



髓康會會訊

(第52期)

(香港骨髓移植復康會)

熱線：6239 0025
網址：<http://www.bmtpa.org.hk>
電郵：bmtpa1993@yahoo.com.hk
通訊：香港郵政信箱3659號



溫馨提示

海洋公園優惠

海洋公園加強對殘疾人士的關顧，2007年10月1日起，完全豁免「殘疾人士登記證」持有者的入場費用。同時，其一位陪同者亦可享有半價入場費優惠。如有查詢，可致電海洋公園服務熱線2552 0291。



打針小貼士

已踏入流感季節，瑪麗醫院骨髓移植中心門診部於11月30日及12月1日已安排為病友打流感預防針。原來預防針有“皮下注射”及“肌肉注射”兩種不同的注射方法。如果小血小板較低人士，以“皮下注射”比較恰當，因肌肉比皮下深，在肌肉注射後可能出現流血不止情況。如果仍未打預防針的你，要留意一下囉！



近期蝙蝠俠咁HIT，就等我問大家一條關於蝙蝠俠嘅IQ題，睇下大家又識唔識？你地知唔知道蝙蝠俠同超人到底有咩唔同呢？

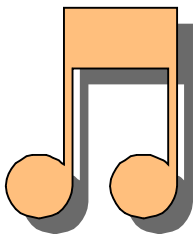


活動速遞

入嚟西貢行一行

食玩盡情無得彈

- 日期：二零零七年十二月十六日(星期日)
- 內容：遊覽西貢海下灣、獅子會自然教育中心；
逛逛西貢海邊街及品嚐海鮮餐
- 集合時間：早上九時正(敬請準時，逾時不候)
- 集合地點：鑽石山荷里活廣場 -- 馬莎百貨地面門口
(鑽石山地鐵站C2出口)
- 名額：38位(先報先得)
- 費用：會員/附屬會員(\$50)
會員/附屬會員之首名家屬(\$80)
非會員(\$100)(大小同價)
- 報名：致電熱線6239 0025與義工聯絡



音樂瑜伽課程

- 日期：2008年1月5日、1月12日、1月26日及2月2日(星期六,共四堂)
- 時間：上午10時至中午12時
- 地點：香港中環中心地庫「癌協服務中心」活動室
- 導師：黎鳴岐女士
- 內容：利用音樂與心靈交流，配合肌肉鬆弛法及呼吸法，藉靜坐修維及文化藝術，幫助消除壓力、舒緩緊張情緒及改善睡眠質素
- 費用：港幣50元
- 對象：髓康會會員及附屬會員
- 人數：6人(額滿即止)
- 報名：致電熱線6239 0025與義工聯絡

音樂瑜伽以入定冥想
的古法修持為主，加
入音樂欣賞，因為音
樂不單是一種可衝破
種族及文化界限的媒
介，亦其實可幫助我
們靈性昇進及入靜。



新一屆委員會又誕生了

今年髓康會已經踏入第十四個年頭，每年天氣開始轉涼的時候，我們又會開心地聚首一堂召開週年大會報告上年度的工作，以及通過新一屆的委員會成員。經過一輪的提名，9位接受提名擔任2007/2008年執行委員會的委員，已在12月1日舉行的週年大會中被會員通過。新委員並在週年大會結束後當晚，已進行互選職位，詳見下表。



2007/2008年執行委員會	
主席	鄧超馳
副主席	陳玉珊
秘書	趙翠瑜
財政	梁綺霞
常委	呂惠貞
常委	沈澤
常委	侯鳳群
常委	梁嘉兒
常委	黃錦漢

每年的週年大會，本會皆獲香港防癌會全力支持，津貼聚餐部份開支，今年當然不例外啦！同時，亦獲香港癌症基金會撥款津貼，使會員可以以這超值價錢參與。

今屆出席會員會友逾百人，出席嘉賓包括：

**本會顧問梁如鴻醫生、簡倩婷姑娘、袁詠詩姑娘；
瑪麗醫院骨髓移植中心姑娘：JUDY CHAN, AMY CHAN；
癌協中心張寶瑛姑娘；心血會代表譚穎強先生及張倩怡小姐；
書法班導師李應平先生；音樂瑜珈班導師黎鳴岐女士；**

本會顧問李卓廣醫生現為香港紅十字會輸血服務中心高級醫生，雖然當晚紅十字會亦舉行活動，但李醫生仍到場半小時與大家見面，實屬難得。各位嘉賓在百忙之中仍抽時間出席，使會員十分雀躍，爭相來個大合照。

