

NEWSLETTER

/ 78 期



香港哮喘會三十周年特刊

1989 - 2019

地址：香港油麻地上海街402號地下
網址：www.hkasthma.org.hk 電話：28956502 傳真：27110119
本會乃根據<<稅務條例>>第88條獲豁免繳稅的團體，捐款\$100或以上者可憑本會捐款收據作申請免稅之用。



執行委員會

主席
副主席

陳永佳先生
陳沛田先生
(已於2019年10月離任)

義務秘書
義務司庫
執委

陳潤偉先生
楊國晉先生
王佩儀姑娘
林德昇先生
張昌明先生
黃慕蓮醫生
鄭漢華先生
尹婉萍博士
鍾瑞祥先生
繆定逸醫生
梁瑞平姑娘
賴德輝先生
陳利醫生

Mr. Wing Kai CHAN
Mr. Pui Tin CHAN
Dr. Gabriel CHAN
Mr. Harry YEUNG
Ms. Debra WONG
Mr. Edmond LAM
Mr. Eric CHEUNG
Dr. Maureen WONG
Mr. Eric Han Wah CHENG
Dr. Pauline WAN
Mr. Mark Shui Cheung CHUNG
Dr. Nelson MIU
Ms. Sui Ping LEUNG
Mr. Larry LAI
Dr. Veronica CHAN

醫學顧問

香港胸肺學會 Hong Kong Thoracic Society

古惠珊醫生
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
陳利醫生
陳偉文醫生
黃慕蓮醫生
盧浩然醫生
譚卓賢醫生

Dr. Fanny KO
Dr. James HO
Dr. Alice HO
Dr. Chi Hang LEE
Dr. Wilson YEE
Dr. Bing LAM
Dr. David LAM
Dr. Veronica CHAN
Dr. Johnny CHAN
Dr. Maureen WONG
Dr. Ho Yin LO
Dr. Cheuk Yin TAM

香港兒童呼吸及過敏學會

Hong Kong Society of Paediatric Respirology and Allergy

古修齊醫生
周笑顏醫生
周博裕醫生
梁廷勳醫生
梁銀河醫生
陳善珩醫生
陳麗霞醫生
黃達剛醫生
黃德偉醫生
趙華強醫生
劉家輝醫生
韓錦倫醫生

Dr. Don KOO
Dr. Siu Ngan CHOW
Dr. Pok Yu CHOW
Dr. Ting Fan LEUNG
Dr. Theresa Ngan Ho LEUNG
Dr. June CHAN
Dr. Grace CHAN
Dr. Tat Kong WONG
Dr. Tak Wai WONG
Dr. Wa Keung CHIU
Dr. Tony LAU
Dr. Ellis HON

榮譽顧問

譚一翔醫生
陳麟書先生
何學工醫生
余宇超醫生
李大拔教授
李志良醫生
汪慧敏註冊中醫師
李惠兒小姐
周建偉醫生
洪之韻醫生
倪珍莉醫生
唐慧貞小姐
梁宗存醫生
梁慧思營養師
郭啟謙醫生
郭錦恩小姐
陳亮醫生
陳兆麟醫生
陳念慈小姐
陳艷媚博士
陸志剛醫生
黃永堅教授
黃德如註冊中醫師
葉秀文教授
葉遠芳醫生
鄒揚源醫生
彭耀宗教授
賴奇偉醫生
蘇鈞堂醫生
李德康醫生
梁榮能教授

Dr. Alfred TAM
Mr. Alan Lun Shue CHAN
Dr. Marco HO
Dr. Donald YU
Prof. Albert LEE
Dr. Chi Leung LEE
Prof. Hui Min WANG
Ms. Susanna LEE
Dr. Kin Wai CHAU
Dr. Emily HUNG
Dr. Jenny NGAI
Ms. Mabel TONG
Dr. Roland LEUNG
Ms. Winsy LEUNG
Dr. Henry KWOK
Ms. Crystal KWOK
Dr. Leo CHAN
Dr. Shiu Lun CHAN
Ms. Amy CHAN
Dr. Esther CHAN
Dr. David LUK
Prof. Gary WONG
Ms. Louisa WONG
Prof. Mary IP
Dr. Ada YIP
Dr. Adrian WU
Prof. Marco Yiu Chung PANG
Dr. Christopher LAI
Dr. Kwan Tong SO
Dr. Tak Hong LEE
Prof. Albert LEUNG

中心職員

中心主任
活動幹事
營運助理/會計文員

鄺卓山先生 Mr. Alex KUANG
宋子傑先生 Mr. Matthew SUNG
歐紫欣小姐 Miss Connie AU

機構會籍

鑽石會籍：
銀會籍：
出版委員會：
編輯：陳麟書、陳永佳、鄭漢華、鍾瑞祥、林德昇
30周年會訊/大事紀小組：
陳麟書、楊國晉、陳沛田、陳永佳、鄭漢華
特別鳴謝：
本刊義務編輯：李孟進
設計顧問：張秋堂

美國默沙東藥廠有限公司
阿斯利康(香港)有限公司



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。



主席的話

陳永佳

轉瞬哮喘會已踏入30周年。在30年前，一個娃娃誕生，轉瞬間，他如果是一個男嬰的話，已經長成為一個風度翩翩的大好青年，如果是一個女娃，也已是一個亭亭玉立的美女。究竟哮喘會可否以用風華茂盛來形容她呢？這有待大家的評價！但正如所說，30年了，也不算一段短的日子。前賢的創舉，一路篳路藍縷，把哮喘會營造得有先天的底子，這是我要感謝的地方。祈願在日後的日子，在前人的扶持及祝福下，我們能百尺竿頭，迎難而上。想起我當初(我都記不起是那一年了)，楊國晉“踢”我入哮喘會，一入會便要我做一個執行委員會的委員，只好以敬業樂業之心去承擔。現時雖然是這個會的主席，但都要兢兢業業，不能怠惰，因為為哮喘會及哮喘病友要做的東西仍有很多。今年適逢(全球哮喘防治創議GINA)修訂治療哮喘的指引，隨著這個指引的推行，對治療哮喘而言，實在是一個“大躍進”。我們要修訂很多本會的刊物，短片，文稿及教育材料的內容，我都不敢再去想象。但我在此邀請各執委及會員與我攜手並進，接受及面對這個挑戰。



中心主任的話

鄺卓山

轉眼間加入哮喘會差不多一個年頭，回想這年的種種活動還是歷歷在目。雖然本人在哮喘會時日尚短，但在短短的日子中已經接觸到很多以往沒有接觸過的領域，實在令人大開眼界。值得一提的是除了活動幹事Matthew外，今年年中營運助理Connie的加入，進一步加強了本會事務上的執行能力和士氣，實在欣慰。最後不得不提的就是很榮幸可在哮喘會三十週年的時候在當中出一分力。特別是在製作這期三十週年的會訊時，回望哮喘會由最初資源短缺的情況下，慢慢一直成長走到現在，實在得來不易。在此希望哮喘會可以繼續得到大家和更多人的支持，把哮喘護理和過敏等知識更好地滲透到病友以致與病友相關的人士身上！

三十周年紀念賀詞

香港哮喘會



每次翻開香港哮喘會之通訊都不禁感嘆幹事們的熱誠、創新和魄力。每期的會員通訊都有新意念和新活動，三十年從沒間斷，足以證明香港哮喘會在推動哮喘教育活動及支援病友方面不遺餘力。

