

香港哮喘會通訊

一九九八年十二月號第三十七期季刊

THE HONG KONG ASTHMA SOCIETY NEWSLETTER

Dec 98 VOL-37



香港哮喘會

七姊妹郵政信箱60397號

電話：2895 6502

傳真：2711 0119

香港哮喘會 是一個非牟利團體，目的是向病人及家屬灌輸正確預防及護理哮喘病的常識。會員將定期收到本會編印的季刊及活動單張，並可以優先報名參加本會舉辦各項之康樂活動、醫學講座及自助小組活動。此外，會員亦享有福利，以特價購買季刊內列出之輔助儀器。

香港哮喘會會員申請表

姓名：_____ 先生 / 小姐 / 太太

性別：_____ 年齡：_____ 身份証號碼：_____

地址：_____

電話：(住) _____ (辦) _____

※請於適當之方格內加上✓號

※本人是 ☐ 患有哮喘 ☐ 患有哮喘者之親屬 _____ 關係(請列明) ☐ 其他 _____

※教育水平 ☐ 小學 ☐ 中學 ☐ 大學或以上

※本人願意加入哮喘會的義工工作

本人願意協助以下義務工作 ☐ 編輯 ☐ 籌辦活動 ☐ 郵遞通訊

☐ 其他(請列明) _____

本人可抽空擔任義工的時間為(請列明) _____

新會員注意：

一月至九月入會者，會費將於該年底屆滿。

十月至十二月入會者，會費將於翌年底屆滿。

簽名：_____ 日期：_____

請填妥以上表格連同劃線支票港幣五十元支付“香港哮喘會有限公司”寄回香港七姊妹郵政信箱60397號。

如欲成為永久會員，可一次過支付二百五十元

優惠會員服務

香港哮喘會為會員提供多方面的服務，現從外國訂購了一批適合哮喘病人所用的儀器，以特價出售給會員。

有意訂購者可聯絡永安公司

1) 尖沙咀麼地道六十二號經理室

電話：2723 2211 陳潔梅小姐 黃碧華小姐(店務襄理)

2) 太古城分行馬家樑先生或司徒巧雲小姐

電話：2885 7588

安排取貨。會員每人每年只限訂購各式用品一次。

霧化水劑藥物用之氣泵	Medication Compressor	HK \$ 1,400
霧化器	Nebuhaler	HK \$ 40
儲霧器	Volumatic	HK \$ 40
小兒噴霧助吸器	Paediatric Acrochamber	HK \$ 110
最高流速計	Peak flow meter (1) Mini-Wright	HK \$ 130
	(2) Breath-Taker	HK \$ 150

編者的話

世界關懷哮喘日終於完滿結束，並得各方幫助達致最大效果，使更多哮喘病人受惠及將預防及治療哮喘知識廣為傳揚。

本刊今期內容豐富，有世界關懷哮喘同樂日，也有劉千石專訪，請留意焦點人物醫生按語醫生對病人服用中藥的意見。

而當選十大傑出哮喘學生心聲，將由下期起每期刊登2-3位同學心聲，敬請留意，並請各會員支持本會各項活動及2000年1月29日賣旗籌款日。

目錄	3
世界關懷哮喘日——幫助我們的兒童呼吸	4-7
1998全港傑出哮喘學生（第一屆）	6-7
醫學專題——類固醇與兒童的成長	8-9
香港哮喘會義工參加表格	9
焦點人物——永不言倦劉千石	10-11
活動預告	11
知多一點點	12-13
活動花絮	13
希琪家庭	14
香港哮喘會贊助人名單及贊助表格	15

執行委員會

名譽會長：郭志豪

主席：陳乃圭

秘書：陳永佳

財務：李簡敏儀

名譽法律顧問：孖士打律師樓

名譽會計師：摩斯倫會計師事務所

執行委員：蘇鈞堂、楊國晉、李志超、
李君達、鄭漢華、賴奇偉、
陳麟書、黃傳發、陳艷媚

編輯：陳乃圭、陳麟書、蘇鈞堂、
陳婉儀、尹婉萍、羅淑貞、
梁小芬、魏玉嫻、符玉珍

插圖：林德昇、鄧志豪

翻譯：伍黃穗儀

繳交會費通知

99年之會費已到期繳交，請儘快填妥以下表格，連同有關續會費劃線支票，寄回香港哮喘會，七姊妹郵政信箱60397號，以辦理九九年之會籍事宜。支票抬頭請寫「香港哮喘會有限公司」，會員年費五十元正，永久會員年費二百五十元正。

未有開設支票戶口之會員，可由即日起，往九龍橫頭磡邨宏禮樓地下香港哮喘會辦事處繳付現金會費，可獲發回收據，會員亦可將會費存入本會恆生銀行戶口262-280886-001，並記緊寄回銀行收據給哮喘會會址，收據背面請清楚書寫姓名、會員編號、年齡、電話、地址，以便本會發回正式之收據及寄發新會員証。