本會原本預備了一些禮物作為抽獎以增添氣氛，誰知多位嘉賓及藥廠率先做“聖誕老人”大送禮物，致獎品達40多份，大家都滿載而歸。



鳴謝義務攝影師譚柏新先生



服務追蹤

電話聯絡地區服務是按地區分工，各地區組長會定期打電話與新舊會員聯絡，或者相約地區會員飲吓茶，舉辦“髓康飯局”互訴近況，互相支援。地區組長包括：

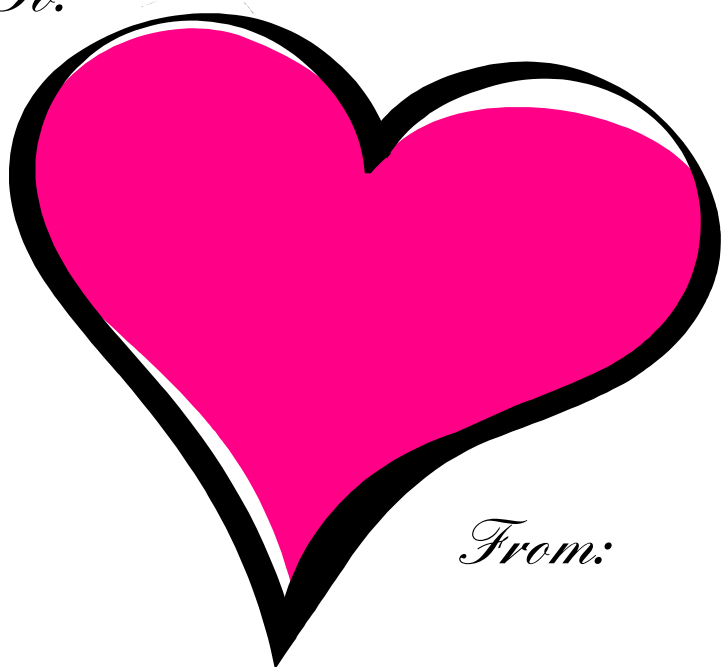


港島區—侯鳳群女士
九龍東—葉秀蘭女士
九龍西—周麗儀小姐
新界東—羅萬霞女士
新界西(包括荃灣／葵青／
離島)—黃錦漢先生
新界西(包括屯門／
元朗)—鄧超馳先生



蝙蝠俠同超人到底有
咩唔同？咪就係蝙蝠
俠將條內褲放在頭
上，而超人就將內褲
穿在褲子的外面囉。

To:



From:



又到聖誕、又到聖誕



話咁快又差唔多到聖誕節了，先祝各位
“聖誕快樂！”

聖誕佳節，除了聖誕老人是主角之外，相信聖誕樹是不可缺少的配角，不過你又知唔知點解要有聖誕樹而唔用聖誕草呢？

關於聖誕樹的來源有多種不同的傳說。其中一個是說：大約在十六世紀，聖誕樹最先出現在德國，德國人把長青的松柏枝拿到屋中去擺設，將之成為聖誕樹。後來，由德國人馬丁路德把蠟燭放在樹林中的樹枝上，然後點燃蠟燭，使它看起來像是引導人們到伯利恆去。時至今日，人們已經改用彩色的小燈泡了。

另一個傳說記載。在很久以前，曾有一位農夫，在聖誕節那天遇到一個窮苦小孩，他熱情地接待了這個兒童。兒童臨走時折下一根松枝插在地上，松枝立即變成一棵樹，上面都掛滿禮物，以答謝農夫的好意。