尤記得第一次參與香港哮喘會的活動已是十多年前，地點是當時的茶果嶺會址，後來會址遷往油麻地；每次的參與都令我們充分感受到會友的積極支持，是香港哮喘會成功的重要因素之一。

香港哮喘會跟香港胸肺學會，香港胸肺基金會以及美國胸肺學院(港澳分會)是長期的合作夥伴。香港胸肺學會有一定數目的委員及會員同時是香港哮喘會的顧問，從中獲邀參與香港哮喘會的教育活動。展望將來，祈望香港哮喘會繼續跟我們攜手合作，推動哮喘教育及相關之活動，惠及更多哮喘患者。

香港胸肺學會會長
林志良醫生

香港胸肺基金會主席
陳偉文醫生

美國胸肺學院(港澳分會)會長
李文寶醫生

香港哮喘會

三十周年紀念賀詞



在這特別的年頭，哮喘會的三十週年給我很多記憶與懷念。三十年當中，我與她走過了二十多年，人事、工作的變遷我們經歷著許多起落，當中有成功也有失敗，但看著她的歷史，還是一步步地成長起來了。因工作的關係我沒有再參與哮喘會的工作，但相信在主席各執委的帶領之下，哮喘會一定會繼續發展下去。只要能面向社會，緊貼群眾，掌握醫療科技的發展，與日俱長，定能更好服務市民，令哮喘胸肺病人大大得益。謹祝哮喘會同人身體健康，益壽延年，會務猛進！

譚一翔醫生
香港哮喘會榮譽顧問
香港哮喘會前主席(2008-2012)

過去30年，香港哮喘會在歷任主席、執行委員會及附設的病人資源中心眾人努力不懈下，為大眾提供關於哮喘和過敏症的醫學資訊及為哮喘和過敏症病患及其家屬提供各種服務，另外哮喘會歷年訓練多名義工，為社會服務。欣逢香港哮喘會30周年誌慶，衷心祝賀貴會百尺竿頭，更進一步。

繆定逸醫生
香港兒童呼吸及過敏學會會長
香港哮喘會執行委員



香港哮喘會的社會意義

撰文:香港病人組織聯盟主席袁少林

疾病的出現，是無可避免的事，尤其是先天性疾病在當今發展迅速的醫療技術上也是頗為難以應付和根治的問題，慢性病帶給患者及家庭上的各種衝擊，實在是罄竹難書。除了醫護人員的努力外，同路人以相同經歷，無論在復康、社交層面上，都較易產生朋輩共鳴的感覺。病人參與自我管理、積極自強和心理質素調整，是獲取較佳生活質素的良方，因此在這方面病人組織擔當了專家的角色，為患者及其照顧者提供適切的服務，解決了他們不少的困難，香港哮喘會便是其中成功的好例子。

在香港哮喘會成立三十周年的日子，筆者謹代表香港病人組織聯盟祝賀會員們

身體健康、身心愉快，會務更進一步。哮喘病是社會常見的慢性病之一，在香港患上哮喘病的人數超過33萬人，香港哮喘會作為本港最大的哮喘病人自助組織，和大部分組織一樣，步過了一大段漫長的道路，從無到有，在幾許的風雨、沉重的擔子、但憑藉同工們的努力和協調，大家都在同心同德，共同創建下，成就了組織！在網頁上看到香港哮喘會的多元化服務，真的是令人讚嘆；會方在以會員及社教為本上，提供了很多質量具備的服務，付出了不可量度的貢獻。哮喘會的工作，得到了政府部門和會友、社會的廣泛認同，你們的成就，在眾多病人組織上樹立了一個良好的榜樣。作為好夥伴的我，請接受我由衷的祝賀，願香港哮喘會的服務精神，亮得更光，照得更遠！



一個良好的榜樣。作為好夥伴的我，請接受我由衷的祝賀，願香港哮喘會的服務精神，亮得更光，照得更遠！

撰文：
香港哮喘會主席陳永佳

30年所見



適逢哮喘會 30 周年，主編囑咐我聊書數言，以作留念，我把過去一些瑣事記下，以作日後茶餘飯後的話題：-----

1. 哮喘會幼師培訓的緣起

20 年前，本會的通訊主編兼執委 Ella。在開會時告訴我，他有二個女兒，已屆入讀幼稚園的年紀，報名時他向校長說出女兒是哮喘患兒時，不是要求特別的對待，誰料校長竟然拒收他女兒的報名，理由是幼稚園裏沒有人懂得如何處理哮喘患兒。為此，我耿耿於懷，覺得哮喘患兒有被歧視的感覺。於是，我著手與教育學院(其後發展為教育大學)商討，為幼稚園師訓班的同學培訓，教他們認識何謂哮喘，哮喘患兒在哮喘突發的應對方法，如何與家長討論病情及防治哮喘須知(錦囊)。之後再推展至教育大學，及現在的 IVE。

2. 哮喘會現行會址的源由

哮喘會早期在九龍醫院旁邊，一幢已廢棄的舊醫生宿舍其中一個房間辦公，那時聘請一位半職職員處理會務。其後，因復康會社區復康網絡的發展，復康會橫頭磡中心，容許我們在他們的中心設辦公室，我們便遷移至橫頭磡，聘得一位職員處理會務。其後又搬遷至藍田，那時已有二位全職的同工。數年後，便搬遷到現址。人手又由二位全職，及一位半職，逐漸增加至三位全職同工。轉瞬間，搬來油麻地也有 10 年了。

3. 哮喘護理課程的演變

約 20 多年前，哮喘會舉行很多大型講座，且座無虛席，那時我也是講座的主講人，隨著時間的轉移，哮喘會希望為病人推展一些較深入的培訓。遂開展了有六至八節哮喘護理課程(其實是小組)，由復康會借調社工 Ms. Pauline WAN 協助我們。這就是哮喘會護理課程的開始，並在復康會借地方舉行。自此以後，哮喘會的護理課程

都是沿著這個方向，包括，認識哮喘的病理，認識哮喘的藥物和用藥，認識致敏原，防治哮喘須知，認識最高流速計及其使用方法，認識儲霧器及其使用方法，拍痰技巧，運動與哮喘等。其後的課程和小組大都以這些內容為藍本。近年亦會與醫院的病人資源中心合辦。即使形式及手法有不同，但內容仍以上列所列出的內容為濫觴。

4. 在醫院專科病房擺攤

年前，我被委任為醫院管理局病人諮詢委員會委員，諮詢委員會接納我們建議，讓病友組織在專科診所內宣傳病友組織，派發單張及與病人傾談等，其後更發展至播放由病友組織提供的短片等。目前，我會已在不同的醫院提供服務。上述的資料已成為哮喘會的部份歷史。

感言和展望



治療哮喘藥，改變病人一生 由不治進化為可控

撰文：香港哮喘會執行委員/醫學顧問黃慕蓮醫生



數數手指，加入香港哮喘會並成會中顧問醫生及執行委員已十五個年頭，適逢香港哮喘會成立三十周年，我想借此機會，分享我透過臨床與病人接觸，以及在參與會務時得到的感想。過去十多年，哮喘藥物的改良，以及病人對哮喘認知增長，都對病人及其家人得到莫大裨益。