姓名：_____

會員編號：_____ 年齡_____

電話：(住)_____

(辦)_____

地址：_____

查詢詳情，請電2895 6502與本會職員聯絡



七姊妹郵政信箱60397號
電話：2895 6502
傳真：2711 0119



世界關懷

羅淑貞

今年的「同樂日」於十二月六日下午在尖沙咀文化中心露天廣場舉行，吸引了大批市民圍觀及參與，你是否其中的一份子？今年的主題是什麼？答對了，是「幫助我們的兒童呼吸」。

為響應世界衛生組織(WHO)訂定的「世界關懷哮喘日」，香港哮喘會舉辦的同樂日亦以兒童為主題，設計了多項活動。是日下午二時，香港輔助警察風笛隊以柔揚的樂韻，揭開了「同樂日」的序幕，亦令會場的氣氛熾熱起來。

在四週密麻麻的市民圍觀下，各主禮嘉賓上台就座，而香港哮喘會主席陳乃圭醫生、同樂日籌委會主席陳麟書先生、和主禮嘉賓衛生署助理署長(個人衛生事務)陳慧敏醫生分別致詞；剪綵儀式後，接連而來的是內容豐富的節目。

楊寶玲小姐和李麗蕊小姐為同樂日的司儀，在她們的引介下，表演者為市民獻上精采的節目。曾任香港哮喘會季刊封面焦點人物的杜德偉先生和李樂詩小姐亦到場與市民分享心聲和表演歌舞。杜德偉和伴舞員的勁歌熱舞，令帶有絲絲涼意的海傍頓時溫度上升，強勁的音樂和節奏，也使觀眾精神一振。李樂詩小姐的名曲「真情」和「感動你」，娓娓動聽，不少在座者也隨著音樂輕歌一曲。

除了表演節目外，「全港傑出哮喘學生獎勵計劃」亦於是日頒獎。中、小



開幕禮主禮嘉賓剪綵（左起：杜德偉先生、賴奇偉教授、陳慧敏醫生、陳乃圭醫生、梁智鴻醫生、陳麟書先生、李樂詩小姐）



尖沙咀文化中心廣場人山人海地欣賞世界關懷哮喘同樂日表演



司儀楊寶玲小姐簡介世界關懷哮喘日活動主旨及介紹主禮嘉賓



香港哮喘會主席陳乃圭醫生致詞



香港輔助警察風笛隊美妙的音樂表演



主禮嘉賓衛生署助理署長(個人衛生事務)陳慧敏醫生致詞



「全港傑出哮喘學生獎勵計劃」得獎學生

哮喘日同樂日

學組各有五名得獎者，他們不因哮喘病而輕言放棄學業和課餘活動，更在學業或活動中爭取到優異成績，表現突出，實是哮喘病學童的好榜樣。

為切合大會主題，籌委會亦邀來眾多小朋友，一顯身手。藍田靈糧幼稚園的小朋友可愛天真，以舞蹈形式表達主題「我在這裡讚美」；陳真真小妹妹獨奏古箏，餘音裊裊；屯門新一代英文幼稚園演出話劇「希琪家族」，小朋友皆精靈活潑，令香港哮喘會季刊中的漫畫人物活現人前；陳以誠醫生及醫生叔叔愛健兒童合唱團以歌會友，用歌聲表達大會的主題，深受在場的小朋友歡迎。

穿插在各項表演中的是「名人呼籲」環節，司儀李麗蕊小姐以輕鬆的對話形式，與名人暢談有關哮喘病的問題，並抒發對這病的關注和感受，其中許愿先生更以自己患有哮喘病的經歷與市民分享，又呼籲大家要珍惜身體健康，及指出保持美好生活環境的重要性，深得在場者的贊同。

為了令現場觀眾更投入各項節目，大會又安排了有獎問答遊戲，及「最新治療哮喘方法及藥物」講座，使市民認

識治療哮喘病的研究和成果，提醒人們注視世界各地兒童哮喘病的發病情況和嚴重性。

其他即場活動包括攤位遊戲和教育展覽，吸引了不少市民參加。「同樂日」於是日下午五時完滿結束，與會的市民皆表示對香港哮喘會的工作認同和支持，各項節目亦能提高市民對哮喘病的認識和關注。若你錯過了今年的「同樂日」，記緊

明年要多留意我們的宣傳資料。香港哮喘會年中也舉辦不少講座、教育展覽、康樂活動及患者自助小組等，藉以提高市民對哮喘病的認識，和促進病患者的溝通和社交生活。讀者們請密切留意季刊的內容和報導，或致電香港哮喘會2895 6502查詢，我們十分歡迎您參加各式活動或成為義工團的一份子！



司儀李麗蕊訪問李樂詩幼時患哮喘病的情況



寇鴻萍小姐鼓勵哮喘患者積極面對人生



歌星李樂詩用優美歌聲唱出「真情」



演藝界多名美女對關懷哮喘病作出呼籲



李麗蕊、楊寶玲兩位司儀訪問杜德偉有關哮喘病對他的影響



趙曾學韜女士說出作為母親如何面對哮喘病子女



藍田靈糧幼稚園表演舞蹈



歌星杜德偉雖然有哮喘病，但仍能用勁歌及勁舞表演



司儀李麗蕊訪問許愿先生有關他患哮喘病的經歷



陳真真小朋友古箏獨奏

符玉珍

雖然「世界關懷哮喘同樂日」已完滿結束，對「幫助我們的兒童呼吸」達到一定的宣傳效果。不只香港文化中心露天廣場一角，多份報章及電視台，亦有詳細刊登和報導這次活動，達到全港廣泛宣傳。以下是我當日在場摘錄：



