



髓康會會訊

(第 61 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

資助機構：



癌症基金會
CANCERFUND

髓康飯局

各位會員注意，髓康地區飯局又黎喇！請大家踴躍參加與同區會友見吓面、食吓飯、傾吓計的聚會，亦歡迎會友跨區參與。

地區	日期	時間	聚會地點
港島	14/04/10 (星期三)	早上 10:00	稻香超級漁港 香港杏花村杏花新城 204 舖
九龍東	23/04/10 (星期五)	早上 9:30	唐人佳 觀塘開源道 79 號 鱷魚恤中心三樓 (觀塘鐵路站 A2 出口)
九龍西	30/04/10 (星期五)	晚上 7:30	上上拉面小籠包 旺角朗豪坊 4 樓 L4 7 號舖
新界東	24/04/10 (星期六)	下午 2:30	稻香超級漁港 沙田正街 1 號蔚景園 3 樓
新界西 (1) (荃灣、葵涌、 青衣、東涌)	23/04/10 (星期五)	晚上 7:00	稻香超級漁港 新界荃灣大霸街 4-30 號 荃灣廣場 6 樓 601-613 舖
新界西 (2) (屯門、元朗、 天水圍)	28/04/10 (星期三)	晚上 7:00	美心大酒樓 天水圍天耀邨天耀商場 104 號

對象：本會會員及附屬會員

費用：每人獲\$10津貼，
其餘由各出席者攤分

報名：6239 0025

活動寫真

嘉道理農場 X 九大簋

X 農莊精選一日遊



本會於一月十七日舉行大旅行，大家上午先到嘉道理農場遊覽。午餐後，會友便到果園摘新鮮士多啤梨。大合照就在桑果園拍的，陣容鼎盛！



在桑果園拍的大合照



你睇，隻豬肥到個肚 dum 貼到地下呢！



新鮮的士多啤梨好甜架！



虎虎生威慶豐年



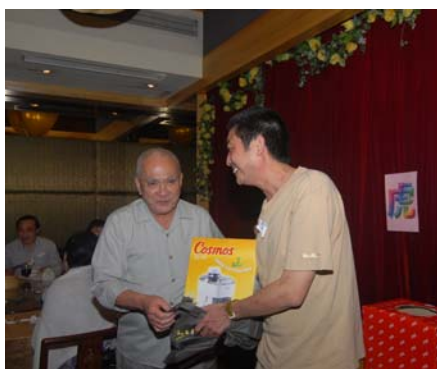
三月六日舉行
之春節聯歡，共
筵開了五席。



睇下邊檯寫得最
多「虎」字既四字
詞語先！



甩麻雀比賽，勝出者
憑一分鐘甩中廿十
二隻而勝出，獲得旅
行麻雀一副。勁！



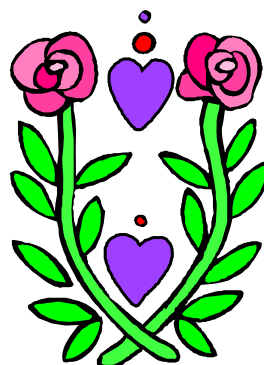
抽到獎梗係開心啦！



一封感恩的信

親愛的有緣人：

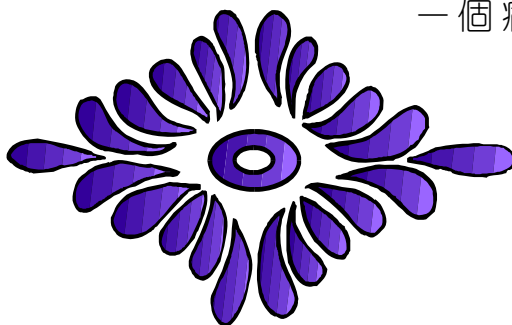
當醫生告訴我兒子患上了淋巴瘤，霎時間，像晴天霹靂，把我整個人都嚇呆了。怎麼會這樣！兒子還那麼年輕，那麼陽光，病魔怎麼就纏上了他？真的難以接受！然而傷心過後，還得面對現實。我們開始鼓勵兒子，積極地配合醫生進行了一系列的治療，終於有了好消息。通過自身的骨髓移植，兒子的病情得到了控制，並且逐步恢復健康。



兒子的精神一天比一天好，我總算鬆了一口氣。但是意想不到的，癌細胞竟再次在兒子體內肆虐起來，看到兒子痛苦的表情，我的心猶如被刀割一般，兒子急需進行骨髓移植，然而我很清楚，骨髓是一種金錢也買不到的藥，要在茫茫人海中找到適合的骨髓是何等的困難，更何況時間如此緊迫，實在是有點渺茫。當我非常焦慮和擔心時，沒想到的是，兒子很幸運地遇到了他的“救星”自願捐贈骨髓的好心人，他倆的骨髓竟然十分相配！更令人感動的是，這位好心人毫不猶豫地答應，立即捐出骨髓給我兒子。

兒子的生命重現光明，身為母親的我，內心的感激無以言表。他的善舉，不僅拯救了兒子的生命，更讓我們一家感受到人間的溫暖和愛。我因而更有信心陪伴兒子一起勇敢地戰勝病魔，衷心地感謝你，有緣人！

