

2006年1月號 第47期會刊

今期主題

過敏症是什麼？

過敏性鼻炎和哮喘的關係

哮喘藥物：不可亂停、亂用



香港哮喘會通訊

THE HONG KONG ASTHMA SOCIETY NEWSLETTER

地址：九龍藍田復康徑7號藍田綜合中心一樓

電話：28956502 傳真：27110119

網址：www.hkasthma.org



本年度執行委員會名單 (2004-2006) (排名不分先後)

主席 陳麟書先生 Mr. Alan Chan

副主席 譚一翔醫生 Dr. Alfred Tam

司庫 黃文熙先生 Mr. Frank Wong

義務秘書 陳永佳先生 Mr. Chan Wing Kai

名譽法律顧問 孖士打律師樓 Johnson Stokes & Master Mr. David Brettell

委員	利知行醫生 Dr. Clarence Lee	陳艷媚博士 Dr. Esther Chan
	古惠珊醫生 Dr. Fanny Ko	李孟進小姐 Ms. Isabel Li
	蘇鈞堂醫生 Dr. So Kwan Tong	陳沛田先生 Mr. Chan Pui Tin
	楊國晉先生 Mr. Harry Yeung	唐惠貞小姐 Ms. Mabel Tong
	夏燕霞小姐 Ms. Gladys Ha	周振軍醫生 Dr. John Chow
	莊慧敏小姐 Ms. Vivien Chong	

資源中心主任 周世灝先生 Mr. Marius Chow

活動工作員 宋子傑先生 Mr. Matthew Sung

香港哮喘會

香港哮喘會是一個為哮喘及過敏病人及家屬提供服務的非牟利慈善團體。

本會獲得香港胸肺學會及香港兒童呼吸病學會的支持，提供諮詢服務。

我們致力：

為哮喘及過敏病患者及其家屬提供有關知識；舉辦學術講座及研討會，增加市民大眾對哮喘及過敏病的認識；提供病患者一個互相溝通的機會、分享患病後的生活轉變、所遇到的困難等，從而達到互勵互勉及支持的作用。

我們經常為會員提供各類型的康體及大型活動，協助病患者融入正常的生活環境。歡迎你的加入，請填妥會員表格（見封底）擲回即可。

查詢熱線

2895-6502

傳真

2711-0119

電郵

hkas@hkasthma.org

切記定時用藥

香港的空氣污染問題日趨嚴重，單是本會在9月至12月期間就收到超過120個有關哮喘藥物和空氣質數的查詢；另外有8間報館、電台和電視台要求採訪上述相關話題，情況令人關注。

其中最特別事故是有報導指『哮喘藥可能食死人』，令部分病友表示十分焦慮和擔憂，當中更有病友在未經醫生同意下私自停藥和調較藥物份量。我在此要再三呼籲大家，要切記、切記、切記去定時用藥，否則可能會誘發哮喘。

相信大家都認同，香港空氣質數每況愈下，經已不是一個新題目，這個極複雜的社會問題當然要交由政府統籌處理。這不代表我們可以坐視不理，從病友層面而言，我們可以從家居清潔、個人衛生、定時用藥及檢查身體做起，正所謂『小改變、大改善！』，希望您我一起共建香港健康城市。

陳麟書

香港哮喘會病人資源中心

本會位於九龍藍田復康徑藍田綜合中心內，設有活動室、圖書閣和哮喘藥物展覽專櫃等設施。圖書閣不時添置許多有關長期病患、哮喘及過敏症護理、親子關係和心靈互助等系列的藏書，歡迎會友借閱。

病人資源中心定期舉辦互助小組、病理課程、專題講座及康樂活動，詳情可向本會查詢。

開放時間：

星期一至五

上午九時三十分至下午一時 / 下午二時至五時三十分

星期六

上午九時三十分至下午十二時三十分

星期日至公眾假期

休息

香港哮喘會網址

<http://www.hksthma.org>

www.hksthma.org 是屬於大家的，如果你遇上有什麼哮喘疑難或者意見，請即到「聯絡我們」處，用電話、傳真、或者電郵聯絡我會，香港哮喘會希望能夠幫到大家，請多多支持。

聲寶全力支持香港哮喘會 **SHARP**

出版機構：健康教室 | 編輯：李孟進 周世瀾 陳麟書 | 美術：AB DESIGN CO. | 聲明：本通訊之版權屬香港哮喘會，如欲轉載、節錄等，請聯絡香港哮喘會。

亞太區哮喘病人組織聯席會議 會後分享

香港哮喘會於05年11月12日出席亞太區哮喘病人組織聯席會議(簡稱AAPC)，會上，我代表哮喘會介紹本會現時所舉辦的病友支援服務的經驗和成果，深受其他哮喘病人組織的認同和讚賞。同時，與會者就日後共同合作舉辦哮喘服務取得共識，為未來推展哮喘教育工作鋪路。