屯門新一代英文幼稚園表演話劇

一位讀K2天真活潑邱姓的小朋友，手拿著一杯冰凍的飲品，是「扭計」的勝利品。正在聚精會神地欣賞新一代英文幼稚園在台上的表演，汽車造成的廢氣對環境的污染，動物的毛及公仔等產生塵埃蟻，飲食習慣.....都會引發哮喘病發。邱媽媽一面旁述講解一面教育孩子不要飲凍汽水，小朋友很自願地把凍品交還母親。聽邱太說：兒子昨天才病發過，是家族遺傳。今天特帶兒子來



「希琪家族」的希希活現觀眾眼前

參加這次活動，藉著小朋友與小朋友的關係，比成人的教導更具成效呢。

黃老太已七十多歲，身體壯健，是位標準明星迷。患哮喘數十年，隨身攜帶藍色噴劑和紫色的藥丸，一直控制得宜。還當上義工教普通話，她以普通話與我交談。據云，兒子也是哮喘病患者，已大學畢業，從事高級電腦工作者。今天她特來參加同樂日，除欣賞歌星表演之餘，最開心能與張瑪莉小姐合



話劇帶出兒童如何戰勝哮喘

「哮喘病也可以得獎？」

羅淑貞

對。但得到獎勵的不是因為參選者患有哮喘，而是他們對生活的正面和積極態度，不會因哮喘病帶來的不便而減少。他們樂意參與日常的校內校外活動，更在不同的項目中，取得優異成績，令生活更添姿采。

由於參加是次選舉的中、小學生甚眾，評審團選取了部份學生，參加十一月十四日的面試。是日早上，筆者懷著愉快的心情到達會場，準備與部份面試者和家長閒聊，「八卦」一番。心裡正盤算著面試者的素質，香港哮喘會行政主任梁小姐便交來厚厚的一堆資料。正如所料，評審團將面對難度甚高的選擇，因獲邀面試者皆在各式活動或品學方面有突出的表現。

學校方面對是次選舉積極回應，踴躍提名。雖然面試日是星期六早上，但部份老師放棄了休息的機會，陪同參選的學生到來面試。其中一位同學更告訴筆者，校方為預防校內一棵大樹開花時令她哮喘病發，把那大樹砍掉了。

筆者與家長閒聊時，深深體會到父母對子女的關懷和支持。他們鼓勵子女多參與活動，以增強體魄，又和子女並肩應付哮喘病引發的問題，令子女也能輕鬆的面對病情。

至於參加面試的學生，無論年紀大小，都是淡定自然，對答如流，對自己的病況有一定的認識，談及嚴重的病情和哮喘發作的情況，也沒有流露任何懼怕或畏縮。也許閒聊時的氣氛較輕鬆，因此小學組的面試者多是笑口常開，甚樂意與筆者傾談。當然，小孩子偶爾也流露出不能吃冰淇淋，飲

冰凍汽水的無奈，但他們都知道不能過度吃生冷食物的原因，並表示理解和接受。據筆者所知所見，是次的中、小學組參選者，都是動靜皆宜，在多項活動中，例如游泳、音樂、繪畫、朗誦等和學業上，更取得優異成績。至於面試時的心情，他們都表示會盡力而為，不論得失，因為得到學校的提名，已是一種鼓勵，而面試的機會則更是難得。他們都希望能藉著這機會，從中學習，增廣見識。

為了參加是次選舉。部份學生製作了整齊精美的個人資料冊，更附上他們的「心聲」，編輯部決定將其中一些文章刊於下期的季刊內。若想知道參選者對患上哮喘病的感受，便要留意下期的內容。



「全港傑出哮喘學生獎勵計劃」評審團：（右起）教育署高級督學余成業先生、衛生署胸肺科顧問醫生譚卓明醫生、立法會議員梁智鴻醫生、香港哮喘會主席陳乃圭醫生

照，笑得合不攞嘴呢！

謝婆婆姍姍來遲，她說患了哮喘幾十年，甲狀腺亦有毛病。她在普通診所治療，並隨身攜帶一支藍色噴劑，準備隨時病發急用。原本打算到場請教專科醫生，了解哮喘與甲狀腺的關係，哮喘不發作便不用「吸氣」。可惜專科醫生解答的環節已結束，受惠的觀眾亦離場。但願謝婆婆好好請教專科醫生，正確對待哮喘病，解決心中的疑惑。



防治哮喘病常識展覽



哮喘常識座談會（左起：賴奇偉教授、利知行醫生、譚一翔醫生、曾英美醫生、梁宗存醫生）



陳以誠醫生(醫生叔叔)及醫生叔叔愛健兒童合唱團用歌聲表達大會的主題



各遊戲攤位前擠滿人群



香港哮喘會執行委員楊國晉先生致閉幕詞

1998全港傑出哮喘學生(第一屆)

