billion Sun Ltd.

Diagnostix Medical Centre Ltd.

Fung Sun Enterprises Ltd.

Giant Fortune Ltd.

Healthy Yield Development Ltd.

Kong Target Ltd.

Prosperity Medical Consultant Ltd. **Topstand Insurance Agency**

第二屆慈善高爾夫球日贊助人

顧明均先生

余字招醫生

郭志豪先生

陳 亮醫生

Dr. Clement Ho

Mr. Chark Yee Chan Mr. Charles C.P. Hui

Mr. Jason Hon

Mr. and Mrs. Siu Fai Ng

Mrs. Yim Ping So-Chau, BBS, JP

愛心大使

郭錦恩小姐

商業機構

TCL通常科技控股有限公司

中國惠州棕櫚島高爾夫球會

天星小輪有限公司

企豪發展有限公司 尚健醫療器材公司

東方表行集團有限公司

東亞銀行有限公司

阿斯利康(香港)有限公司

美國安利(香港)日用品有限公司

美國默沙東藥廠有限公司

香港上海匯豐銀行有限公司

港鐵公司 雅各臣藥業(香港)有限公司

葛蘭素史克有限公司

德雋會計師事務所

BioEm Blanc de Chine

Cetaphil

EA Sports

EagleTec

Golf Magazine

HKTDC Design Gallery

Juice PLUS

LUHW Lautenschlager

MacGregor Miele (Hong Kong) Ltd.

Mission Hills Mustela

OGIO

Prince Jewellery & Watch

Promise Land

Sino-Asia The Estate Winery

VT

Whampoa Garden Management Ltd.

Wilson Parking Ltd.

Zung Fu Company Limited

在此亦多謝傳媒朋友協助報導哮喘及過敏 症健康教育活動,特此鳴謝。



不論您是病人、家屬、學生、在職或退休人士、 都歡迎加入我們的義工團隊,同為哮喘病及過敏症 教育工作出一分力!

您們無私的付出 默默耕耘的精神 我們收到了 謝謝您!

哮喘會義工

方淑華 包禮儀 甘玉嬋 佘燕芳 余全基 余袁慧儀 吳妙雲 吳關勝 李婉娥 李惠心 李惠娟 李綺輝 林少芳 林秀玲 周耀輝 林少芳 林秀玲 禄美鳳 梁冠邦 林麗芬 梁愛文馨 彭慧盈 東潔芳 麥文馨 彭慧盈 黄瑞玲 賴雪影 譚燕華 關展鏗 關潤青

聯絡我們

地址 香港九龍油麻地上海街 402 號地下

電話 2895 6502 傳真 2711 0119

網址 www.hkasthma.org.hk 電郵 hkas@hkasthma.org.hk

病人資源中心開放時間

星期一至五 上午 9:30 - 下午 5:30 星期六 上午 9:30 - 下午 4:30