今次是第3次亞太區哮喘病人組織聯席會議，由Weber Shandwick Worldwide Company Ltd 統籌，於11月12日在廣州中國大酒店舉辦，參加者來自7個亞太地區哮喘病人組織，會議旨在延續上次於馬來西亞舉辦的第2次會議，交流推行關懷哮喘活動的經驗和各地區病友在使用藥物及互助活動的經驗。是次會議其中一個主要議題是：

1. 訂立聯席會議的宗旨和目標；
2. 為日後各地區共同舉辦關懷哮喘活動尋求共識。

出席是次會議的7個地區哮喘病人組織和病人代表，分別來自香港、台北、泰國、孟加拉、越南、新加坡和澳洲。各地區代表分別介紹其推行哮喘病友支援服務的方式和經驗，各有特色。

越南和泰國採用地區性教育宣傳，台北多推展病友互助小組，新加坡由醫護工作者提供哮喘護理諮詢，澳洲則舉辦『哮喘病友善幼稚園 (Asthma Friendly Kindergarten)』計劃，提供中、小學生哮喘護理訓練和教育工作，而香港哮喘會提供的服務比起其他組織較為不同，本會不但舉辦互助小組、病理講座和病友活動，而且更舉辦幼稚園教師哮喘護理專業課程和兒童哮喘及過敏症護理課程，服務較多元化和全面性。

撰文：義務秘書陳永佳

『一線通呼援服務』 惠及經濟困難的哮喘會會員

香港哮喘會與長者安居服務協會合辦『一線通呼援服務』計劃，為有經濟困難的哮喘病會員提供免費平安鐘服務且是沒有限期。

長者安居服務協會過去有為長期病患者提供『一線通呼援服務』計劃，即病友在家中安裝平安鐘，服務範圍包括提供情緒輔導、轉介社會服務、聯絡親人、協助致電警方及召喚救護車等，以舒緩病人和家屬的擔憂。

如果你是哮喘會會員又符合以下資格：包括年滿60歲以上或25歲以下或傷殘人士或長期病患者；及獨居或同住者未能提供足夠支援者；及無親屬供養或親屬供養不足者等。有意申請上述計劃的哮喘會會員，請致電2895-6502向本會職員查詢詳情。

撰文：依沙苞

哮喘藥物，不可亂停、亂用！

自從美國有報告指有哮喘病人死亡可能與其服用的哮喘藥物有關的消息傳出後，香港哮喘會2小時內就收到40個電話查詢，反映哮喘病人十分關心他們的藥物。

香港哮喘會顧問醫生利知行指出：「哮喘病人在任何情況下，都不應該不按醫生指示，自行調校藥物或停止用藥，更不可以因上述有關報導而停藥，以免引起更大的後遺症。若市民有憂慮應儘快與主診醫生聯絡。」



顧問利知行醫生

對於美國研究推論，利知行醫生持保留態度。

病友不宜自行停藥

他說：「雖然報告指有13人死亡，但上述研究是96年至今，涉及人數過千人，當中包括受控制組及研究跟進組兩類人，因此，在調查上述死者的死因時，除了了解他們用什麼藥外，還要考慮其哮喘病情、用藥習慣和生活環境等因素，故不宜太快下定論，病友們無需過份擔心。」

他又解釋，在一般情況下，醫生會給哮喘病友服用長效氣管舒張劑和抗炎藥物作穩定病情用，同時會要求病友隨身帶備急救藥物作病發時用。如病友突然自行停藥，後果可能非常嚴重，因為自行停藥有機會誘發哮喘病。

背景資料：

日前，美國有報導指部份哮喘病人死亡可能與其服用的哮喘藥物『施立穩』(Serevent)長效氣管舒張劑有關。美國食物及藥物管理局11月中旬發出警告聲明，建議除『施立穩』(Serevent)外，還有『舒悅泰』(Seretide)和『奧克斯』(Oxis)三種哮喘藥物不可使用作單獨一線治療哮喘的藥物，令很多哮喘病友都感到驚慌失措。

撰文：香港哮喘會社工 周世灝

鳴謝：香港哮喘會顧問呼吸系統專科醫生利知行

過敏症是什麼？

過敏 Allergy —— 是人體免疫系統對外來物質產生的發炎反應。

雖然香港未有正式統計，但估計過敏症可能是影響最多現代人的長期疾病之一。單在美國便有約百分之四十的兒童患有不同程度的過敏。很多人以為是身體不夠強健才会有過敏症、又或認為皮膚敏感也是傳染病，這都是一些誤解。過敏症除了帶來不便及困擾外，亦可以致命，故我們絕不能忽視。