小學組



鍾皓怡 女
小學六年級 (聖士提反女子中學附屬小學)
音樂及運動成績優異



李潔怡 女
小學三年級 (聖保羅男女中學附屬下午小學)
學業成績優異



梁安民 男
小學五年級 (聖公會呂明才紀念小學下午班)
運動、音樂及學業成績優異



趙家欣 女
小學六年級 (天神嘉諾撒學校上午班)
學業成績名列前茅、鋼琴四級



李奕匡 男
小學五年級 (聖公會李兆強小學下午校)
學業成績優異，參加「港京長跑慶回歸」活動，完成「象徵香港至北京路程接力長跑」

中學組



鄭偉豪 男
中學六年級 (香港浸信會呂明才書院)
學業成績優異



梁燕瑩 女
中學一年級 (觀塘官立中學)
運動、音樂及學業成績優異



潘詠茵 女
中學三年級 (天主教培聖中學)
品學兼優



張 彤 女
中學二年級 (浸信會呂明才中學)
運動成績彪炳、學業成績優異



方貫威 男
中學二年級 (香港華仁書院)
學業成績優異

類固醇與兒童的成長

作者：林樹仁醫生

哮喘是氣道慢性炎症

近年醫學界對治理哮喘有突破性發展。我們了解到哮喘不單是氣管肌肉不正常的收縮，更重要是一種氣道慢性炎症。消除和控制氣道發炎是治理哮喘的首要任務。

中流砥柱-類固醇

在芸芸藥物中，類固醇是最有效控制氣道炎症的方法。吸入式類固醇能將藥物直接送至病發根源——氣管及支氣管，因此效用更大，而又比口服類固醇的劑量遠遠為低，從而減少副作用的機會，吸入式的類固醇已成為治理長期哮喘患者的中流砥柱。

使用類固醇的憂慮

最近有些醫學報告，發表吸入式類固醇對兒童成長的憂慮和關注。我們在以下內容，會圍繞著這個話題作出詳細的討論。

任何藥物必有其副作用。世事萬物必有陰陽，有正必有反，有利必有弊，例如近視需要配戴眼鏡來矯正視力，但眼鏡本身會帶來諸多不便。但衡量眼鏡的功用和不便，相信沒有人會因此而停止使用眼鏡。

類固醇吸入劑的效用

經過不斷的科研和臨床經驗，醫學界已確定類固醇對兒童哮喘的療效。吸入式的類固醇能控制哮喘的病徵，減少突發急性哮喘，減少入院次數，減低肺部的過敏性和增進肺的功能。

近來更有多項研究指出，如能在哮喘早期開始使用類固醇吸入劑，便能有效防止肺功能衰退，減低哮喘的嚴重性，甚或提高哮喘“斷尾”的機會。

小孩的體高成長

類固醇吸入劑會否影効兒童的身高是醫學界非常關注的話題，要研討這題目，有幾項基本資料要掌握：

1. 兒童的身高增長是段落性的，中間夾雜著沒有增高的時段，譬如很多兒童在冬天的增高會減慢。因此如果在研討兒童身高的問題上，從短時間量度得出的資料，會出現很大的偏差和錯誤。
2. 兒童的成長速度大致分為三階段：一.初生期 二.兒童期 三.發育期。每一時期受不同的內分泌激素、環境和營養因素影響。因此在某個成長期作出的研究，結論絕不能引用至其他階段。
3. 嚴重的哮喘本身會使小朋友身形矮小，因此在研究上要確定劃分影響的因素是疾病本身或藥物所導致是存在著困難。
4. 很多哮喘患者的青春發育期是較普通小朋友延遲，但最終他們的體

高是正常的。因此單以小孩的年齡來比較他們的高度，便錯誤以為他們是比較矮小。

基於上述的因素，要進行類固醇對小孩體高的影響是非常困難的。那些短期的實驗更往往得出不正確的答案。在現存的證據上，不見得類固醇吸入劑會影響小孩子的最終體高，反而如果哮喘沒有適當的料理，小孩子的最終的體高便會減少。

總論

類固醇吸入劑對哮喘的效用是確定的。適量的葯物只會防止小孩受哮喘影響而變得矮小；現在沒有任何證據顯示類固醇吸入劑會影響小孩子們的最終體高。如有任何疑慮，應與你的主診醫生研究和商量。