先談談哮喘這個慢性病，基本上是一種炎症，病者是與時間競賽，去預防及減低在未來，因這炎症而引致的傷害及發作風險。可惜很多病人對此缺乏認知，以為只需要在發作時用藥便可，無必要天天用藥。2019剛更新了的全球哮喘指引，肯定就算是輕微偶爾發作的哮喘，都有預防藥物的需要。另一類病人，則不必要地「認命」，以為哮喘一定有少少不適，誤以此作為正常。其實就算是難攬的哮喘，雖不能根治，也有機會達到完全受控或提高受控的目標。



且先說我作為醫管局醫生，在公立醫院為病人診症，礙於病人眾多，問診時間無奈頂多只有三數分鐘。診症時間短，醫生難以向病人好好解釋如何預防哮喘發作，正確的用藥程序，起居飲食習慣，以及外遊及運動時要注意的事項。這些工作多得專科護士分擔，亦靠病人或醫學組織，透過不同渠道教育病人及大眾，這正是香港哮喘會一眾上下多年的努力，令市民增加了不少對哮喘病的認知。

至於藥物治療上的進步，隨著不同效能的新藥出現，病人在控制病情上，亦得到優良的效果。例如氣管擴張劑由以往的短效，改進至長效，甚至在同一噴筒中，加入類固醇作複方使用，不僅治療效果加強了，效能也可長達廿四小時，因而減少病人用藥次數和複雜程度，變相鼓勵病人更積極接受治療，不那麼抗拒用藥，更有效控制病情，生活質素亦得以提高。

感言和展望

(續) 治療哮喘藥，改變病人一生 由不治進化為可控



值得一提的，是近年才應用於治療哮喘的生物製劑，病人只要每月定期注射，能有效抑制免疫系統中一些因子的發炎反應從而控制哮喘，適用於嚴重哮喘病人，對用上高劑量、強藥效吸入劑，甚至長期服用口服類固醇，仍未能控制病情的嚴重哮喘病人來說，是一大喜訊。

就以我接觸的病人當中，不少都受惠於改良了的藥物，一位任職護士的病人就對我說，用了新一類吸入式類固醇/長效氣管舒張劑後，連轉天氣都沒有發作，打羽毛球也沒有出現氣喘，生活質素比以往提高不少。值得慶幸的是，病人能正常運動，有效強身健體，同時也有助避免哮喘發作。

上面說到香港哮喘會在教育哮喘相關知識上不遺餘力，病人可透過本會主辦的講座或其他活動，了解正確用藥知識及各式預防發作貼士，例如針對時間性的提示，包括在轉天氣時提醒病人要小心防範發作，每年定期提醒病人接種流感疫苗，以及在馬拉松比賽前夕，作出適時的建議。最終目標，都是希望病人能小心防範哮喘發作，好好「與病共存」。

在此我祝願各位病友氣道暢通、身體健康！本會亦會繼續為大眾帶來更多哮喘相關的資訊和服務。

感言和展望



我和哮喘

撰文：
香港哮喘會榮譽顧問/
香港哮喘會前主席 陳麟書
(1999-2008)

我自出生便面對各種病患，母親為醫治我的哮喘病到處遍尋醫師及各種坊間療法，由於當年醫療落後，令我一直在死神旁游走，包括：生吞初生的小老鼠、吃鱸魚肉、蛤蟆肉和乾胎盤(即紫河車)、又試過在手腳及背部埋藥針灸...、又有庸醫騙我幫我抽氣喘筋、最慘是服了一位自稱專治哮喘的中醫配製的膠囊藥丸，雖然那中醫之後因犯賣含類固醇禁藥被捕，卻令我半年內由58磅增至108磅，之後曾有醫生在我兩腮淋巴腺注射類固醇，據說短期可控制哮喘病情，後來卻導致我淋巴腺發炎，要用手術割除及清洗傷口足三個月。

千奇百怪的療方

童年時，只要能治好哮喘病，怎樣「痛」「苦」和「辛苦」，我都能咬緊牙關撐過去，父母那怕失去金錢或再次失望，都會帶我去嘗試，相信這也是所有長期病患者家人的盼望。

回望之後在1969年至1979年十年間，每年十月中至翌年三月，我經常出入醫院，母親最是辛苦，當時醫院病床很緊張，哮喘又無法根治，只要不喘氣便要出院，很多時早出院當晚再入院，父親很怕去醫院，都是母親送我去且弄到半夜三更才回家，相隔不足幾小時，她又出現在我面前，她要看見我睡了或暢順呼吸才趕去上班，看著母親的背影，我記得也常有氣無力地對她說：不用來了，我可以照顧自己及出院，但她從來都不聽。

70年代，哮喘病只可作為舒緩治療，氣喘利害時，注射舒張氣管的藥進血管，那藥進入血管時灼痛得要命，直沖向腦袋有如炸裂，待氣管緩緩的鬆開減慢後，呼吸才暢順...，要吸口空氣真不容易呀！

有幾次因過份緊張及藥物反應強出現發狂，雖然身上穿著防跌背心且戴著氧氣罩打著點滴，發狂時竟會把點滴管或防跌背心扯斷甩掉，或將氧氣罩退到咽喉位，記得有一次，要出動八名壯男將我按實，要打鎮定針才能控制。事後頭痛欲裂至三四天以上，頭亦抬不起，由於服食了高劑量類固醇而做成胃出血及食道敏感，水也吞不下，吃什麼就吐什麼，足足餓了三十多天才漸漸恢復過來，所有人都以為我這個十五六歲的少年會早夭。感謝上帝安排和憐憫，讓我活下來...。

感言和展望



(續) 我和哮喘

醫院成立哮喘專科

1978年九龍醫院成立哮喘專科，我被邀請成為研究及測試對象，做24種致敏源皮下測試，當時醫護陣容很大，所有防止過敏藥物設備齊全，我的測試很驚人，24種只有蝦、蟹、朱古力三種沒呈現反應，其餘都超過4度以上，特別是塵蟎腫脹得完全沒法量度及立時出現氣管敏感，需要即時注射舒張針藥才能控制，當值醫生搖頭，說我日後只能住在氧氣箱才沒事。

在78-79年期間我不斷嘗試各種吸入劑，醫學界對治療哮喘有大認識及進展，最後我使用含有類固醇的新消炎吸入劑(Becotide)及舒張吸入劑(Ventolin)，也讓我開始過正常學習及不受限制的生活。

與香港哮喘會結緣

1989年我如常往九龍醫院覆診，主診的陳乃圭醫生遞給我一張香港哮喘會入會申請表，他知道我在中學學校工作並問我會不會編輯，我說「會」，想不到幾天後，陳醫生約我到上環永安百貨地下up-town餐廳與第一屆執委郭志豪見面，自此，我便成為香港哮喘會義工及哮喘會創刊季刊編輯，直到現在。



懷念陳乃圭醫生

陳乃圭醫生是我的主診醫生，亦是他帶領我進入哮喘會義工的行列，他為人和藹可親，快人快語，絕不做作，香港哮喘會就在他積極推動下成立，他常常花大量時間為哮喘病人做事，替病人爭取更多利益和資源，陳乃圭醫生是繼連任四屆主席的郭志豪需要回美國，才出任主席，當時我亦步亦趨地跟著陳醫生，學習如何推動哮喘會前行，最終亦登上香港哮喘會主席之位。很遺憾的是陳乃圭醫生2年前因爆血管入院，令委員及義工很擔心，至今年

年中，他終於不敵病魔而離世，感謝陳乃圭醫生一直以來對香港哮喘病人無私的奉獻。香港哮喘會及所有病人都懷念您，願陳乃圭醫生主懷安息。

感言和展望



"THIRTY YEARS AGO....."



