



髓康會會訊 (第72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

最新消息

第十九屆周年大會及聚餐於2012年11月3日已順利完成，當晚通過2012/2013年度委員會成員，新委員隨即在周年大會後進行互選及通過將副主席一職劃分為內務及外務，以配合更多的對外工作，同時邀請前委員呂惠貞小姐重返委員會團隊。

2012-2013年度執行委員會

主 席：梁嘉兒
副主席：鄧超馳(內務)
張國科(外務)
秘 書：趙翠瑜
財 務：梁綺霞
委 員：黃錦漢、陳玉珊
袁詩禮、呂惠貞
彭望棣



歡迎會員們於本會facebook欣賞當晚的照片，重溫聚會的歡樂時光。

活動速遞

香港器官移植及透析人士運動會

第一屆香港器官移植及透析人士運動會已分別在11月24及25日完成所有賽事，瑪麗醫院骨髓移植隊在瑪麗醫院梁如鴻醫生及袁詠詩姑娘帶領下出戰，共獲得 17 個獎項佳績，包括 7 金、4 銀及 6 銅。成績優異者將獲資助參加2013年南非世界移植運動會為港增光。

病友羅曉山更獲最優秀女運動員獎－信念盃，包括乒乓球單打、100米賽跑及跳遠冠軍和羽毛球單、雙打 2 項亞軍。



運動會在大雨下開幕，會眾熱情不減



部份得獎運動員與梁如鴻醫生和袁詠詩姑娘合照



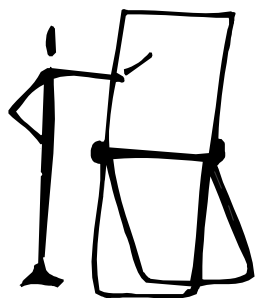
運動員列隊進場



會友冒雨熱烈撐場，為運動員打氣

活動預告

骨髓瘤小組講座暨病友交流



題目：如何處理骨髓瘤復發的問題暨病友交流

日期：2013年1月19日(星期六)

時間：下午2時至5時

地點：中環癌協服務中心
中環皇后大道中99號中環中心地下G03室

主講：梁憲孫教授
養和醫院內科部主管
綜合腫瘤科中心主任
血液科中心主任
血液及血液腫瘤科專科醫生

內容：了解和處理骨髓瘤復發情況，以及病友小組分享

費用：全免

對象：歡迎各界骨髓瘤病友及其親屬參加

報名：髓康會熱線6239 0025 / 心血會熱線2603 6869

好消息：醫管局已確定將治療骨髓瘤的藥物硼替佐米 (Bortegomib) 納入撒瑪利亞基金，有需要資助的病友可向醫護人員查詢申請。

拉筋舒展班

日期及地點：待定

導師：袁詩禮(專業體適能訓練導師)

內容：學習拉筋法，增強筋骨的活動能力。(共四堂)。

費用：80元 (每班 8 人)

對象：髓康會會員



*暫因未能確定場地安排，故如有興趣者，可先致電熱線 6239 0025 登記申請。

投其所好

那一年 撰寫：譚然文

人生美好，彩色繽紛，
勤奮如蜜蜂飛舞喲歌；
晴朗天，卻閃電行雷，
霹靂一聲起沉痾。

去問，
為什麼？為什麼偏是我！
夜難眠！
泣無聲，失康健；
強音如“努力工作”、“活出意義”，
實在是空談，我沒有意見！

慶幸，
慶幸漆黑大地有陽光灑照，
崎嶇路上有家人好友伴行。
康復路，可形容，
卻非筆墨！
關愛匯科學鑄就了新生。

為什麼？為什麼健康人，
卻低頭縐眉談放棄？！

努力面對，
爭取成功。
是一個生活的見證，
是一次由衷的分享。

彩虹，
就是這樣的形成、展示了。

筆者註：

寫於2012年髓康會週年晚會翌日，因見侯鳳群(上圖)努力面對，爭取成功而站立在臺上有感。



永遠懷念妳 - 鳳群



資深義工侯鳳群於11月6日已返回她的天家。2003年12月鳳群因多發性骨髓瘤接受了骨髓移植。2006年11月加入髓康會委員會，除了出任委員外，亦是地區關懷小組組長、門診探訪、報告板設計製作義工、為會訊撰文等，2009-2010年及2010-2011年更擔任副主席一職。

在差不多10年的抗病期間，鳳群沒有一刻是放棄的。去年她的健康已轉差，癌指數已難於控制，她不但沒有放棄，仍繼續做義工關顧及鼓勵同路人，更協助籌辦骨髓瘤小組。

鳳群是髓康會一塊瑰寶，她不論在義工團隊，還是在會員和病友間，她永遠是大家一道很好的溝通橋樑，她耐心聆聽和客觀的意見，令人倍感舒服及安心。雖然鳳群已離開，但我們深信鳳群的不放棄、堅強、充滿愛心的精神，永遠長存。