過敏反應的原理

當身體遇上致敏原，免疫系統便會產生一連串的反應。免疫細胞會針對該類致敏原製造出大量特定的免疫球蛋白(Specific IgE，以下簡稱IgE)。當肥大細胞(Mast Cell)遇到這種IgE，並受到特定的刺激時，便會釋放出引致發炎的物質如組織胺(Histamine)、前列腺素(Prostaglandin)、及白三烯素等(Leukotriene)。這些物質在身體會出現過敏症狀：包括皮膚出疹、紅腫、氣喘、嘔吐、流眼水及鼻水等。

常見的過敏症

食物過敏、皮膚敏感、鼻敏感
哮喘、蟲咬及藥物過敏。

常見的致敏原

蛋白、花生、塵蟎、花粉、小麥、黃豆、昆蟲、動物毛髮、水產海鮮等。

為何會產生過敏

引致過敏的原因不容易肯定，加上過敏原繁多，範圍廣闊。不過，環境的轉變是過敏原出現的主要因素。這包括搬遷、飲食習慣、食物來源、氣候生活習慣的改變等，其中，改變的效應不一定即時顯現，可能會延至多月或數年後才出現。

此外，過敏是可以遺傳的，父母一方或雙方如有過敏症，下一代患過敏症的機會也會提高。值得注意，工作及學習上的壓力與情緒不安，亦可誘發過敏症。



如何診斷

每一個人對不同的致敏原都會產生不同程度的敏感病徵，因此，當醫生查明病徵可能由致敏原引起後，便會透過皮膚測試，嘗試找出究竟是那種致敏原引致，然後再抽血液樣本作IgE 量度加以確認。如有必要，在受控的環境內，如醫院進行挑戰測試，讓病者接觸或進食致敏原，若產生預期病徵，即確定該致敏原及過敏症。相反，挑戰測試亦適用於確認過敏症是否已經痊癒。

主要的治療方法

按過敏的種類，大致可分為以下的幾種療法：

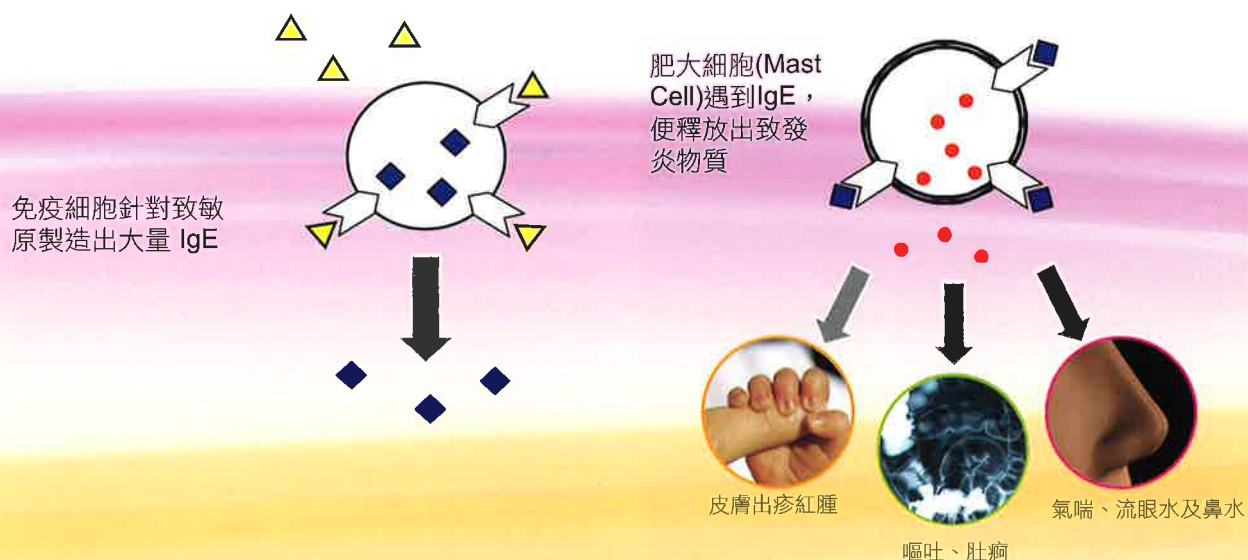
- 防止接觸致敏原
- 系統性藥物治療
- 局部病徵處理治療
- 免疫治療法
- 緊急救治方案

有關詳細的療法及那種方法較為適合，醫生會先了解患者情況及臨床診斷，請與醫生查詢討論。



過敏反應簡圖

▲ 致敏原 受體 ◆ IgE ● 致發炎物



資料提供：香港哮喘會
整理：黃文熙

過敏性鼻炎和哮喘的關係

19世紀初葉，「過敏性鼻炎」還是十分罕見。近年來，全球過敏性鼻炎的發病率逐漸提升，不僅在發達的國家，在發展中的國家也如此。在英國、挪威、德國，過敏性鼻炎分別影響人口佔24%、20.6%和19.6%。在印度，26%的人口患有過敏性鼻炎。