聖誕樹真正出現在聖誕節時，首先見於德國，之後又傳入歐洲和美國，並以其優美的姿態，成為聖誕節不可缺少的裝飾。聖誕樹的種類繁多，有天然松柏聖誕樹、也有人造聖誕樹及白色聖誕樹。每棵聖誕樹上都掛滿琳瑯滿目的裝飾品，但每棵樹的頂端必定有個特大的星星，象徵三博士跟隨該星而找到耶穌，而且也只有該家庭的一家之主可以把這顆希望之星掛上。



無論甚麼因由，聖誕節正好給我們一個好機會向別人送上祝福。

大家不妨剪下左面的聖誕心意咭，寫下祝福句語送給你的親人或朋友吧！





活出彩虹人生

本會委員梁嘉兒女士，獲選為第十一屆香港十大再生勇士之一，我們在此衷心祝賀她。正如高永文醫生所說：疾病，是我們生活的過程，生命的一部分，欣然面對，勇敢挑戰頑強的病魔，積極掌握快樂人生、笑對逆境的態度。個人的價值，不在乎大小，而是在乎創造的過程和全力以赴，令生命的光彩發放出“助人自助”的精神。

嘉兒最初得悉病患時很憂心，但今天見到的嘉兒，卻是這麼開朗地投入義務工作裡，以同路人身份與病友分享，並鼓勵準備接受治療和正在治療中的病友積極抗病。為什麼她會有這麼大的改變？讓我這個實習記者作深入了解，以下是嘉兒的剖白……

“最初我很沮喪、絕望，因為我捨不得丈夫、兒女、事業……幸得丈夫的鼓勵，陪伴我搜集資料，四出訪尋醫治方法，最後知道只有骨髓移植才能挽救我的生命。手足情深，兄妹全部也用行動來支持我，但由於手術風險不明，又憂慮子女的學業安排，我曾經和院方處於拉鋸狀態，後經醫生和護士的耐心勸導，我想通了，生死繫於一線，即使不成功也可給醫生作研究，總結經驗，為他人造福，亦不枉此生。”



第十一屆十大再生勇士合照



嘉兒的二哥亦到場支持

“二哥是我的再生之父；丈夫是我的精神支柱；經骨髓移植中心專業而有愛心的醫護人員悉心治療、兒女親友的關懷和支持，令我有勇氣和信心戰勝病魔。無論前路多麼險阻，我決心要活得更精彩，並盡我所能，回饋社會。我在這場病戰中學懂先要照顧好自己，才能照顧他人。所以努力鍛鍊體格，學好太極拳，令身體維持良好狀態，善用時間。**生命無常，甜酸苦辣的經歷，好像紅黃藍綠的色彩，把我們的人生路途潤飾得豐富多姿**，事情的成敗好壞，全在於我們如何面對，如何決擇，如何完成！”

小記知道今次嘉兒是由一位相交30年的舊同學提名她參加是次選舉，所以嘉兒說：『獲選與否不重要，得到好友的支持和鼓勵，已很滿足。』



編者的話

每個人對人生的看法都不同，對樂觀的人來說是充滿色彩的，對於悲觀的人來說是暗澹無光的。積極的人遇到險阻時會奮力掙扎求存，而消極的人卻總是感到沮喪無能，情況便會壞下去。所以說：「事情的成敗好壞，全於我們如何面對。」

誠然，我們曾經歷病患的人都是在危難中再生的勇士，憑著自己的勇氣，加上親友的支持和幫助，才能成就我們的康復。謹藉「活出彩虹人生」一文與各位分享，祝福大家都能發放生命的光彩。

今期記載了第十四屆週年大會的盛況，大家當晚盡享美味的食物，充滿娛樂性的遊戲，圖文並茂，供大家回味。新一屆的委員會也順利誕生了，希望各位會員會友多提意見和參加活動，與我們攜手邁進十五週年。

會訊製作小組：

梁嘉兒、侯鳳群、陳玉珊、沈澤、郭淑瑩



顧問

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)

髓康會

香港郵政信箱3659號