一個病人的媽媽 致意



五十遇上七……賀肖娟生辰

五十，
七，
是數字，
是命運……
原來是精彩人生。

擁有的
驟然失去，
失去的
再度擁有，
是天意弄人，
還是否極泰來？
活在當下，
煥發璀璨人生。



知命年華，
曾經
遇上死與生！
但
躲在婆娑下的陰霾，
蹲在陰暗角的怯懦，
總不能
逃過
充滿自信
和
善良勇敢的強人。

浴火重生，
朝陽灑照大地，
朱雀起舞傲人生。

跳罷，
盡情舞罷，
七歲盛年，
又怎能停下腳步？
讓光和熱
散發 愛與誠，
溫暖
周遭每一顆寂寞的心。



兼愛
卻
自我，
擇善固執
又何妨！
由心感受，
由心出發，
是平凡
卻處處不平凡。
願繼續
熱愛人生，
譜出
美妙樂章傳善心！



劍雲、素心、穎心

服務新動向

※ 由 2010 年 4 月開始，本會的門診探訪將再次投入服務。每個月當中的一個星期一或四，義工會到瑪麗醫院骨髓移植中心門診部(J8S)與覆診病友傾談，分享接受骨髓移植後等經驗。

※ 2010 年 5 月起，將試行一項新服務，服務對象主要是準備接受骨髓移植的病友及其家屬。一般來說，病人如找到合適骨髓，瑪麗醫院骨髓移植中心會安排一個「家庭會議」，由醫生向病人及其家屬講解移植過程及評估病人移植的風險。義工會在「家庭會議」前或後，與病人分享骨髓移植的經驗。



BMT 小百科 – 乾眼症

在接受骨髓移植的患者中，超過半數的病人會患上乾眼症，尤以患有長期移植體對抗宿主疾病 (GVHD) 的病人，他們的病發率會更高。而這類乾眼症一般都較為嚴重，也難於治療。

引致乾眼症的原因有很多，包括放射治療、化療、眼部炎症、抗排斥藥物和 GVHD 等。其中以 GVHD 的影響最大，患者的淚腺會漸變纖維化，減少淚水分泌，眼瞼腺板腺也會受到破壞，改變淚液成份、加速淚水的揮發及流失。

乾眼症會令眼睛刺痛、痕癢、乾澀、怕光、流淚、有異物感等，患者雙眼難以睜開、分泌物多和容易疲倦，嚴重者可引致眼角膜潰瘍、結疤痕，因而永久損害視力。

眼科醫生會用顯微鏡為患者檢查眼睛，使用顯影劑以判斷眼角膜受損的程度，濾紙測試以量度淚水分泌量等。

乾眼症的治療主要靠人工淚液補充液水，人工淚液的種類五花八門，主要的分別在於其添加的防腐劑、藥水的濃度、藥力持久性和副作用等。在眼科醫生的指示下，適當地使用抗生素、類固醇或抗排斥藥水，可有效地控制排斥和炎症，紓緩乾眼的症狀。而淚孔閉合術是用骨膠原堵塞淚孔，減少淚水流失。

此外，有充足的睡眠和水份、均衡飲食、少用抽濕機、暖氣機，在工作或使用電腦時多眨眼，對乾眼症也有幫助。

資料由嚴淑明醫生提供

腦輕鬆



恭喜發財，我小王子在此同各位拜個年，祝大家虎年身體健康，心想事成，事事順景，日日笑呵呵！

有一天，老李在路上碰到老朱，於是就閒聊了一下

老李：「聽說你老婆爲了減肥，到騎馬俱樂部去運動啊！」

老朱：「是啊！他參加騎馬俱樂部已經快一個禮拜了！」

老李：「怎麼樣？成果如何？」

老朱：「成績很不錯啊！那匹馬瘦了快二十公斤了！」



小儀駕車過十字路口時闖紅燈被警察攔下

警察：你沒看到是紅燈嗎？

小儀：有啊

警察：那你爲什麼不停車？

小儀：因爲我沒看到你啊！

某日，一名男士匆匆忙忙的攔了一部計程車，上車後……

司機：「請問要到那裏？」

男士：「我要到機場，我趕時間，麻煩請開快一點吧！」

司機：「先生，趕飛機嗎？幾點啊？」

男士：「十點二十分的。」

司機：「別玩了，現在已經十二時三十分了，飛機是不等人的。」

男士：「對不起，我就是這班飛機的機師。」

司機：「……」



編者的話

送走牛年的陰霾，迎來虎年的光明新景象。今期會訊內容充滿了歡欣。春節聯歡夜，會員們濟濟一堂，盡興而回。

兩篇來稿均是病友家屬的手筆。一封母親的感謝函，代兒子感謝醫護人員及捐髓者，可見母親疼愛兒子的起伏心情，隨著兒子患病到康復，從憂心忡忡到喜樂感恩。另一篇是深情的丈夫為肖娟換骨髓七年後，得以健康快樂地慶賀五十歲生日而寫的詩篇，鶼鶼之情溢於言表，我們有幸分享兩個家庭的天倫之樂，可喜可賀。

乾眼症是移植后病人十居其九都有的症狀，只是程度不同，所以大家出院后要注意小心護理你們的眼睛，並按照醫生的指示，接受適當的跟進治療，不要掉以輕心。

撰寫：梁嘉兒

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

