



髓康會會訊

(第 51 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



書法班追擊

髓康會首次開辦的「書法班」，邀得李應平老師為義務導師，已於六月中旬開班。招收學員時很快滿額，為何這麼吸引？讓我這個實習記者，深入班內打探打探……

看！他們這麼投入練習，我忍不住也試試，心想：只不過是一橫一直這樣簡單，需否花這麼多時間去反覆練習嗎？怎料我一寫之下，卻發覺筆桿十分不聽話，寫出的線總是彎彎曲曲、忽粗忽幼；字型東歪西倒。

李老師耐心批改功課、講解和示範。原來，每一筆劃，甚至一「點」，包含這麼多的學問，什麼回鋒、收腰、提筆、藏鋒、臨帖時要先細心觀察字型結構……我相信此刻他們的腦海中就只有「字」，專心一致，多麼寧靜……在這個煩囂的社會裡，正正就是需要這一點點寧靜來作個平衡。



李老師會在堂上批改學員的習作，
從而指出他們要改善的地方。

我決定報定名參加下期書法班，不知道還有沒有名額呢？



親親迎新 @ 龍堡國際

今年的迎新會已於八月五日在龍堡賓館園林閣舉行，共逾七十人參加。由於近兩年的迎新會都在這裡舉行，所以今年選擇地點時，曾考慮需否換個具新鮮感的，但比較多個場地之後，還是覺得這兒比較舒服、價錢適中和交通方便。可有新地點好介紹呢？有的話就告訴我們明年作個新嘗試吧。

當天，大家一見面，就有說不盡的話題，一邊享用美食，一邊說笑，好不開心。自助餐有個好處，除了是可以按個人喜好自由挑選食物之外，還可以隨意走到鄰檯，彼此問好一番。所以現場所見，有些會友食到飽飽後，便不忘跑到鄰檯又傾過，場面熱鬧。如果您有參加，試試從相片中可否尋找到自己？期望下次有更多新會員與我們一起，分享這份歡樂。



會訊你有份睇 意見你點可以有份提

雖然立秋已過，但天氣仍然翳熱。反常的氣候令舉辦秋季旅行的日子愈推愈後。今年的旅行已決定推遲到 12 月中舉行，原定到大嶼山昂坪乘坐 360 纜車，但纜車至今仍未重開，惟有另選地點。

其實要決定旅行地點也頗「頭痛」，行程既不能太辛苦和緊密；也不宜長時間曝曬於陽光下；亦要選擇衛生較佳的地方吃午餐，但價錢又不能太貴……所以，我們很需要您的幫忙，提供建議，集思廣益，才能找到適合的地點。很希望在九月尾前收到您的回應，請致電本會熱線：6239 0025。

(註：旅行以本地一天遊為主，快 D 提出你的意見啦！)



第四屆全球淋巴瘤關注日

去年，本會應邀參加第三屆全球淋巴瘤關注日「燃點無盡新希望慈善競技日」，您是當中的一份子嗎？您有份捐錢？籌款？還是身體力行參加競技比賽？

今年，「全球淋巴瘤關注日」踏入第四屆，本會再度獲邀請參予這項富有意義的活動。今屆活動宗旨除一如以往喚起公眾人士對淋巴瘤的關注，更希望透過實際行動表達對病友的支持和關懷。主辦單位《香港血癌基金》及《抗癌戰士》招募了一班學生義工，為有需要的病患者及其家人提供協助，如**為病友作簡單的家居清潔、打掃、維修，或陪同病友到市場購買生活用品或到醫院覆診，甚至只是簡單的聊聊天**，表達對病友的支持。

如您有以上需要，或生活上有甚麼地方需要協助，皆可於2007年9月10日前致電本會熱線 6239 0025 登記。本會會於截止日期前收集所有申請交回主辦單位作篩選。由於人手及資源所限，主辦單位會根據個案的急切性及義工的能力等準則作決定，希望盡量安排每個病友的需要。收到申請後，主辦單位會作個別通知及安排有關事宜。

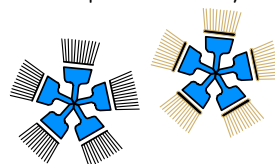
有關「全球淋巴瘤關注日」

自2004年全球淋巴瘤聯盟成立了第一屆「全球淋巴瘤關注日」起，香港區代表《抗癌戰士》及《香港血癌基金》每年都會舉辦不同活動，加強大眾對淋巴瘤的認識及為「非何傑金氏淋巴瘤」抗癌戰士基金籌款。第一屆抗癌戰士捐出港幣一百萬元予有需要的淋巴瘤患者作購買藥物之用，而去年第三屆更邀請了多個團體參加慈善競技日，鼓勵青少年關懷社會及發揮創意。