過敏性鼻炎可於任何年齡發病，遺傳因素尤其重要。過敏性鼻炎通常與哮喘和竇炎有關連。達80%的哮喘兒童在5歲前出現症狀，而過敏性鼻炎則通常發生在哮喘之前。越來越多的證據顯示，過敏性鼻炎是哮喘的危險因素，以下資料可令你加深你對這兩者間的關係。

是感冒，還是過敏性鼻炎？

因為過敏性鼻炎的症狀與普通感冒非常相似，所以有時很難將二者區分。回答下列問題可能有助於您區分這兩種情況：

Q：您有發燒嗎？

A：發燒可能會跟感冒同時出現，但過敏反應不會引發發燒的。

Q：您的眼睛和鼻子痕癢嗎？

A：鼻敏感的人的眼睛和鼻子發癢。但患感冒的人不會如此。

Q：症狀是否持續7-10天以上？

A：感冒症狀通常不會超過7-10天，但鼻過敏的症狀則可以持續數周或數月。

Q：您鼻的症狀是季節性的嗎？

A：如果您在每年同一時間出現鼻的症狀，那麼您的確患有鼻敏感。

注意：

鼻敏感所引致的鼻炎症和粘膜腫脹使其更易受到病毒的感染。在這些季節，患有鼻敏感的人更容易患感冒和其他呼吸道疾病。

及濃稠、暗黃或綠色的鼻分泌物。竇炎常常與哮喘有關。

什麼是過敏性鼻炎？

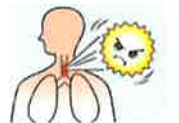
1. 在過敏原（產生過敏的物質，如塵蟎或花粉）的作用下，身體產生抗體來進行自我保護時而發生的。過敏性鼻炎是鼻粘膜的炎症。
2. 當過敏原與抗體結合時，身體會透過釋放某些化學物質作出反應，這些在鼻中的物質包括組織胺 (histamines)、白三烯 (leukotrienes) 和前列腺素 (prostaglandins)。
3. 因此：您可能會出現如下症狀，如打噴嚏、鼻塞、鼻癢、流涕和流淚。



過敏性鼻炎與哮喘的關係

過敏性鼻炎與哮喘的關係十分密切。70-80%的哮喘患者同時有過敏性鼻炎。這兩種疾病有相同的介質，如半胱氨酰白三烯 (cysteinyl-leukotriene)——當過敏原與抗體結合時，由肥大細胞 (mast cell) 釋放，這過程在上呼吸道和下呼吸道可發生，其導致的結果是令您出現以下症狀：打噴嚏、鼻塞、鼻癢、流涕、流淚，以及類似哮喘的症狀，如咳嗽和喘鳴。

過敏性鼻炎也會加重哮喘的症狀。治療過敏性鼻炎可以同時改善哮喘症狀和鼻的症狀。



香港半數哮喘兒 兼患有過敏性鼻炎

過敏性鼻炎，或許是兒童最常見的慢性疾病，但受到許多患者和家長忽略，以致患者長期生活在這疾病當中並沒有接受合適的治療。很多兒童已接受了鼻塞、流鼻水和打噴嚏這些常見的病徵為他們生活的一部份。所以，正確和合時的治療常被忽略。

在香港，13至14歲的兒童中，有11%患有哮喘，當中更有50%兒童同時患有鼻炎。哮喘病人如果同時患上過敏性鼻炎，他們的醫療負擔會因此而大大提高，如缺課，使用急症室次數，藥物費用，治病管理費用(特別對於學前孩童)，相對地會減低他們的生活質素。

哮喘與過敏性鼻炎是共存的，國際性的指引亦強烈地指出控制過敏性鼻炎不當會較容易引致哮喘病發，並提議同步診斷和治療這兩種疾病。因此無論是哮喘的病人、過敏性鼻炎病人、家長、及醫護人員都應該正視這問題的嚴重性。



香港兒童呼吸病學會主席
香港哮喘會副主席譚一翔醫生

過敏性鼻炎和兒童哮喘的關係

過敏性鼻炎與哮喘有著強烈的關係，因為兒童若同時患過敏性鼻炎和哮喘，經過由鼻吸入的藥物治療後，肺功能會得到改善。其原因如下：

1. 鼻分泌的半胱氨酰白三烯 (cysteinyl-leukotriene) 增加氣道阻塞患過敏性鼻炎的兒童通常整天都有鼻塞和打噴嚏。更重要的是，鼻分泌物中含大量半胱氨酰白三烯 (cysteinyl-leukotriene)，它會導致支氣管收窄以及鼻症狀。
在白天，兒童還可以自己將鼻的分泌物排出，當兒童入睡後，分泌物會積聚及被帶入下呼吸管道，因而誘發哮喘。所以，若果兒童只在夜間出現咳嗽和喘鳴，那麼治療過敏性鼻炎可能有助於緩解哮喘症狀。