感言和展望

Vivid is my memory of the all those early mornings before day break that I found my little younger son panting heavily with a pale face in his bed and my wife and I had to rush him to the hospital for emergency treatment. That was more than 30 years ago. My son is now a staunch man in his mid-thirties, yet still keeping a Ventolin tube at hand as a precautionary measure. Through detailed diagnosis and briefings by the doctor, we began to realise that asthma should not be regarded as a mere illness but a body condition that need be managed on a long-term, if not life-time, basis. It is important that parents with young children having breathing problems should take them to the doctor for diagnosis as soon as possible. Despite our ignorance and some unnecessary procrastination, we finally got our son for a proper diagnosis with the right treatment being initiated.

It was at that time we became acquainted with Harry Yeung, who is familiar with the treatment of asthma and has vast contacts with doctors working in this particular field. He asked me if I would like to share my experience with other parents having children with asthma problems. I thought it was a great idea. As Harry rightly

pointed out, the purpose is really to set up a patients group with the support of volunteer doctors so that knowledge of asthma and its treatment could be spread out to as many parents concerned as possible. This will no doubt help avoid much unnecessary sufferings by asthma patients and may even help saving lives. It is in this spirit that the Asthma Society was set up thirty years ago.

I am pleased to say, after thirty years, that spirit continues to glow and indeed glows more brightly now than ever before. We are seeing not only better organisation and a much broader based membership but a whole range of other promotional and educational activities designed to help parents and patients better manage their asthma condition. For all this, we are indebted to the excellent work and dedication of all the office bearers, who have kindly served on the Society over the years. I would also commend all the doctors for their generosity in spending time to help the Society get on the

right footing and move in the right direction. What we see today is the fruit of a large, sustained effort to help those who fall victim to asthma in Hong Kong. For myself, I must say I have been handsomely rewarded with all the fond memory of working for the Society thirty years ago.



Mr. C.M. LEUNG 梁展文
Founding Chairman of The Hong Kong
Asthma Society (1989-1991)

感言和展望

我與香港哮喘會的「情」

撰文:幼師講員義工梁慧芬校長



我是一位幼兒教育的工作者，由於家人都都是哮喘病患者，對同路人特別有感受，尤其是我的家長及學生。二十多年前，曾有一位學生由於患有哮喘，媽媽對女兒都十分緊張，經常缺課，就算回到學校，甚麼活動也不參與，如玩水，家長怕她會著涼。我把哮喘會的單張、會訊送給家長細閱，除常常關心學生身體狀況外，特別關注其媽媽的情緒，一段時間後，媽媽開始接受女兒做適量運動，甚至游泳。其後，媽媽放心外出做兼職工作，並讓他人照顧女兒，他們臉上多了笑容，身體也健康了。

我覺得病患者家屬，如能正面面對家人及自己的情緒，大家都有裨益。此外，幼稚園老師對患哮喘的學生亦很重要，如她們對哮喘病有正確的認識(如何協助用哮喘藥)，在學生發病時，如何協助他們舒緩情緒等，都是十分重要的。

我在任職的幼稚園，曾邀請香港哮喘會到校為我們舉辦以下活動：

- 由專科醫生為家長主講講座
- 為教職員提供專業培訓(包括對哮喘病的認識及用藥)，並即場進行考試(筆試及用藥實習)
- 由老師以故事「希琪家庭」向學生講解哮喘病及患病者的情況，更重要的是鼓勵學生關心身邊有病的同學，還有專科護士介紹如何正確吸藥及讓學生嘗試用「最高流速計」進行「呼吸流量測試」。最後完成工作紙。

經過以上活動，我們的教職員、家長及學生獲益良多、對哮喘病不再存有謬誤，大家能積極面對，校園充滿關愛。

後來香港哮喘會為香港教育學院(現在的香港教育大學)及香港專業教育學院沙田分校的幼兒教育學系的學員舉辦專題講座及工作坊，內容包括專科醫生講座、實習工作坊及幼稚園校長分享的「與哮喘幼兒的溝通及相處技巧」，使學員在當老師前，能對哮喘病有正確的認識及如何面對患病的學生及其家長。多年來，感謝香港哮喘會給與機會，讓我用我的經驗跟準幼稚園老師分享「與哮喘幼兒的溝通及相處技巧」，最終受益的是患病的幼兒及其家長。



感言和展望

新紮社工與香港哮喘會 的十年回憶



撰文:香港哮喘會執行委員尹婉萍博士

1994年初夏，我從大學之門踏入社會，走進一棟古舊的唐樓，位處上環高陞街！一個新紮社工，心裏不停盤算著上司的吩咐：“你擔當一個重要任務，是協助香港哮喘會，作為病人自助組織發展的工作”。當年帶著機構給予的“使命”，並得到不同專業人士支持，開展了一系列給予哮喘病人及家屬的服務。當中包括

- 以凝聚會員為主的定期季節性活動，如：聖誕派對、秋季漫步等
- 以推動會員建立健康體魄的運動班，如：水中運動、跆拳道等
- 以推廣“正確認識哮喘”的社區教育系列，如：各類型講座及給予兒童患者、其家長或成人患者的自我照顧課程
- 以促進病人互助的義工培訓小組

雖然10年後，因新工作安排，帶著不捨之情暫別這個“大家庭”，但現在當我回想這些細節的時候，每頁片段、每個友好的支持及參與，不其然湧上心頭……大家還記得這些友好的名字嘛？



Mr. Joe Kwok、譚一翔醫生、已故陳乃圭醫生、陳永佳先生、楊國晉先生、Mabel Tong..... 還有很多很多的名字，未能盡錄，他們對於香港哮喘會於策劃及推行各種活動的成功，實在舉足輕重、至關重要。現在回想起，轉眼間，已經是25年前的事。時代在進步，香港哮喘會現在已經擁有自己的會址、也建立了不同的渠道及方式，進一步推動香港哮喘會的發展，把各種活動及與哮喘護理有關的資訊，推廣至公眾人士及有需要嘅人士，這實在是可喜可賀，在此祝願香港哮喘會有更豐盛發展，惠及更多有需要的人士。

感言和展望

「希琪家庭」撐哮喘會

撰文:香港哮喘會執行委員林德昇

「希琪家庭」作者:Tiger.Edmond Lam



感恩遇上香港哮喘會。

感恩成為香港哮喘會的義工。

感恩成為香港哮喘會的一份子。

感恩被邀進入《香港哮喘會季刊》的編委會。

才能讓這個「希琪家庭」漫畫誕生。

我們好開心能在此認識大家^^

在此慶祝香港哮喘會成立30周年^^

祝福大家身心

健康愉快^^

未來大家同行努力~加油！



感言和展望

哮喘病為我帶來「畢幸」

撰文:香港哮喘會執行委員賴德輝

大家好，我叫Larry sir，好多人都知道我喜歡吹葉笛，背後跟哮喘會有甚不解之緣呢？個人過去曾經不幸患上氣管敏感、肺炎、肺癆和哮喘等，有醫學研究指出呼吸道疾病涉及自我體質及環境因素，亦跟家族遺傳、個人作息和飲食習慣息息相關。