2. 哮喘控制得不好也會影響到患者將來的身高。



1. 現今最有效治療哮喘的方式是使用吸入方法，使用吸入式的類固醇，要按時使用才能達到理想的效果。



3. 現時沒有證據顯示用吸入式的類固醇會影響到孩子體高及成長。

香港哮喘會義工參加表格

姓名：_____先生／小姐／太太

性別：_____年齡：_____

地址：_____

電話：（住）_____

辦公室電話：（手提電話／傳呼機）_____

本人有興趣參加：（請在適當的方格內加上✓號）

1. 籌辦活動 ☐

2. 季刊 ☐編輯 ☐採訪 ☐插圖 ☐郵遞

3. 探訪醫院工作 ☐

4. 帶領病人分享小組 ☐

5. 其它活動 ☐（請列明）_____

本人經（會員姓名）_____推薦加入香港哮喘會，參予義工工作。

推薦人會員編號：_____

註：歡迎各會員推薦親朋擔任香港哮喘會義工工作，參予義工推薦計劃的會員，將在本會週年大會中獲頒贈精美獎品，以示鼓勵。

永不言倦劉千石



訪問：陳麟書 梁小芬
撰稿：梁小芬

幾個月前從報章得悉劉千石患有哮喘，我就打算接觸他，邀請他接受我們的訪問，期望他的經歷能夠成為其他哮喘患者的幫助及鼓勵！

在香港人的心目中，劉千石總是一位生命鬥士。二十多年來，從傳播媒介看見他為勞工階層爭取權益，見報率很高，「街頭戰士」的形象深入人心，是香港較早期的「冤情大使」！

劉千石的哮喘病發生於96年底，那一次他在星加坡開會，酒店的哥爾夫球場濕氣很重，踏上睡房內的地毯亦透出水來，濕悶的環境令他當晚半夜也睡不著，發現自己呼吸困難，原來這是哮喘發的徵兆，回港後經醫生診治，証實他是患上哮喘病，醫生開西藥給他服用，但他對西藥有過敏反應，尤其是止痛藥會令全身腫脹，所以他沒有服用西藥，改服中藥（*請留意醫生按語）。在星加坡的病發經歷，令他知道必須遠離引致哮喘的致敏原——就是潮濕的地方。現時劉千石家中不鋪地毯，只用柚木地板，並且在需要時用抽濕機降低室內的濕度。

對比其他病痛，劉千石覺得哮喘影響睡眠，後果較嚴重，反而對其他病並不懼怕。劉千石的腸及肺都曾患病，大約二十年前，他的腸做過12次手術（其中11次需要全身麻醉），並曾開假肛。在留院期間，更驗出有肺結核，他在7個月內，每兩星期入手術室一趟，體重由原來的一百一十磅下降至只剩96磅，過程中折騰，可想而知。

病中的歷煉，讓劉千石深切認識到自己的限制，面對疾病的無能為力，卻磨煉出堅強的意志，對人生抱更積極的態度，他的信念是「這病不致於死」，生命仍然存留的話，能夠做的事情很多。

在漫長的留醫住院期間，他警誡自己，千萬別喪氣，千萬別失望，要有堅定的信心。他懇切的祈禱，求上主賜他信心，力量度過這段艱難時間。

七個月的醫院生活中，劉千石不因躺在床上，而成為單單被人照顧的人，他覺得自己仍然有用，可以安慰周圍的病友，甚至可以幫他們做一些他能力範圍以內的事。在患病

中，他偶然遇到徬徨、失望、恐懼、孤單，卻也享受過關懷與愛護。「更重要的」他說：「是我藉禱告重新得力。」

每次入手術室，他經驗到生死只是一線之差，所以他更要把握人生，做點有益於人的事！

事實上，在留院的日子，劉千石曾為前來探病的朋友解決了很多問題，他留心聽別人傾訴，也為他們提供意見。

我們的話題轉到劉千石與香港的結緣，劉千石在60年代從中國來港，當年他17歲，因帶近視眼鏡，找工作很受限制，他甚至到過舞廳應徵帶位（幸而當時未被錄用），後來經親戚介紹到紗廠做化驗工，最艱苦的時候，曾與姐姐一家六口擠在一間狹窄的小石屋居住。

他在1969年開始參加社會運動，爭取中文成為法定語言，1972年劉千石加入香港基督教工業委員會工作（該會成立於1968年），對勞資糾紛、勞工晚間教育課程、假日活動、工業受傷賠償等積極參予。

1979年至82年間，僱主「走路」欠薪的事件層出不窮，1986年屯門的勵利玩具廠突然結業，欠下一千多名員工薪金，是香港工業有史以來最大一宗欠薪事件。劉千石與勞工界朋友要求港督協助，並爭取為欠薪工友設立「保障基金」，幾番努力，「欠薪保障基金」終於在1987年設立，一直令工人困擾的「欠薪危機」總算有一個突破性的結局。

在劉千石的生命，參加過無數次抗議運動，經歷過幾許風雨，疾病或許拘禁他的身體，卻不能拘禁他活潑跳躍的心靈，到底靠的是甚麼呢？

我們探討到基督徒的活力：1974年夏天，劉千石第一次出外

探訪，目的地是緬甸，這次探訪教會的行程，對他的信仰有很重要的影響，當他們的團每到一處地方，都受到熱情的款待，用膳的時候，教會的弟兄姐妹彈著結他為他們的友誼高歌。在既缺乏物資，又是政治高壓的環境下，這群基督徒竟能有這樣樂觀的精神？這個謎終於在劉千石離開緬甸回港前的晚上解開。緬甸基督教協進會總幹事為他提供一個答案：他說：「緬甸雖然被隔絕，但不孤單，因為有上主的同在。」，這個信仰的見證，令劉千石在1975年正式歸向基督，也是這新生命的動力，幫助他樂觀地