2. 持續有鼻的過敏反應會降低對病毒的防禦能力對於許多哮喘兒童來說，即使只吸入少量塵蟎過敏原一次，也極少誘發哮喘。然而，若果兒童經常吸入受病毒感染的過敏原，那麼可能會發生病毒性支氣管炎。
病毒可以在非過敏性鼻炎患者體內生存兩天。然而，在鼻敏感患者的體內，由於Th1/Th2細胞比例的失去平衡，病毒可能生存兩周以上。這種情況也會發生在患有輕度過敏性鼻炎的患者身上。



過敏可以治癒嗎？

雖然過敏不能徹底根治，然而，現有的藥物很大程度上可以舒緩過敏症狀。醫生可以指導您。基於證據顯示鼻炎對於哮喘的影響及它們的並存性，最近世界衛生組織設立了全新的鼻炎建議－WHO-ARIA (Allergic Rhinitis and its Impact on Asthma)動議，這指引目的在於擴闊預防氣管哮喘的眼界，並提出該由正確治理過敏性鼻炎做起。

註：ARIA動議是首個國際性的循證過敏性鼻炎的指引。這指引明確地提供了最新關於過敏性鼻炎對於哮喘影響的資料，和提倡以循證的方法去診斷和治理過敏性鼻炎，作為專科和普通科醫生參考。

免費

索取小冊子

編者按：Dr. Pawankar 就過敏性鼻炎和哮喘兩者之間的連繫、所需的步驟以達至正確的治療等撰寫成文，並由美國默沙東藥廠有限公司贊助印製、香港哮喘會發行。基於篇幅關係，上述內文只摘取了大部份內容，如大家對上述主題有興趣可致電香港哮喘會2895-6502免費索取小冊子原文。



撰文：Prof. Dr. Ruby Pawankar, M.D., Ph. D.

Prof. Dr. Ruby Pawankar, M.D., Ph. D Chairperson, Asia Pacific affiliate, ARIA WHO Initiative, Member, Board of Directors, World Allergy Organization (WAO) Dept. of Otolaryngology, Nippon Medical School, 1-1-5, Sendagi, Bunkyo-ku, Tokyo 113-8603, Japan

整理：Isabel

精明消費者之 選擇自購藥物 尋求專業意見

我在看完醫生後，病人可能需攜同醫生的處方到市面購買藥物服用。病人當然希望盡快配藥，以免因延誤藥物治療而影響病情，然而，病人心急配藥之餘，亦必須小心，若盲目誤打誤撞，錯買不合適的藥物服用，後果可大可小。其實，病人可以尋求醫生或藥劑師協助，本文為讀者介紹如何尋找合資格的藥劑師及確保購得適當的藥物。

什麼是處方包括什麼資料？

理想的處方通常包括下列資料：

- 醫生的姓名及簽名
- 診所的地址和電話
- 處方日期
- 病人的姓名和地址
- 藥物學名 (Generic Name)
- 服藥的次數及劑量、服用途徑及療程時間
- 若是牙醫開出的處方，應註明「祇限牙科醫療用」的字樣

藥房藥劑師會為病人核對這些資料，確保病人得到適當、安全及有效的藥物治療。

哪裡可找到藥劑師？

香港法例規定，只有註冊藥劑師當值的藥房才可配售處方藥物，藥房外會掛上白底紅十字，中間附有「R」符號的標誌以供辨認。沒有註冊藥劑師當值的藥行，不可配售處方藥物，只能售一些不受管制的非處方藥物，例如傷風藥、退燒藥及止痛藥等舒緩輕微症狀的藥物。藥房必須在註冊藥劑師監督下才可出售醫生處方的藥物，故消費者要留意藥劑師的駐店時間，不要在沒有藥劑師當值下要求購買處方藥物。

誰是藥劑師？

有些消費者會誤以為身穿白袍者必然是藥劑師，其實並非必然。消費者去到社區藥房，可留意當眼處是否貼出駐店藥劑師的註冊證明書，證明書上應附有藥劑師的照片及其姓名，如有懷疑，消費者可要求核實身份。弄清楚誰是藥劑師後，消費者必須親自將藥單交到他們手上，以直接獲取其專業的配藥服務和藥物資訊。

向藥劑師提供所需資料

藥劑師收到藥單後，首先會核實單上的資料是否符合法例要求，病人的身份及藥物的資料是否清楚和正確。藥劑師如對藥物的名稱或劑量等資料有疑問，便需要向開出處方的醫生查詢。

藥劑師可能需要查詢病人的身體狀況，例如病情、肝和腎功能、是否有藥物敏感的歷史等，或會否在短期內懷孕等較深入的問題，加上病人的年齡及性別等資料來評估處方的藥物本身、其劑量及劑型是否適合病人。