加入香港哮喘會是由兩位熱愛環保的好友邀請，知道我積極推廣環保教育，尤其近年的天然環保樂器「葉笛」，日本有研究證實葉笛吹奏有助強化心肺功能，只一片葉子竟然能夠結合園藝治療和音樂治療效益，並鼓勵愛好者多走到戶外接觸大自然，欣賞樹木之餘亦可呼吸新鮮空氣。與此同時，個人教學工作亦跟健康與護理相關，期望可為學生和病友多做點事情，讓更多人像我一樣能

跨越哮喘病，把過去的不幸，成為「畢幸」畢生的幸福！在做義工的過程，體會到助人自助的「畢幸」。加入執委會，協助組織準幼稚園老師的幼兒哮喘護理證書課程、在哮喘會開創葉笛教室等，在服務中亦認識到一班志同道合的義工及更多同路人期待可以把香港哮喘會的使命薪火相傳！



感言和展望

楊國晉 (義務司庫)

我的寄望如下：作為創會成員之一，我特別希望香港哮喘會在開展第二個30年服務時，能做到不忘初心，擴大並提升受患病友及家屬的數量和質量；關注並促進政府及社會人士為我們提供無煙、零污染的環境；成為病人組織可持續發展的典範。

陳沛田 (副主席)

我的展望如下：(1) 增加不同會員會籍，吸納更多人成為E-member (2) 招募更多義工，希望將來有更多義工加入執委 (3) 加強網頁內容，發展控制及護理哮喘的apps。

梁瑞平 (執委)

希望日後有更多市民能夠認識香港哮喘會及更多志願團體支持哮喘會。哮喘是一個容易控制及預防的小毛病，只要小心日常生活、適當按指示用药，避免致敏原，避免二及三手煙。注意天氣變化及感冒病情，也是適當的哮喘控制方法！加油！

黃慕蓮醫生 (執委/醫學顧問)

- (1) 擴大會員網絡，如:E-membership。
- (2) 加強會員參與，例如，定期由會員牽頭分享哮喘護理心得，然後由醫生作註腳。
- (3) 哮喘是過敏病一種。加強過敏病的認識是很重要。

王佩儀 (執委)

- 1) 增加網頁e-learning內容有關控制及護理哮喘的知識，方便市民及家長查閱。
- 2) 增加學校講座以加強老師及家長對哮喘的認識及哮喘發作時的處理。

面對空氣污染，你有得揀！



踏入秋季時分，廣大香港市民都紛紛特意煲湯水為一家人補身，增強免疫力，免受寒氣一時「攝親」。實際上，就著香港從春夏季（以西南海風為主），轉至秋冬季（受東北風影響）的變化，市民難免會受到較多的由陸空氣污染影響。我們應該如何應對，在個人層面上減低接觸空氣污染物的風險，從而保障健康呢？

實時空氣質素資訊由你掌握

香港科技大學環境研究所剛推出名為 PRAISE-HK 的健康空氣應用程式。利用人工智能，結合先進的大氣及交通模型、大數據、空氣感測技術及曝露科學等，將香港每一區，甚至每一條街的空氣質素仔細呈現用戶眼前，讓每個市民（特別是對空氣污染敏感的朋友）都可以及早準備，選擇較潔淨的路線、活動時間及地點，保障自己及家人的健康。以下是 PRAISE-HK APP 的主要功能！

點擊查看實時及未來48小時預測

當你首次打開 PRAISE-HK APP 時，在允許 APP 取得目前位置後，便可進入主頁，查看你目前最近街道的「空氣質素健康指數」(AQHI)，或滑動預測軸，查看目前位置未來48小時的空氣質素健康指數，並根據指數的健康指引（十字形按鈕），取得減少戶外體力消耗，戶外逗留時間等相應建議。





全港街道空氣污染物分佈

從主頁點擊「地點按鈕」進入空氣質素街道圖，會先顯示你身處位置及附近的空氣質素分佈。用戶可隨著當日及未來48小時安排行程（例如當天與朋友相約晚膳的地方、週末會帶孩子到哪個公園耍樂，甚至用作平日關心家人的小提醒），避免前往空氣污染較高的黑點，尋找清新路線，為健康護航



關注地點一覽無遺

PRAISE-HK 的書籤功能，讓用戶儲存您和你家人常到的地點。只需輕輕一按，便可檢視所有關注地點的實時及未來空氣質素預測。

立即下載 PRAISE-HK 應用程式：



App Store (iOS 用戶):

<http://bit.ly/PRAISE-HK-iOS>



Google Play Store (Android 用戶):

<http://bit.ly/PRAISE-HK-Android>

香港哮喘會30年大事紀



香港哮喘會自1989年成立至今，已踏入30周年，回想從起初借用九龍醫院的一張寫字桌開始至現在有3000平方呎的病人資源中心及辦公地點；從二十多個熱心人士開始發起及推動至現在已有近1000個會員，這一切的發展令人興奮！香港哮喘會的成立及成長，實有賴很多有心人，包括醫護人員、教授、病友、其家屬、其他專業人士等多年來或在不同的時候的無私付出及支持，令人感動的是，哮喘會作為一個病友互助組織，其發展也同時聯繫了很多人的生命，成為大家互相扶持及服務別人的載體及美麗回憶。回顧過去這三十年的日子，當中珍貴的片段、開心的人與事實令人雀躍及難忘！現在就與大家重溫過去難忘的歷史時刻，如里程碑事件及很多服務的第一次！

1989年7月

● 香港哮喘會成立

最早辦公地點乃借用九龍醫院的一張寫字桌



香港哮喘會，一個為病人而設的哮喘協會。



第一屆主席梁展文先生



執委陳兆麟醫生

1989年12月

● 第一期哮喘會通訊出版

● 成立24小時電話講座熱線 (每月更換一次主題)

1990年1月6日

● 首次舉辦哮喘醫學講座

1990年1月13日

● 首次舉辦哮喘病展覽會

1990年9月28日

● 一週年會員大會暨會員聚餐

1992年1月3日

● 紐西蘭哮喘會代表梁醫生

Dr. Allen Liang 訪港，並與哮喘會執委進行交流



1992年5月2日

● 開始於學校舉辦講座，以提高老師對哮喘病童的護理知識。首次講座於聖保羅男女小學舉行，講員是譚一翔醫生和郭志豪先生

香港哮喘會30年大事紀



1993年10月

- 聘任全職員工於橫頭磡復康會設有辦公桌

1995年1月14日

- 哮喘小戰士

用生動活潑的教材及遊戲，向哮喘病童講解哮喘病護理知識



1995年1月21日

- 首次開辦偷閒加油站
哮喘患者家屬互助課程提高病者家屬的護理能力，同時提倡互助支援



- 舉行大型「常見呼吸道疾病病徵」講座

1995年9月

- 第一期助人助己義工組招募

1995年12月16日

- 心要讓你聽見

愛心行動



歌星邵正宵
義賣CD捐助
哮喘會

1996年4月21日

- 無限時速慈善拉力賽

以越野賽車電子遊戲籌募善款

- 首次開辦偷閒加油站

哮喘患者家屬互助課程提高病者家屬的護理能力，同時提倡互助支援



1996年9月



- 港督彭定康探訪

哮喘會小義工分享生活起居及示範如何使用最高流速計

1997年7月21日

- 生死時速續集慈善首映禮

是次首映約一千人出席並籌得10萬元，執委陳乃圭醫生接受香港葵青獅子會的捐款



香港哮喘會30年大事紀



1997年9月



● 認識哮喘週暨記者

招待會

克服哮喘病患的亞洲女子三項鐵人賽紀錄

保持者伊絲活(左一)分享如何面對哮喘，並與主席陳乃圭醫生、高丙誠先生及游泳好手李繼賢出席活動

● 全動感哮喘同樂日

多位名人到場獻唱或支持，包括區瑞強、譚慧珠、程介南及曾志偉，提倡哮喘護理資訊。



1998年6月

● 新舊執委大合照



1998年12月6日



● 世界關懷哮喘日訂立暨同樂日

(首屆世界關懷哮喘日1998年12月11日)

