



髓康會會訊

(第 50 期)

熱 線：6239 0025
網 址：www.bmtpa.org.hk
電 郵：bmtpa1993@yahoo.com.hk
通 訊：香港郵政信箱 3659 號



續會

又係續會的時候，大家續會未呢？在較早之前我們已寄出了續會表格給各位會友，未續會的會友請儘快寄回啊！

(續會表亦可上本會網頁下載)

入會



想成為髓康會一份子的朋友們，可以從下列途徑索取申請表：

- 致電本會熱線 6239 0025，以郵寄或傳真方式索取；
- 瀏覽本會網頁 www.bmtpa.org.hk 下載表格；
- 設置在瑪麗醫院骨髓移植中心 (J8)、血液科 (K20) 及癌症中心的報告板；
- 癌協綜合服務中心；

不用再猶疑，快啲加入啦！我們在 8 月 5 日將為你們安排「迎新會」活動，屆時新舊會員可聚首一堂，互相認識。



迎新預告

日 期：2007 年 8 月 5 日 (星期日)
時 間：中午 12:00 至下午 2:30
地 點：佐敦龍堡國際賓館園林閣 UG (佐敦地鐵站 C2 出口)
內 容：自助午餐
對 象：會員、附屬會員及其親友
費 用：待定

※ 新舊會員齊齊 CROSSOVER ※



活動全接觸

髓康會書法班

日期：逢星期六(共 12 堂)

首六堂日期：16/6, 23/6, 21/7, 28/7, 4/8, 25/8

因預訂場地手續關係，開課後通知其餘六堂日期

時間：下午 1 時 30 分至 2 時 45 分

地點：黃大仙下邨龍昌樓 2-8 號地下「癌協服務中心」

導師：李應平老師 - 香港國際書法聯盟理事

曉風學社會員

甲子書學會會員

香港中國美術會會員

內容：認識及學習柳公權玄秘塔碑楷書

費用：港幣 100 元(自備上課用具)

對象：髓康會會員及附屬會員初學者

人數：8 人 (額滿即止)

報名：致電 6239 0025

「心聲交流室」分享會

日期：2007 年 6 月 5 日 (星期二)

時間：中午 12:00 至下午 1:30

地點：瑪麗醫院癌症中心二樓活動室

嘉賓：血液及腫瘤科的護理人員

對象：白血病、淋巴瘤、骨髓瘤及骨髓移植病友及其家屬

內容：以輕鬆的形式增加醫務人員、病友的了解及溝通；
過來人分享

報名：致電 2855 3900

※瑪麗醫院癌症輔導及支援服務、心血會及髓康會合辦※

「血液及腫瘤科飲食與營養」講座及交流室

日期：2007 年 8 月 3 日 (星期五)

時間：下午 2:30 至 4:00

地點：瑪麗醫院癌症中心二樓活動室

嘉賓：瑪麗醫院營養師

對象：白血病、淋巴瘤、骨髓瘤及骨髓移植病友及其家屬

報名：致電 2855 3900

※瑪麗醫院癌症輔導及支援服務、心血會及髓康會合辦※



活動透視

“ 來吧！迎康接福金豬宴 ”

3月10日的春茗在九龍東一家海鮮酒家舉行。新春首次聚會，大家份外興奮，彼此問好、祝福、閒談近況，有說不盡的話題。袁姑娘的一對活寶貝，更即席獻唱，為當晚增添歡樂和溫馨的氣氛，“抽獎”環節令現場歡呼聲不絕。不論你有否出席，我們都希望藉著當晚的相片，與您分享這個開心的時刻。

(可電郵至 bmtpa1993@yahoo.com.hk 索取當晚的照片)



主席鄧超馳致送禮物給
為大家獻唱的盈盈小妹妹！

“退修營”