在配藥過程中，視乎有關藥物受管制的程度，藥劑師或需要登記病人的姓名、身份證號碼及地址等詳細資料，以符合法例要求。

留意藥物標籤及使用說明

藥物可以治療疾病，但亦可能有不良的副作用；不當地使用藥物可引致健康嚴重受損。所以，消費者在配藥時必須認識藥物的效用，及按照藥劑師在每種藥物附上的標籤定時及定量使用藥物，並且要適當儲存。

完整的藥物標籤應包括以下資料

- 病人姓名 - 藥物學名
- 藥物劑型 - 藥物劑量
- 服用方法 - 服藥時應注意的事項
- 藥物數量 - 配藥日期
- 配藥藥房的名稱及地址

向藥劑師尋求藥物輔導

除了閱讀藥物標籤外，消費者亦可向藥劑師查詢有關藥物的問題，而藥劑師本身亦有專業責任向病人提供藥物輔導服務，任何關於該藥物的疑問，或服用後感到不適，可回到藥房詢問駐店藥劑師。

對於一些使用時需要特別技巧的劑型，例如以下介紹的哮喘藥吸劑，病人可要求藥劑師作親身示範，以學習正確的服藥技巧。藥劑師除了可提供藥物輔導以幫助病人依時服藥外，亦可為病人趕供日常護理及保健的常識，以加強對病情的控制。

常用哮喘藥物

長期預防藥物			
藥名	作用	副作用	注意事項
抗炎藥物 (1) 類固醇 - 吸入劑： Asmanex (Mometasone) Becotide / Becloforte (Beclomethasone) Pulmicort (Budesonide) Flixotide (Fluticasone)等	持續使用幫助氣管消炎，及長期預防哮喘病發	部份人士有口乾、聲音嘶啞、口腔感染。	每次使用後，用清水漱口以減低副作用
- 口服： Volmax (Salbutamol)	通常於病情惡化，或較嚴重哮喘時服用，以助氣管消炎及防哮喘繼續惡化	(如需長期服用) 體重增加，影響骨質、血糖及導致高血壓等副作用 可能在停藥後逐漸減輕或消失	與食物同服。如需長期服食，切勿突然停服。服用高劑量或長期服用類固醇的患者如突然停藥或減量過快，會引致身體產生不良反應
(2) 非類固醇 - 白三烯受體阻斷劑 (口服) Singulair (Montelukast) Accolate (Zafirlukast)	抑制體內引致氣管發炎及收縮的物質——白三烯，持續使用可長期預防哮喘病發	在推薦劑量內無明顯副作用	
- 色甘酸鈉 (吸入劑) Intal (Sodium Cromoglycate)	持續使用可長期預防哮喘病發	可引致咳嗽	
長效支氣管舒張劑 (1) 長效 β_2 受體致效劑 - 吸入劑： Serevent (Salmeterol) Oxis (Formoterol)	使用時能舒張氣管，減少哮喘病徵，但由於沒有抗炎功效只能暫時性預防哮喘病發沒有長期的預防功效	較口服輕微	
- 口服： Volmax (Salbutamol) Bricanyl Durules (Terbutaline) Bambec (Bambuterol)	使用時能舒張氣管，減少哮喘病徵，但由於沒有抗炎功效只能暫時性預防哮喘病發沒有長期的預防功效	緊張、心跳、手震、頭痛	控釋型藥丸需整顆吞下，不可嚼碎
(2) 茶鹼 - 口服： Theophylline	舒張氣管，短期性預防哮喘病發	失眠、食慾不振、嘔吐、作嘔	如過量可引致噁心、嘔吐、心跳加速、心律不齊、抽筋、頭痛等
快速舒緩藥物			
短效支氣管舒張劑 - 短效 β_2 受體致效劑： Ventolin (Salbutamol) Bricanyl (Terbutaline)	能迅速舒張氣管，令呼吸回復暢順，舒緩哮喘症狀	較口服輕微	如需頻密使用此藥，請告知醫生，因這顯示你的哮喘仍未受到有效的控制過量吸服會增加副作用必須隨身攜帶

鳴謝資料來源：香港醫院藥劑師學會藥物教育資源中心
香港消費者委員會

2006年1月至6月活動推介

康樂活動

復活快樂山頂遊

日期：2006年4月2日 (星期日)
 時間：上午9時至下午5時
 地點：港島薄扶林松林廢堡及山頂廣場一帶
 對象：有興趣人士
 費用：會員15元 非會員30元(大、小同價)
 (費用包括單程車費、生態導遊費及每一個家庭一隻風箏。)
 名額：30人
 行程：山頂「一」盧吉道步行至夏力道「一」往松林廢堡炮台
 (係松林廢堡炮台飲茶放風箏玩遊戲)「一」克頓道直落香港大學解散
 生態內容：認識印度古橡樹、香港大沙葉、香港黃檀等植物、生態導遊還講解
 一些關於太平山的歷史以及昂龜石傳說及維多利亞城界石簡介等。
 備註：請自備足夠的食水及午餐
 請帶備防蚊設備及雨具用品和足夠衣物
 參加者必須聽從導遊的指示