潘詠茵同學獲「全港傑出哮喘學生獎」，杜德偉作頒獎嘉賓。

● 第一次賣旗籌款

2000年1月29日

2001年9月8日

● 藍田會址開幕

哮喘會遷進藍田會址



香港哮喘會病人資源中心正式成立，為哮喘病友提供更全面的資訊，如護理、藥物介紹



王杰先生及當時初出道的女子組合Twins到場慶賀及開幕



執委楊國晉先生向醒獅表演的小朋友致謝



香港哮喘會30年大事紀



2002年3月16日



- 首次職前幼稚園教師兒童哮喘護理証書工作坊

主席陳麟書先生接受香港教育學院的致謝



2002年5月7日

- 大埔區私家執業醫生研討會

2002年5月14日

2002年9月29-30日

- 大埔區私家執業醫生診所護士研討會

- 首次舉辦兒童哮喘護理之親子訓練營



2003年5月

2003年7月26日

2003年11月

2004年12月

2005年

- 哮喘會網頁成立 www.hkasthma.org

- 關懷哮喘大使義工計劃

- 病人自我課程

加強患者自我管理能力，包括教育兒童患者家長，達至更好監控

- 參與第9屆亞太區呼吸

病學會會議 支援哮喘病人的亞洲區研討會，了解區內哮喘病情的最新研究

- 服務擴展至各敏感症，開辦敏感症講座

香港哮喘會30年大事紀



2005年11月12日

- 參與亞太區哮喘病人組織聯席會議(AAPC)，交流各地病友在使用藥物及互助活動的經驗。

2006年1月

- 台灣學習及考察團



2006年9月11日

- 「哮喘過敏齊關心」獎券活動

2006年9月24日

- 齊心關護哮喘步行籌款及健康攤位



2006年11月4、11日

- 職前幼稚園教師兒童哮喘護理聽講證書課程，漸具規模，是次達230個準教師參加。



- 參與亞洲哮喘病人聯盟

2007年1月26-28日

2008年2月27日

雲集一眾球手的慈善友誼賽，每一球寓意揮走哮喘，愛心常在，是本會的籌款盛事

- 第一屆高爾夫球籌款日



香港哮喘會30年大事紀



2008年7月

- 傑出資優哮喘學生大使



2008年開始哮喘會與香港特別資優人士協會合辦活動



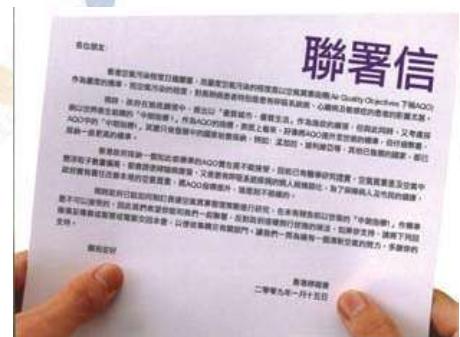
講座後分組討論



活動旨在培訓資優醫療大使，其中一個環節是參觀威爾斯親王醫院藥房

2009年1月15日

- 發起聯署行動，促請政府正視日益惡化的空氣質素，要求制定短期中期目標及修訂政策，以減少有害物質排放量



2009年2月起

- 永久會址歷程



慢慢換上新裝修



開幕時會址模樣



開幕盛況



開幕盛況

2009年5月9日

- 九龍區賣旗籌款



香港哮喘會30年大事紀

2009年9月25日



- 20周年大會暨會員聚餐



2009年12月19日



執委與主禮嘉賓
梁卓偉教授(後排右4)
及利敦仁先生及(後排左3)
拍照留念



- 遷進油麻地會址



- 20周年聚會暨病人資源中心開幕典禮



熱誠付出的資深義工

2010年10月14日 - 11月13日

- 全球肺功能日



本會與胸肺學會、兒童呼吸病學會及醫學會合作，用流動車到達香港九龍新界多個地點，免費為市民提供肺功能測試，呼籲市民關注肺健康。

在沙田啟動禮上，邱騰華局長與余若薇議員也參加測試肺功能

2011年1月

- 回應環境局《香港應對氣候變化政策及行動綱領》的公眾諮詢

香港哮喘會30年大事紀



2011年7-8月



- 首次舉辦親子足球班，獲得前國足韋海英女士執教

2012年



- 發表「酒後哮喘問卷調查」結果，提醒哮喘病人酒精飲品風險高

2013年5月

- 網站全面升級，全新網頁提供更豐富的哮喘、過敏症及胸肺病資訊。同時提供繁簡體中文及英文，以方便少數族裔人士及新來港同胞。

2013年8月

- 推動師資培訓(幼師培訓)/ 哮喘護理納入IVE的選修課程當中(2013年起)



2014年1月7-9日

- 參加「港泰伙伴配對計劃」認識泰國病人組織在政策倡議的經驗

2014年3月21日

- 「認識哮喘」小冊子已翻譯成印地語(Hindi)、尼泊爾語(Nepali)及巴基斯坦語(Urdu)，使居港的少數族裔人士也可獲得哮喘病護理資訊。



香港哮喘會30年大事紀



2015年3月28日



- 體育老師暑期學校2015
- 首次與東區醫院合辦哮喘護理課程

2015年12月



2015年11月



- 哮喘護理短片

- 夥伴學校協作計劃

2016年6月29日



- 內地義工交流

2017年3月25日



2017年4月12日



- 天星碼頭攤位
- 舉辦新聞發佈會提醒大眾，半數哮喘患者無隨身帶藥，喚起社會關注

2018年6月



- 首次參加健康博覽

香港哮喘會30年大事紀



2018年

香港哮喘會主席陳永佳，被病人組織以高票選入醫務委員會成為三位病人組織的代表之一

在2018年來說是病人自助組織的一個新里程。因為醫務委員會法例的修訂，在新的修訂下，醫務委員會有三個席位，是由病人組織中透過選舉選任的，為此香港病人組織聯盟及香港復康會，在2018舉行了一次病友組織的選舉。而本會主席，在徵得各委員的同意下，參選，然後以高票當選，亦乃本會的榮幸。

2019年3月

- 發信到立法會支持禁止電子煙



2019年7月

- 首次參加50+博覽



- 健康空氣行動小鐵人夏令營

2019世界關懷哮喘同樂日



世界關懷哮喘同樂日

香港哮喘會於4月28日假尖沙咀文化中心露天廣場舉行了世界關懷哮喘的同樂日，藉此鼓勵患者改善哮喘及提升公眾人士對哮喘的認識。透過多個團體作協作及表演單位，本會得以設置精彩攤位遊戲和表演來與公眾人士互動一番，以生動的方式去介紹哮喘給普羅大眾。除了攤位遊戲和表演外，本會也很榮幸得到兒童呼吸病及過敏學會主席繆定逸醫生、香港胸肺基金會主席黃慕蓮醫生、美國胸肺學院(港澳分會)會長李文寶醫生、香港科技大學環境研究所主任馮志雄教授作主禮嘉賓出席啟動禮；以及香港物理治療學會帶領拉筋操，令整個同樂日增加了更多色彩。以上種種活動再加上展覽，不但提升大眾對哮喘病的知識，也令大家過了興奮又愉快的一天。