生存下去。

今年5月的立法會選舉後，劉千石再次上車，回復立法會議員的身份，問他與之前有何分別，他答：「限制肯定是多了。」，但卻不影響他對民主，對工人權益的重視，因為他深深相信，民主不是賜予的，而是要靠不斷努力的爭取。

大家總有興趣知道劉千石平日工餘的消遣是甚麼？他表示自己是寓工作於娛樂，閒來喜愛游泳，以舒展身心。

劉千石現時的哮喘病已受到控制，最近也沒有「大喘」的情況。

醫生按語

蘇鈞堂醫生

在香港有很多人都信賴中醫師，這也是很正常的，因為中醫在中國已經存在數千年，它的地位也已被確定的。但據我們的了解，很多病人(包括哮喘病人)都不願將他們服用中藥的事實告知替他們治理哮喘病的西醫。很多時病人會在服用中藥期間停用西醫開給他們的藥物。

故我們希望在此申明本會顧問醫生對此的立場：

1. 病人有權選擇接受西醫及中醫同時或不同時的治療。
2. 但病人應讓西醫師及中醫師知道你的選擇情況。
3. 通常我們會建議病人在接受中醫治療時仍繼續使用西藥，以免病情惡化。但請留意中藥的毒性，如同時服用口服中藥及西藥時(吸入劑除外)，會容易引起中毒或不舒服。

在此謹祝各位身體平安。



「助人助己」義工組

日期：1999年1月28日及3月4日

時間：晚上7:30-9:00

地點：橫頭磡辦事處

內容：活動檢討及籌劃

對象：哮喘患者及家屬

費用：全免

備註：歡迎居住港島區而又有興趣的新義工參與；因為港島區「助人助己」義工組正在籌組中。

報名：2895 6502 梁小芬姑娘

查詢：2549 7744 尹婉萍姑娘

哮喘須知

日期：1999年2月27日（星期六）

時間：下午12：30-2：30

地點：（成人哮喘須知）

伊利沙伯醫院病人資源中心

（兒童哮喘須知）

伊利沙伯醫院專科門診4樓

身心對話 家庭派對

日期：1999年1月10日至2月13日

時間：下午2：30-5：00

地點：橫頭磡辦事處

內容：透過不同的小組遊戲及練習，使參加者對情緒控制、情感表達、親子溝通與哮喘關係有所了解。

對象：6-11歲哮喘已受控制或病況穩定的兒童及其家長

費用：每個家庭\$100

備註：此小組會於12月28日及29日晚上進行個別家庭見面，使社工可增加對家庭的了解。

負責同工：尹婉萍姑娘 2549 7744



哮喘講座

瑪麗醫院

課題：哮喘常識講座

時間：逢星期二下午二時至三時

集合地點：有興趣者請到瑪麗醫院A座日間醫療護理集合

報名辦法：請於辦公時間致電2855 5697聯絡羅姑娘

九龍醫院

課題：胸肺內科 病人資源中心合辦「吸煙與否、抉擇在你」戒煙班

日期：一九九九年一月九日、十六日、廿三日、三十日

時間：下午二時卅分至四時

地點：九龍醫院西翼地下會議室

報名辦法：「請向病人資源中心職員或病房護理人員聯絡

電話2762 6080」

費用全免 歡迎參加！

課題：認識哮喘病〔由醫生主持〕

內容：介紹哮喘病成因，治療及預防方法

日期：一九九九年三月十九日

時間：下午六時十五分至七時十五分

地點：九龍醫院西翼地下上層演講室

報名辦法：請於辦公時間致電2762 7090聯絡蘇經理

威爾斯親王醫院

課題內容：(1) 哮喘是什麼？

(2) 哮喘用的藥物

(3) 哮喘的誘發因素

(4) 哮喘的鑑察方法

日期：一九九九年一月九日，二月六日，三月二十日

時間：上午九時三十分至十一時三十分

地點：威爾斯親王醫院臨床醫學大樓八字樓肺功能檢驗室

報名辦法：請於辦公時間致電2632 2950聯絡唐姑娘或周姑娘，名額有限，先到先得

熱線服務

二十四小時免費電話熱線

香港復康會社區復康網絡

由香港復康會主辦的社區復康網絡屬下----「資訊服務中心」設有廿四小時電話熱線----復康一線通，整個服務由香港賽馬會贊助，費用全免。熱線內容包括長期病資料，哮喘病是其一、社區復康網絡服務、資訊服務中心服務，每期活動傳真、義工發展及招募、及互助組織資料。電話號碼是2794 1122，歡迎各界人士使用。使用復康一線通的方法非常簡單，只需按電2794 1122，接通電話後根據指示，按入適當數字，便可收聽詳細內容及以傳真索取資料。

欲快速地收聽或以傳真索取哮喘資料，使用者也可在接通電話後直接按以下數字，便可取得有關資料。

哮喘：

錄音 傳真

一般資料及成因	341 341*
病發時處理、治療及控制	342 342*
哮喘與物理治療	343 343*
社區資源	344 344*

如對熱線有任何問題及意見，或欲索取復康一線通海報、單張及使用簡介、歡迎致電2549 7744與尹姑娘聯絡。

葛量洪醫院

防治心臟病熱線

24小時電話熱線【免費】

音頻電話：900-0038-7108

按以下數字，可接聽下列資料

1. 認識你的心
2. 風濕性心臟病
3. 心臟衰竭
4. 心律失常
5. 冠心病
6. 高血壓和高血壓性心臟病
7. 先天性心臟病
8. 飲食、生活習慣與心臟病的關係
9. 心臟移植手術