新春福到聯歡晚會

日期：18/2/2006 (六)
 時間：下午6時至9時
 內容：團拜、BBQ、遊戲、抽獎
 地點：香港哮喘會病人資源中心
 名額：100人
 費用：\$50 會員 \$80 非會員

互助小組

青年天地

日期：2006年2月17, 3月17日,
 4月7日及5月12日(星期五)
 時間：晚上7時30分至9時
 地點：香港哮喘會病人資源中心
 對象：患有哮喘的中學生
 名額：12人
 費用：\$20 會員 \$50 非會員

歡樂兒童小組

日期：2006年2月25日, 3月11日,
 4月22日 (星期六)
 時間：早上10時至12時
 地點：香港哮喘會病人資源中心
 對象：患有哮喘的小學生
 名額：12人
 費用：\$20 會員 \$50 非會員
 註：本會將播放『良好管教子女』
 錄影帶予家長觀賞

家長互助小組

日期：2006年2月22日, 3月15日,
 4月12日, 5月17日(星期三)
 時間：晚上7時30分至9時
 地點：香港哮喘會病人資源中心
 對象：哮喘兒童家長及成人
 名額：12人
 費用：\$20 會員 \$50 非會員

本會舉辦一系列為家長、青年和兒童的哮喘互助小組，旨透過遊戲、分享和專題介紹，讓病患者及家屬認識因哮喘衍生的情緒和護理哮喘經驗分享。

社區教育服務

香港培道中學認識哮喘工作坊

日期：2005年11月17日至2006年3月31日

內容：基礎哮喘護理訓練、籌辦活動技巧

地點：香港培道中學

對象：香港培道中學學生

名額：30人

費用：免費

哮喘會之友

義工簡介會

日期：2006年1月21日

(星期六)

地點：本會藍田病人資源中心

內容：義工服務簡介

對象：有興趣人士

費用：全免

會友服務

哮喘會新會員簡介會

日期：2006年3月8日(星期三)

時間：晚上7時30分至9時

地點：香港哮喘會病人資源中心

內容：介紹本會服務和活動、認識會友

對象：哮喘及過敏症病人及家屬

名額：40人

費用：免費

(如機構或學校有興趣與本會合作舉辦為家長、老師和學生的專業護理哮喘課程，請聯絡本會。)

活動剪影

2005年周年大會晚宴 (2005年10月16日)

本會2005年周年大會假灣仔港灣道青年會灣景國際賓館灣景廳舉行，當晚共有140名會友和嘉賓出席，節目非常緊湊，氣氛相當熱烈，當日除舉辦晚宴外，本會下午假同樣地點舉辦『哮喘最新資訊講座』，由本會醫學顧問利知行醫生講解有關醫治哮喘的最新療法，共有60名會友參加。



活動剪影

『從中醫學看哮喘』講座 (2005年12月17日)



本會邀請香港中文大學中醫學院梁頌名客座教授講解中醫學如何護理哮喘，當日共有25名參加者出席。據梁教授解釋，中醫和西醫一樣都不能根治哮喘，從中醫角度看，中醫學多從護理人體的肝、脾、肺、腎等部份功能護理哮喘。（註：與西醫說的內臟部份是不同的）部份參加者更追問講者有關中醫學護理哮喘的方法，令我們洞悉自然療法的奧秘。

歡歡樂樂迎聖誕 (2005年12月17日)

本會喜獲一班基督徒義工協助舉辦聖誕Party，當晚活動在本會資源中心的露台舉行，氣溫雖然只得14度和加上大風關係，令好多會友都覺得非常冷，為此，我們預備大型火爐作禦寒用，參加者都感到新奇有趣，因為從來未試過參加一個有火爐的聖誕Party，除豐富的遊戲及禮物、溫情的聖誕詩歌，當晚更有分別身患嚴重哮喘病友和癌症康復者分享基督教如何支持他們，令很多會友深深感動及渡過一個開心快樂的聖誕Party。



你的參與，對我們鼓勵 你的支持，給我們希望

籌辦互助組織絕非一件易事，面對經濟轉型，很多資助機構都改變以往對本會的資助模式，例如改按計劃撥款資助，我們在面對人手和資源緊張的情況下，要進一步推展會務，提供『講質素、講有料到』的活動，真是難上加難！

另外，我們希望會友能多參與本會活動，你不但能在過程中學習，且能給予我們鼓勵。本會於12月17日舉辦冬日衣物義賣，當晚共籌得\$2,600，為本會雪中送炭。謝謝！！