3月24至25日是髓康會一年一度的義工退修營，今年主題是：“我要做好呢份義工”，導師是癌協中心社工李敏思姑娘。

在“西貢戶外康樂中心”這個既具動感又恬靜的營舍裡，透過遊戲、心聲分享和經驗交流，反思我們作為義工的使命和會務未來的發展方向。從資深義工分享中，得知本會原來曾經歷過艱難歲月，但在醫務人員的鼓勵和義工們彼此的扶持和堅持下，終渡過難關，使會務繼續正常運作。面對艱難，是甚麼推動大家願意堅持下去呢？



一眾義工致送禮物予導師李姑娘

本會成立的目的，是協助同路人達致身心康復，重過健康生活。“退修營”中，我們再次確定這方向，大家的目標和推行方法理念一致，承諾同心合力，做好這份義工，達至本會的宗旨。



投其所好

換個角度看人生

不知大家有否追看電視劇〈溏心風暴〉呢？近日小妹看此劇時聽到演員夏雨就說了一句話：「換一個角度看人生」， 頓時有所領悟，於是寫下來與各位一同分享。

好事 vs 壞事

很多人都認為遇上逆境就一定是壞事，無疑逆境的而且確為我們帶來徬徨、手足無措及不安，但試試以另一個角度去看，它可能並不是我們想像中那樣，只有壞的一面而沒有好的一面呢！就以我自己為例吧！患病初時，我也覺得病是一件壞事，因為它影響了我的正常生活，更令我承受一連串的痛苦及接受各項辛苦的療程。但從另一面看，患病正好讓我休息一下，重新反省自己及重整以往的價值觀。同時亦讓我重拾對家庭的歸屬感，並更加明白家人的重要性。那麼，誰敢說這次經歷是一件壞事呢？

逆境 vs 順境

人生匆匆數十載，怎麼可能永遠都風平浪靜，沒有一點點風波呢？既然逆境是無可避免的，與其要痛苦地面對，何不坦然面對，勇於接受逆境的挑戰呢？嘗試以另一個角度去看這些風波，你會發現它們其實是一個又一個的「考試」，而這些「考試」就是為了要充實我們的人生。正所謂「經一事，長一智」，當你經歷了一個又一個風波後，你的智慧亦同時地增加，不是嗎？

焉知非福

相信大家都聽過「塞翁失馬」這句成語，但大家是否知道這句成語背後的故事呢？相傳是一位老人有一天走失了一匹馬，村民都替老人覺得可惜，但老人不以為然。數日後，那隻走失的馬竟帶了另一匹馬走了回來，於是村民又向老人道賀，老人仍然不以為然；



之後，老人的兒子欲試騎那匹新來的馬，誰知他竟因此而摔斷了腿，村民得悉後，又趕到老人家中加以問候，老人卻說：「這並不一定是壞事啊！」之後數天，朝廷派官員到村裏徵召壯丁入伍，而這位老人的兒子由於不良於行，可以免服兵役。

從以上的故事當中，你可能會認為老人經常都惡運纏身，不幸的事總是降在他的頭上，但結果卻可以因為兒子身有殘障而免於服役，可以陪伴老人留在村中安享晚年。所以，儘管一件事看起來是很壞，但它卻可能會為你帶來意想不到的好結果呢！



正面 vs 負面

最後，請大家記住這一句話：「一個硬幣是有兩面的」。一個硬幣，一面是數字，一面是圖案，你想看它的哪一面，全在乎你用甚麼角度去看這個硬幣——所以當大家日後再遇到逆境時，嘗試轉換一下角度去看，或許你會因此而找到另一條出路。

撰文：得得地

專為讀者而設的篇幅，歡迎病友、家屬或醫護人員投稿，讓我們一同與你分享感受。

(投稿方法：郵寄或電郵均可)