活動花絮

參加98週年大會會後感——佘燕芳

本年的週年大會，是自我入會以來第一次參與，大會中的氣氛、環境及食物都算不俗。最值得一讚的人物是楊國晉先生，他送予我會的所有參加者一大盒李錦記調味醬料，令我們都有一種人人有份，永不落空的感覺。透過週年大會，可以令我更加了解香港哮喘會的內部架構人物、活動運作及財政狀況……等。唯一可惜的是香港哮喘會的週年大會的餐券費實在是太過昂貴，令到很多會員未必每位都有能力去負擔是次餐券的費用，引致不能普及化。我希望在未來的週年大會，能夠降低餐券的費用或嘗試用另一種形式舉行，令到更多的會員能夠一同參與。



1998年香港哮喘會週年大會暨聚餐



香港哮喘會執行委員會及顧問



西貢「麥理浩夫人渡假村」日營

九龍醫院呼吸系統疾病熱線

九龍醫院為各位市民提供有關呼吸系統疾病的常識講座〔熱線電話1878823〕這個節目是由香港電訊CSL贊助，費用全免。

呼吸系統疾病的常識講座

內容包括：

1. 哮喘

- (1) 哮喘病的病徵
- (2) 哮喘病常用的藥物
- (3) 運動與哮喘
- (4) 哮喘與遺傳及哮喘與懷孕的問題
- (5) 哮喘兒童的家居及學校處理
- (6) 兒童哮喘班簡介

2. 呼吸系統疾病的病徵

- (1) 長期咳嗽
- (2) 咳血

3. 肺癆病

- (1) 肺癆病在廿一世紀初仍然是世界主要傳染病之一
- (2) 有關肺癆病之衛生常識

4. 肺癌

- (1) 吸煙與肺癌
- (2) 肺癌之治療法

5. 慢性阻塞性肺病（肺氣腫）

- (1) 成因與治療
- (2) 物理治療的幫助
- (3) 病人如何應付日常活動及家居操作

6. 呼吸系統之感染

- (1) 支氣管擴張
- (2) 肺炎

衛生署中央健康教育組

衛生署中央健康教育組，設有二十四小時健康教育熱線服務，電話是2833 0111。市民可選 廣播劇及圖文傳真，其中內容有關自我照顧，亦有提及關於哮喘病的護理常識。

哮喘常識錄影帶

衛生署中央健康教育組，製作了有關哮喘健康教育的錄影帶只售十六元，市民可先撥電話2572 1476查詢，並親臨灣仔修頓中心七字樓購買。該錄影帶劇目為：〔兒童健康劇場〕〔VHS179〕，解釋何謂哮喘，並介紹哮喘病的病因，症狀治療及預防方法，片長十四分鐘。



希希

CHAPTER # 10 (我對哮喘病的認識太淺了！)

能否上體育課呢？

1. 這天，白醫生致電給希希的體育老師，希望了解老師不准希希上體育課的原因。



2. 當和白醫生傾談後，我才發覺自己對哮喘的認識很膚淺，我真的需要進一步認識對哮喘病童的照顧。



哮喘病人工作坊



3. 於是我便接受了白醫生的邀請，參加了由香港哮喘會舉辦的「照顧哮喘病人工作坊」。在這次的活動中，我了解到哮喘病童在病況許可下，給與病童適當運動，對他的健康有莫大的幫助。

4. 希希，我准許你上體育課了，但我必先要清楚了解你的病情及現在的健康狀況，你能老實的告訴我嗎？



5. 爸爸、媽咪、琪琪，我很高興，因為老師說，我能上明天的體育課呢！他還可囑我在上課時須帶備氣管舒喘劑及不要勉強自己進行劇烈運動。真是太好了！



嘩哈哈！
我能上體育課了！

本集完待續

留意下回的發展

香港哮喘會贊助人名單

以下是香港哮喘會由九八年八月十四日至十二月十日止的贊助人名單。謝謝您們的支持！

1998年世界關懷哮喘日推廣活動贊助入：

首席贊助人	
Merck Sharp & Dohme (Asia) Ltd.	\$ 100,000.00
榮譽贊助人	
Zeneca China Ltd.	\$ 50,000.00
鑽石贊助人	
Glaxo Wellcome Hong Kong	\$ 40,000.00
Astra Pharmaceuticals (HK) Ltd.	\$ 30,000.00
純鉑贊助人	
Health Care and Promotion Fund	\$ 20,000.00
Amway Asia Pacific Ltd. Hong Kong Branch	\$ 20,000.00
Boehringer Ingelheim (HK) Ltd.	\$ 10,000.00
Schering-Plough	\$ 10,000.00
Rhone-Poulenc Rorer Asia Pacific Ltd.	\$ 10,000.00
Mary Cheung & Associates	\$ 10,000.00
黃金贊助人	
Baker Norton Asia Ltd.	\$5,000.00
Novartis Pharmaceuticals (HK) Ltd.	\$5,000.00
Tung Wah Group of Hospitals	\$5,000.00
Mr. Mak Wah Cheung	\$5,000.00