2019主題 - 「改善哮喘」

「世界關懷哮喘日」(World Asthma Day)始於1998年，其後，每年5月的首個星期二均定為此主題日，其宗旨是讓人們意識到哮喘是一個全球性的健康問題、宣傳在哮喘處理上已經取得的科技進步，並促使公眾和有關當局參與實施有效的管理方法。今年的主題是「改善哮喘」"STOP for Asthma"，本會於當日透過攤位遊戲、展覽等不同媒介，生動地向參加者介紹了哮喘知識，讓他們透過活動了解何謂哮喘，怎樣控制和改善哮喘。

頭陣表演

在進入啟動禮開始之先，本會有幸邀到救世軍總部樂隊為大家帶來帶有莊嚴的氣勢但又輕快節奏的音樂，頓時令人有置身於嘉年華會的感覺呢！緊接下來就有聖公會何澤芸小學帶給大家的熱情舞蹈！



啟動禮



大會安排了簡單而隆重的啟動禮：先由香港哮喘會主席陳永佳先生以及香港哮喘會世界關懷哮喘日籌委會主席鍾瑞祥先生帶領下，聯同主禮嘉賓一同作啟動！

健康拉筋操及接續精彩表演

啟動禮後，隨之而來便是一連串的精彩活動：首先出場的是老少咸宜的拉筋操，由一眾香港物理治療學會成員帶領，不只為活動熱身，也令大家知道運動對哮喘和健康的重要性。其他表演節目也緊隨其後，包括動力姿星的排排舞、起舞藝軒的舞蹈表演、海之韻舞蹈團的舞蹈表演、本會會員的二胡表演、香港樹葉演奏文化協會的葉笛表演等，讓嘉賓及參與者都手舞足蹈，十分投入。



攤位遊戲學知識

承蒙各團體的協作及本會義工的無私付出，為當日的參加者提供了各式各樣集資訊和娛樂於一身的攤位遊戲，包括：「擊退致敏原齊參與」、「追擊空氣污染物」、「爭一口氣」、「肺病知識知多啲」、「憑感覺，唔準確」、「吸入器，如何吸才不「噏氣」」、「樂葉」、「繪畫卡通肖像」、「條氣順晒」。



參加者透過攤位互動，可更了解哮喘成因、控制及自我管理及改善的知識

2019世界關懷哮喘同樂日



當日豐富的節目共吸引了1500人參與，不但提高了大眾對哮喘病的認識，也為參加者帶來一個愉快的下午！這次「世界關懷哮喘同樂日」的成功，實有賴各贊助團體、參與團體和義工們的大力支持，在此再次致謝！

贊助團體：阿斯利康(AstraZeneca)(香港)有限公司

(排名不分先後)

全力支持：香港胸肺學會、香港兒童呼吸及過敏學會、香港胸肺基金會

、美國胸肺學院（港澳分會）、阿斯利康(AstraZeneca) (香港)有限公司、

葛蘭素史克有限公司(GSK)、尚健維佳(Celki)、美納里尼香港有限公司(Menarini)

、香港物理治療學會(Hong Kong Physiotherapy Association)、救世軍總部樂隊、

海之韻舞蹈團、動力姿星、聖公會何澤芸小學、香港藥學服務基金、香港過敏協會

、香港科技大學 環境研究所、香港樹葉演奏文化協會



活動紀事

香港哮喘會紀事2019年5月至10月



教育培訓

- 香港哮喘會X瑪麗醫院哮喘護理班4/5、11/5、18/5、1/6
- 沙田IVE幼師培訓 14/5、15/5
- 健康空氣行動小鐵人夏令營年18/7-18/8 (每周四、周日，全十節)



健康攤位

- 伊利沙伯醫院 (兒科)3/5、18/5、31/5、21/6、5/7、19/7、2/8、16/8、30/8、6/9、20/9、4/10、18/10 (成人科)8/5、22/5、12/6、26/6、10/7、24/7、7/8、21/8、11/9、25/9、9/10、23/10
東區醫院 (兒科)6/5、10/6、24/6、8/7、22/7、5/8、19/8、9/9、23/9、14/10、28/10 (成人科)2/5、9/5、6/6、13/6、4/7、11/7、8/8、5/9、12/9、3/10、10/10
瑪麗醫院 (成人科)7/5、21/5、4/6、18/6、2/7、16/7、30/7、6/8、3/9、17/9、15/10、29/10



- 健康博覽會 7/6、8/6、9/6
50 Plus Expo 5/7、6/7、8/7
長者友善社區暨青蔥復康心YTM2019-2020 28/9



義工活動

- 義工訓練班3/8
、10/8、17/8



外界聯繫

- 瑪麗醫院康服奇裁 25/6
- 嚴重哮喘傳媒發佈會 30/6
- 浸會醫院護士學生訪問 30/6
- TVB新聞透視拍攝 27/7
- 中大醫學院學生訪問 21/9、19/10

健康講座

- 健康博覽會講座8/6
- 50 Plus Expo講座 5/7
- 香港哮喘會X 健康動力雜誌嚴重哮喘講座 21/7
- 沙田IVE學生認識哮喘會11/10、17/10、21/10、22/10、25/10、29/10

會員活動

- 二胡班—初、中、高班 4/5 – 25/10 (逢星期五)
- 健康飲食烹飪班 - 樂 1/6
- 迪士尼同樂日 1/7(圖1)
- 健康飲食烹飪班 - 南瓜沙律 20/7(圖2)
- 黑夜尋螢 23/8 (圖3)
- 葉笛班 30/8、6/9
- 樂行大自然 - 坪洲家樂徑 19/10

會議

- 義工會 29/6、31/8、27/9、26/10
- 執委會會議 10/6、16/8
- 執委會腦震盪會議 1/5
- 執委會繼任事宜小組會議 5/9
- 30週年會訊/大事紀第一次會議 19/7、29/8
- 30週年籌款會議 16/8、5/9
- 活動籌備會議6/9
- 健康空氣行動3/9
- 瑪麗醫院病人資源中心週年會議 3/10
- 病人組織意見諮詢會2019 東區醫院 24/10

歡迎擺放捐款箱

為推廣本會服務我們一直在不同診所及機構擺放捐款箱收集善款。除感謝支持我們的診所及機構騰出地方擺放捐款箱外，更感謝捐款單捐贈善款支持我們的朋友。歡迎各零售店及醫務診所同位哮喘病人出一分力。若有興趣放至本會捐款箱請致電 2895 6502 與鄺先生聯絡

33

零敏店 會員專區

優惠訂購

本會會員於本會購物出示會員卡，可獲折扣優惠。

傳真：2711 0119

電郵：hkas@hkasthma.org.hk

空氣防疫噴霧機

可調設多種時段，24小時不停運作，殺滅空氣中的細菌病毒，防止交叉感染，亦能分解空氣中的甲醛及苯等致癌物質，清除各種難聞氣味，提升室內空氣質素。需配合「空氣消毒淨化液」使用。