徵求網頁義工

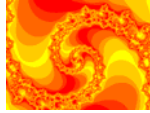
現誠意邀請懂得 HTML 的朋友加入本會網頁小組成為義工一分子。這項工作主要是定期更新網頁內容，有興趣及願意接受這項簡單任務的朋友，歡迎致電熱線 62390025 或電郵至 bmtpa1993@yahoo.com.hk 與網頁小組聯絡/查詢。





投其所好

每當變幻時



每當想起“十八年後又是一條好漢”這句豪情壯語時，內心總是有一點百感交集……屈指算來，我已經渡過了兩個十八年有多，而這兩段的生活又是那樣的天淵之別。



雖然落後，但活得自在。

我是在中國地圖上沒有標示的地方出生，那裡雖然沒有公園和遊樂場，但雄偉的山峰、季節性的農田和四季分明的春夏秋冬，陪伴我渡過無憂無慮的童年、少年，直到中學畢業。

十八歲時，陰差陽錯地從一個相對落後和封閉的礦區，一下子來到一個多姿多采、繁華美麗的亞熱帶海港——香港。在懵懵懂懂不知所措的生活

中，經歷了一個又一個在現代大都會的第一次，之後又做了大部份男人都要做的事——結婚和生小孩，然後又經營自己的事業，當自以為往後的日子是如此一帆風順時，另一段人生經歷正悄悄的來臨。

零二年秋天，當我發現體重由 180 多磅下降到 170 磅的時候，非常沾沾自喜的說：「減肥成功！」但有一天睡覺時，胃部隱隱作痛，用手一按，摸到左肋骨下方有一硬塊，不痛不癢的，當時心裡就沉下來，自覺身體可能出現問題。翌日到診所求診，當私家醫生檢查完我的肚子後，便著我去照超聲波，照完後就拿著“B 超”照片給醫生。醫生看完後說：「你的脾臟發大了，最壞可能是白血病引起。」然後醫生就寫了一封轉介信，讓我帶著信和“B 超”的照片去醫院看急診。



你看！這是身型最暴漲的時候呢！

兩日後，我終於鼓起勇氣，去到醫院急症室求診。經過一連串的抽血、抽骨髓及 X 光的檢查，肯定了我是“壞在骨子裡”——慢性白血病。接著就是一連串的治療，姐姐作了白血球組織型化驗，結果“骨髓吻合”，BINGO！

結果在零三年一月我便就入住瑪麗醫院骨髓移植中心的「總統套房」，經過四十個“欲仙欲死”的日夜，帶著消瘦了 30 多磅的身軀出院。三個月後，肝酵素開始上升，指數高到須入住K20“酒店房”，住了兩個多月還是沒有好轉，醫生說慢性排斥就讓它慢慢的好吧！此後，我一直服食抗排斥藥到現在。

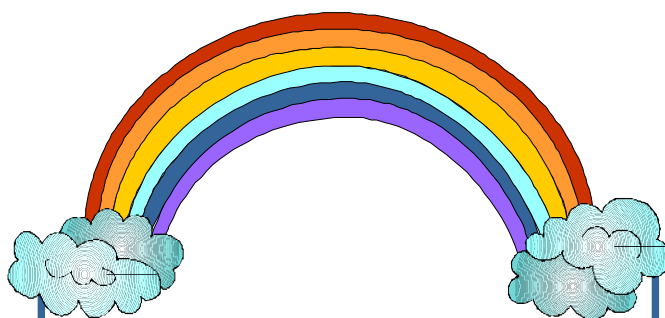


有幸太太一直伴我同行給我支持

接受骨髓移植半年後，我加入了髓康會，並且在自己最無所事事，胡思亂想的時候，斷斷續續參加了幾個義工訓練課程，之後親身參與髓康會的一些簡單工作，從而接觸到很多病友，認識了更多不計較個人得失，全心全意為他人著想的義工，讓我領悟到做好這份簡單的義工都可以是很快樂、很滿足的。幫助他人的時候，同時也是幫助自己。