稿件一經刊登，
可獲精美禮品一份



驚人小知識

- 河馬跑得比人快
- 蝙蝠是唯一能飛的哺乳類動物
- 月亮有 8 1 0 億磅重
- 變色龍舌頭的長度是它自己身體的兩倍
- 鯨魚一分鐘心跳只有 9 下
- 貓頭鷹是唯一能夠分辨藍色的鳥類



健康問與答

今期邀請到瑪麗醫院眼科副顧問醫生嚴淑明醫生解答下列眼睛問題。

問：骨髓移植後有眼乾、怕光及視力變差情況，原因為何？

答：骨髓移植後，約有三分之一的病人出現眼乾症，這情況在接受化療電療、或有排斥現象的患者中更加普遍。原因是於負責分泌淚水的淚腺不能正常運作。輕微眼乾者會感到雙眼乾澀、刺痛、分泌物增多或起床時眼睛難以開合。嚴重者會導致眼角膜受損，而影響視力。

問：如接受電療後，是否容易患有白內障或青光眼？

答：電療的電量可以破壞晶體的細胞而引致白內障，反之引起青光眼的情況卻不常見，只有在其他併發症的出現下如視網膜下血管閉塞，嚴重白內障等，才會引起繼發性青光眼。



腦輕鬆

歇後語篇

歇後語是熟語的一種，相對於成語、諺語而言，用字比較通俗口語化，富有鮮明、生動、活潑的特點，有時語帶相關，更添幾分幽默，因此較容易引起人們的興趣。

我們除了可以把歇後語視作一種文字遊戲外，也能從歇後語看出我們的生活文化。今次就先為大家玩下動物的歇後語啦！（答案在 P. 8）

a) 雞食放光蟲

b) 田雞過河

c) 放虎歸山

d) 貓哭老鼠

e) 老鼠過街

f) 老鼠拉龜



高度

盈盈正拿著間尺，爬上一條柱比劃著，樂樂經過覺得奇怪。

樂樂：「喂！盈盈你做緊咩啊？」

盈盈：「我在量度這條木的高度啊！」

樂樂：「做咩你唔放平來量呢！要爬上去量好辛苦啊！」

盈盈：「你咁蠢啊！我要量它的高度，唔係長度啊！」

侏儒村



高幹子弟小明從羅湖過關到香港購物。

小明不想浪費時間，所以決定乘的士。

上了的士後，小明對司機小張說：「唔該！去旺角侏儒村吖！」

小張：「旺角侏儒村？無這個地方啫！」

小明：「你開車到旺角我就認到了！」

小張無奈地開車到旺角，不久……

小明：「嚟嚟，百貨公司隔離個間就是侏儒村囉！」

小張立即恍然大悟：「哦！G2000！=. =”」



李卓廣醫生
李國維醫生
袁詠詩姑娘
梁如鴻醫生
梁憲孫教授
詹楚生醫生
趙健華醫生
戴慧明姑娘
簡倩婷姑娘
鄺沃林教授

（排名以筆劃序）

顧問



「塞翁失馬，焉知非福」，生命無常，酸、甜、苦、辣的經歷就像紅、藍、黃、綠的各種色彩把我們的人生路途潤飾得豐富多姿。得得地的文章給我們很多啟示，事情的好與壞全在我們面對的態度。

今期的內容除了有常設的活動花絮和預告外，還加插了小笑話、歇後語和驚人小知識等活潑輕鬆的小題材，歡迎各位會友提供更多有趣的資訊給我們，使會訊更充實。

告訴大家一個好消息，本會新網址的“內部裝修”已完畢，想知道更多關於髓康會和骨髓移植的資訊，歡迎 click 入 www.bmtpa.org.hk 瀏覽及留言。

腦輕鬆答案：

- a) 心知肚明 b) 各有各撐 c) 後患無窮
d) 假慈悲 e) 人人喊打 f) 無處埋手

會訊製作小組：

梁嘉兒、侯鳳群、陳玉珊、沈澤、郭淑瑩

髓康會

香港郵政信箱 3659 號