撰文：周世灝



感謝一直以來支持本會的人士。本會為香港稅務局認可之免稅慈善團體，如蒙捐助，捐助壹佰元或次上者可將捐款額作免稅計算。

捐款支持香港哮喘會的名單如下：

Ms Zhang Xiaoqing	\$100
Mr Chin Hung I David、Ms Kong Oi Man Irma	\$200
Mr Chen Chung Nin Rock	\$500
Mr Desmond Ko、Ms Eleanor Li	\$100
Miss Ho Yu Ping	\$500
Ho Hing Choi Peter、Au Oi Yee Audrey	\$1000
Tang Kui、Chu Sze Pun	\$200
Mr Wong Yan Lung	\$300
Hung Shui Yin Jackie、Leong Wai King	\$1000
Dr. Alfred Tam's Clinic	\$1000
Pun Sun On	\$1000
劉毅棟	\$100

Personal Information Collection Statement 個人資料收集聲明

The information provided will only be used for enrolment as member of the Hong Kong Asthma Society, statistical analysis, further correspondence, and promotion of activities organized by HKAS. Apart from personnel duly authorized by HKAS, no one will be given access to your personal information. Under the provisions of the Personal Data (privacy) Ordinance, applicants have rights to request access to, and the correction of, their personal data. Applicants wishing to access or make corrections to their data should submit written requests to the Society.

申請人於填寫會員申請表時所提供的個人資料，本會將用作處理會員事務（包括統計、聯絡及活動推廣）。除本會授權職員外，其他人士均不得查閱你的個人資料。根據個人資料（私隱）條例，申請人有權查詢及更改其個人資料。申請人如須查詢或更改其個人資料，請致函本會。

Signature 簽名：_____

Date 日期：_____

Application 申請手續：

Complete the Membership Application Form together with a crossed cheque for Membership payable to the "Hong Kong Asthma Society Ltd" should be sent to the following address:

請連同填妥申請表各項，並附上繳交會員費用的支票（支票以『香港哮喘會有限公司』名義抬頭，並加劃線）寄回以下地址：

HONG KONG ASTHMA SOCIETY
1/F, Lam Tin Complex
7 RREHAB PATH
LAM TIN,
KOWLOON

Enquiry 查詢

Tel 電話號碼: 2895-6502 Fax 傳真號碼: 2711-0119

Email 電郵地址: hkas@hkasthma.org

Homepage Address 網址: <http://www.hkasthma.org>

香港哮喘會
九龍藍田復康徑7號
藍田綜合中心1樓

For Office Only

Membership Number 會員號碼：_____

Vetted by the Executive Committee on 執行委員會通過日期：_____

Hon. Secretary 義務秘書：_____ Chairman 主席：_____

Signature 簽名：_____ Signature 簽名：_____



香港哮喘會

Hong Kong Asthma Society

Membership Application Form 會員申請表格

Personal/Organization Particulars 個人/機構資料

Name (Block Letter, surname first) : _____ 中文姓名 : _____

Title 稱謂 : 先生 Mr. ☐ 小姐 Miss. ☐ 太太 Mrs. ☐ 女士 Ms. ☐ 醫生 Dr. ☐ 博士 Dr. ☐

Name of Company : _____ (For Corporate Membership Only)

公司名稱 : _____ (供機構會員填寫)

Correspondence Address 聯絡地址 : _____

Telephone No 電話號碼 : _____ Fax 傳真號碼 : _____

Email Address 電郵地址 : _____

Types of membership 會籍

(Please tick ✓ as appropriate 請於合適位置填上 ✓)

General Membership 基本會籍 (年會員)

Types of General Membership	Annual Membership Fee 每年會費	
Asthma Patient 哮喘病友	HK\$ 50 港幣伍拾元	☐
Asthma Patient's Relative 哮喘病友家屬	HK\$ 50 港幣伍拾元	☐
Allergy Patient 敏感症病友	HK\$ 50 港幣伍拾元	☐
Allergy Patient's Relative 敏感症病友家屬	HK\$ 50 港幣伍拾元	☐
Others 其他	HK\$ 50 港幣伍拾元	☐

Professional Membership 專業會籍

Professional Membership is for medical professionals only 專業會員只為醫護服務人士而設	Annual Membership Fee 每年會費 HK\$ 500 港幣伍佰元	☐
---	--	--------------------------

Corporate Membership Fee 機構會籍

Types of Corporate Membership 會籍	Donation 贊助捐款	
Diamond 鑽石會籍	HK\$ 100,000 港幣拾萬元	☐
Gold 金會籍	HK\$ 50,000 港幣伍萬元	☐
Silver 銀會籍	HK\$ 30,000 港幣叁萬元	☐
Copper 銅會籍 (基本會籍)	HK\$ 10,000 港幣壹萬元	☐