其他贊助人：

純銀贊助人	
Grace Yau Suk Yin	\$3,500.00
Shek Yuk Ching Peggy	\$3,000.00
Louey Pak Hin Raymond	\$600.00
Law Sung Fai	\$500.00
Lo Kin Huen	\$500.00
Pau Chi Hong	\$500.00
Yeung Sik Yue	\$500.00
Chau Kwok Choi	\$500.00
Chiu Shuk Ha	\$ 500.00
李燦	\$500.00
Chan Yuen Mei	\$500.00
Lam Chak Hung	\$ 300.00
Ho Siu Fong	\$300.00
Kitson Plumbing Co., Ltd.	\$300.00
黃嘉德	\$250.00
Wong Ping Kwong	\$250.00
Roque Ng Ka Hin	\$200.00
Leung Wai Lan	\$200.00
Wong Pik King	\$200.00
Yum Wing Wah	\$200.00
Alan Magleby	\$181.00
Chow Shau Shan	\$150.00
Wong Lai Shun	\$100.00
Ho Yuen Yee	\$100.00
Chu Lap Tak	\$100.00
Lai Yuet Yung	\$100.00
Yip Pak Kwan	\$100.00
Jose J. Gochian	\$100.00
Catherine K.L. Ho	\$100.00
Li Wai Kee	\$100.00
Lau Ko Man	\$100.00

The Hong Kong Asthma Society 香港哮喘會

Donation Form 捐款表格

I / Our company would like to be a patron for 1999 and donate HK\$ _____

本人 / 本公司樂意成為 貴會1999年度贊助人並願意捐款港幣 _____ 元

The name _____ should be used for the acknowledgement in the newsletter.

上述贊助人請以 _____ 之名義刊登於會員通訊內。

My / Our donation is to remain anonymous.

本人 / 本公司不欲公開贊助人身份。

Name 姓名：_____ Title 職銜：_____

Company 公司：_____

Address 地址：_____

Tel. 電話：_____ Fax. 傳真：_____

Signature 簽署：_____ Date 日期：_____

We will acknowledge your donation in our newsletter as follows:

我們將會在本會的會員通訊致謝 閣下的贊助如下：

Premier Patron	首席贊助人	HK \$ 100,000.00 or above	港幣十萬元或以上
Honorary Patron	榮譽贊助人	HK \$ 50,000.00 or above	港幣五萬元或以上
Diamond Patron	鑽石贊助人	HK \$ 30,000.00 or above	港幣三萬元或以上
Platinum Patron	純鉑贊助人	HK \$ 10,000.00 or above	港幣一萬元或以上
Golden Patron	黃金贊助人	HK \$ 5,000.00 or above	港幣五千元或以上
Silver Patron	純銀贊助人	HK \$ 3,000.00 or above	港幣三千元或以上

Note: Please make your cheque payable to "The Hong Kong Asthma Society Ltd." and mail it along with this form to P.O.Box 60397 Tsat Tze Mui Post Office, Hong Kong.

Donations of \$ 100 or more are tax deductible upon production of receipt *

附註：請填妥表格，連同抬頭“香港哮喘會有限公司”劃線支票寄交香港七姊妹郵政信箱60397號。憑捐款港幣一百元或以上之收據可申請扣減稅項，所有捐款人均獲發回收據。



尚健醫療 家用胸肺科器材的專科公司

THE HOME RESPIRATORY CARE PRODUCT SPECIALIST

呼吸科醫療器材 Respiratory Therapy Equipment

氧氣療養 Oxygen Therapy



Newlife 型號
氧氣機
Oxygen
Concentrator



氧氣瓶
Oxygen
Cylinder



血氧分析儀 Oximeter
(手提式 Portable Model)

* 此型號機只在香港及澳門銷售
* Model sell in Hong Kong and Macau only

睡眠診斷及治療 Sleep Diagnostic and Therapy

睡眠診斷儀
Sleep Diagnostic
and Therapy



* Aria 型號
正氣壓睡眠機
CPAP



呼吸機 Ventilator



PLV-102 型號
呼吸機 Ventilator

全面哮喘護理 Asthma Management

診斷 Diagnosis



肺功能測試儀
Spirometer

輔助治療 Supportive Therapy

醫療用HEPA
空氣清新機
Medical Grade
HEPA Air Cleaner



治療 Therapeutic

藥物化霧器
Medication
Compressor



監察 Monitoring

最高流速計
Peak Flow
meter



九龍荔枝角長順街20號時豐中心1樓104室
Rm.104, 1/F, Premier Centre,
20 Cheung Shun St.,
Lai Chi Kok, Kowloon, Hong Kong.

電話 Tel.: (852) 2332 3366
傳真 Fax: (852) 2744 2313
電子郵件E-mail: celki@netvigator.com
網址Web Site: <http://www.Globalserve.net/~celki>



(廣告)