數量	金額	會員優惠 \$330 原價：\$380
	\$	

空氣防疫套裝

空氣防疫噴霧機一部及2支空氣消毒淨化液(500ml)



數量	金額	會員優惠 \$730 原價：\$1,080
	\$	

空氣消毒淨化劑

可放於 Golf Ball 空氣消毒淨化器內使用；也可單獨置於鞋櫃、衣櫃內，淨化劑解封後會慢慢揮發，抑菌去味。



數量	金額	會員優惠 \$130 原價：\$155
	\$	

手提心電儀

Prince-180D



輔助診斷：記錄心電圖，需要時可作為日常參考。
簡單快速：通過感應電極，30秒迅速完成一次心電圖檢測。
及時檢測：心臟不適時，即時檢測心律異常狀態及提供初步分析結果。

數量	金額	會員優惠 \$1,600 原價：\$1,900
	\$	

指式脈搏血氧儀

Prince-100

可測量血氧飽和度、脈搏、血液灌流指數，備有抗干擾功能。一指檢測，方便易用。



指式脈搏血氧儀

Prince-100C

彩色顯示屏

可測量血氧飽和度、脈搏、血液灌流指數及備有抗干擾功能。顯示數據自動感應旋轉。



全自動血壓計

OMRON HEM-8712



以示波震盪法為運作原理，快速測量血壓與脈搏，無需預設壓力或重新加壓。

數量
金額
\$

會員優惠	原價
\$470	\$560

最高流速計 (成人／兒童)

病人平常在家，可使用最高流速計測試肺活量，倘發現最高流速只達平日的6成或以下，即顯示肺功能顯著轉弱，應立即求診。



數量

金額

會員優惠	原價
\$245	\$300

尚健醫療購物優惠

本會會員於尚健醫療購物出示會員卡，
可獲**9折**優惠。

查詢：2915 3388

分店位置：<https://www.celki.com/zh-hant/contact-us>



取貨地址：香港九龍油麻地上海街 402 號地下
(油麻地港鐵站 A1 出口)

付款方式：請在提取貨物時以現金付款(本會只收港幣)

辦公時間：星期一至六：上午 9:30-下午 5:30

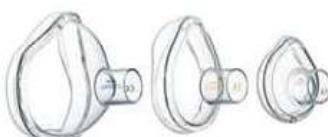
星期日及公眾假期：休息

飛利浦儲霧器



數量	金額
	\$
會員優惠 \$110	原價 140

飛利浦儲霧器專用面罩 (成人／小童／幼兒)



數量	金額	會員優惠
	\$	\$110 原價\$140

保靈家儲霧器



數量	金額
	\$
會員優惠 \$175	原價\$220

保靈家儲霧器連面罩 (成人／兒童／嬰兒)



數量	金額	會員優惠
	\$	\$310 原價\$380

空氣消毒淨化液

主要成分：植物提取液(苦蔴鹼、留蘭香)及去離子水。

只供外用，不可口服，必須放置於兒童不能觸碰處。兒童須在成人指導下使用。



輕便噴霧裝 (28ml)	噴霧裝 (220ml)	多用途補充裝 (500ml)	系統補充裝 (2500ml)
會員優惠 \$25	會員優惠 \$105	會員優惠 \$290	會員優惠 \$1,300
原價\$30	原價\$180	原價\$350	原價\$1600
數量	數量	數量	數量
金額			\$

壓縮霧化器

高效噴霧技術，能滿足一年使用的噴霧器及配件；6-8 鐘完成治療；設計穩健，可頻繁使用，適合醫院及家庭。

Philips Resironics
InnoSpire Elegance
EQ00793



Philips Resironics
InnoSpire Essence
AC03476



數量	會員優惠
	\$1,185 原價\$1,450

數量	會員優惠
	\$710 原價\$875

便攜式霧化器 RespiMed TD-7001



數量

為確保閣下取貨時本會備有足夠存量，敬請填寫預計取貨日期：

姓名(先生／女士／小姐)：_____ 總金額：\$ _____

會員編號(如適用)：_____ 聯絡電話：_____ 簽署：_____

電郵：_____ 填表日期：_____

閣下之個人資料只會用於香港哮喘會整體推廣，若閣下不欲接收上述資訊，請來函通知本會。

會員申請表格

個人資料

中文姓名 : _____ 性別 : 男 女
 英文姓氏 : _____ 名: _____ 出生日期: _____ (月) _____ (年)
 公司名稱 : _____ (供機構會員填寫)
 聯絡地址 : _____
 電話號碼 : (住宅) _____ (手提電話) _____ 傳真號碼 : _____
 電郵地址 : _____ 是否綜援人士: 是 (有效日期: _____)
 教育程度 : 小學或以下 中學 證書/文憑 大學 碩士或以上
 工作狀況 : 在職 主婦 學生 退休 待業 其他: _____

會員類別

基本會籍 (兩年會籍 HK\$80, 60歲或以上長者 HK\$40)

病友 所患病類: 哮喘 敏感症 (請註明) _____
 病友家屬 患者姓名: _____ 患者年齡: _____ 關係: _____ 患者所患病類: 哮喘 敏感症 (請註明) _____
 公眾人士

機構會籍

<input type="checkbox"/> 鑽石會籍 (贊助捐款 HK\$100,000)	<input type="checkbox"/> 金會籍 (贊助捐款 HK\$50,000)
<input type="checkbox"/> 銀會籍 (贊助捐款 HK\$30,000)	<input type="checkbox"/> 銅會籍 (贊助捐款 HK\$10,000)

其他

願意加入本會義工行列: 願意 不願意

收取本會會訊之途徑: 郵寄 電郵

希望參加之活動類型: (可選多項)

朋輩分享會 健康講座 旅行 節日聚會 生日聚會 其他: _____

個人資料收集聲明:

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。

會員須知及繳費方法:

此表格適用於申請成為香港哮喘會會員。會員證有效期為2年，綜援人士可憑「醫療費用豁免」通知信豁免年費。請填妥此表格，連同劃線支票抬頭寫「香港哮喘會」、或將款項存入本會匯豐銀行戶口534-135355-001，並連同入數紙，寄回香港九龍油麻地上海街402號地下香港哮喘會。

申請人簽署: _____ 日期: _____

未滿16歲的申請人，須由家長或監護人簽署

家長/監護人姓名: _____ 簽署: _____

與申請者之關係: _____ 電話: _____

捐 款 表 格

我願意捐款 Yes, I am willing to give a one-off donation of :

HK\$2,000 HK\$1,000 HK\$500 HK\$300 HK\$ _____

捐款方法 Donation Methods

劃線支票 (抬頭請寫「香港哮喘會」) 支票號碼: _____
 Crossed cheque (No. _____) payable to "The Hong Kong Asthma Society".
 直接存入「香港哮喘會」匯豐銀行帳戶: 534-135355-001 (請連同存款收據寄回)
 Banked in HKAS's account at HSBC: 534-135355-001 (Bank-in slip / ATM slip enclosed)

捐款港幣 \$100 或以上，可憑收據申請減稅 Donation of HK\$100 or above are tax deductible with a receipt

請寄回收據 Please send me a receipt

捐款人姓名 Name of Donor: (先生 Mr./ 女士 Ms.) _____

電話 Tel: _____ 傳真 Fax: _____ 電郵 E-mail: _____

地址 Address: _____