經過兩段截然不同的人生歷程，感覺到現在的生活比以前的日子更充實，精神富足。接受骨髓移植及當上義工後，讓我明白「知足常樂」「施比受更有福」的意思，我希望這份義工工作可以做到“死而後已”。

撰文：沈澤



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



健康問與答

問：曾接受過骨髓移植的人士，如有發燒情況應如何處理？

答：首先要了解發燒的起因，例如感冒、中暑或喉嚨發炎等，如體溫只較正常的 37℃ 略高，可往普通內科醫生或家庭醫生就醫。但如體溫高達 38℃ 以上，則可致電骨髓移植中心 (J8) 向醫護人員查詢或直接到任何醫管局轄下的醫院急症室接受治療。如呼吸急速或有困難、氣喘等緊急情況，應盡快送院治理。

(資料由瑪麗醫院骨髓移植中心袁詠詩姑娘提供。)



新聞追蹤

有關早前有一名女血癌病人在威爾斯醫院，因被錯將滴注的化療藥打入脊髓導致死亡事件，引起公眾對醫管局轄下醫院對處理病人的治療及藥物的監察。本會向有關方面了解後，得悉事實上醫護人員給病人打針或輸入藥物均須遵守一定的守則。

大家如需打針或吊藥時，不妨留意醫護人員有否遵照下列的處理程序，這樣便可安心治療。

注射/輸入藥液守則：

1. 以滴注袋取代針筒盛載化療藥「長春新鹼」
2. 注射脊髓的化療藥必須再以獨立盒或膠袋盛載，盒外或袋外需貼有「只許注射脊髓」的警告字眼
3. 醫生處方注射脊髓的化療藥時，需另外再填一張「注射脊髓藥物特定表格」
4. 醫生為病人注射脊髓化療藥前，必須有另一名醫護人員在場覆核藥物



點解中國人傳統初一、十五，唔洗頭？

這

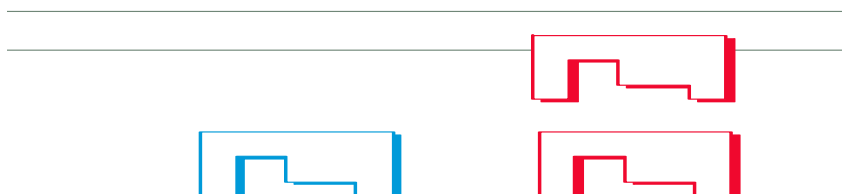
是因為逢初一、十五，月球和地球的距離最近，於是月球對地球海水的引力相對地增加，所以會令到海水離開岸邊，做成潮退。由於潮退的關係，人們用來打水的水井的水位亦會因而降低，導致人們抽水時將井底的沙石亦順便撈了上來。人們見水中有沙石，認為不能把頭髮洗淨，於時便盡量避免初一及十五洗頭。



醋字為何這樣寫？

醋

字其實由四個部分組成，酉 + 廿 + 一 + 日，那是因為在釀酒過程中，當酒糟釀到第二十一日時就會轉變成醋，所以醋字是酒字的一本(酉)再加上(廿)(一)(日)製成的。



點解話內奸係二五仔？

『二五』

代表的其實是它們的總和----『七』。故事要從火燒少林寺說起：話說清朝康、雍年間，朝廷要徹底消滅反清復明的秘密會社，查得少林寺與天地會有千絲萬縷的關係，於是派兵前往剿滅，但需要有少林寺內奸作內應，所以收買了武功排名第七的少林俗家弟子馬寧兒。馬寧兒窮凶極惡，犯下了大罪，被逐出師門，含恨引清兵入山，火燒少林寺。秘密會社中人不恥其所為，日後便稱那些告密者和叛徒為二五仔(指排第七的馬寧兒)。

編者的話

人的一生可有多少個十八年，年青小伙子從無憂的第一個十八年到充滿變幻的第二個十八年，領會到「施比受更為有福」的意義，我們祝願他在第三、四、五．．．個十八年都活得更精彩。希望藉著「每當變幻時」一文與大家共勉之。

最近本會作了一個新嘗試，開辦興趣班組——書法班，反應非常熱烈，我們期望繼續開辦不同類型的班組，如果你有任何特別技能或好介紹，請通知我們。

最後提醒仍未續會的會友，因為快將要進行來屆的委員會委員提名事項，不想錯過被提名或提名者，請盡快續會吧！

顧問

李卓廣醫生	李國維醫生
袁詠詩姑娘	梁如鴻醫生
梁憲森教授	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)

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