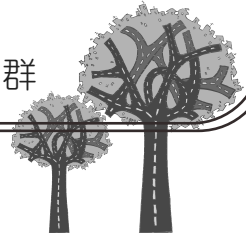
較早之前，鳳群有感身體差了，未知前面的日子如何，故為自己預備了安息禮中的見證分享，現節錄其中內容與大家分享：

人生路上，生、離、死、別是必經之路，今天我走完了在世的路，神接我返天家了，放心，我在主耶穌的懷中最是平安穩妥。

親愛的同路朋友，我懷念與您們一同走過的日子，您們堅強勇敢面對病患，成為我的榜樣。我的義工團隊-髓康會，您們對院友付出無私的愛，令我感動和懷念，感謝您們在義工活動中對我的體諒和鼓勵。

我雖離開，但我並無遺憾，只有感恩。人生不在乎長短，只要活得有色彩便不枉此生。願主賜福各位！

愛著你們的鳳群



撰寫：陳玉珊

BMT 小百科

骨髓發育不良症候群

骨髓發育不良症候群（Myelodysplastic Syndrome），簡稱MDS。這病是由於骨髓內細胞的基因（DNA）受先天或後天因素影響而突變形成。幼稚細胞不能正常轉化為成熟細胞，反而不停增生，使骨髓內充斥著大量不成熟或無功用的幼稚細胞，最終骨髓變得不能正常運作。

MDS的成因不很明確，但有可能是由於輻射或化學藥品影響細胞的修復能力，而有些人本身的修復酵素分泌較少，細胞受損後無法修復便發展為癌症。例如白血病患者接受化療若干年後也有可能轉症為MDS，這是藥物的副作用所致。

病徵 / 病理分類

1) 所有成熟外周血球減少

如紅血球減少，便形成貧血，患者會頭暈、頭痛和感覺乏力。

如白血球減少，便會容易受感染、發燒。

如血小板減少，便易出血，產生紫癜。

2) 骨髓異常增生，外周成熟血球正常或增加紅血球過多症

血小板過多

骨髓纖維化



講座由鄺沃林教授主講

治療

治療MDS主要考慮患者身體能承受化療的能力和預期治療的效果，而其演變過程有時很緩慢，所以診斷及治療方案與病人的年齡有很大關係。例如屬MDS病類的RA和RRS便多見於年長的人，而且可能經歷30至40年才轉為白血病；但REB和REBT則會在很短時間內轉變為白血病。

患者年齡在55歲以上，常會採用支持性治療：

1) 去甲基化制劑（Demethylating agent）—Azacytidine, Decitabine等

2) 標靶藥物—來那度胺（Lenalidomide）

患者年齡在55歲以下，可同時考慮採用支持性治療和根治方法：

1) 去甲基化制劑（Demethylating agent）—Azacytidine, Decitabine等

2) 標靶藥物—來那度胺（Lenalidomide）

3) 化療

4) 骨髓移植

摘錄自「骨髓異變綜合症講座」內容

J8 臨別秋波聖誕聯歡

服務 20 載的瑪麗醫院骨髓移植中心病房及門診部在2012年12月20日從瑪麗醫院 J 座 8 樓(J8)搬遷至 K 座 20 樓，以便 J8 進行大裝修，需時約 9 個月，工程完竣後，骨髓移植中心將會在 J8 重開，病房數目由 10 間增至 18 間，並預期在數年內增至 24 間，配合日益增多的病友需要，並縮短病人輪候移植時間。

本會於12月17日在 J8 舉行聖誕聯歡，與覆診病友及醫護人員一起玩遊戲、唱歌及派聖誕禮物。大家更趁 J8 拆遷前拍照留念，緬懷一番



病人聚精會神玩遊戲



贏了遊戲，影張靚相



李國維醫生與眾病人合照



梁如鴻醫生與義工們合照

編者的話

感謝多間醫院的醫護人員和有心人為移植病人舉辦運動會，鼓勵康復者鍛練身體，重拾運動的樂趣。在艱巨的籌備過程中，體現出病人和醫護同心的合作精神，推廣器官及骨髓捐贈，讓垂危的病人獲得新生，饒有意義。

義工鳳群像一片彩雲飛了上天，卻沒有帶走她的愛和笑，我們永遠都記得她的「忘我」精神，今期刊載了病友對她的感言，令人動容。

髓康會在熱心義工們的努力耕耘下，邁向第二十個年頭，期望繼往開來，擴大義工團隊，加強為病友的服務。

會訊製作小組

編輯：梁嘉兒

排版：陳玉珊

校對：梁嘉兒、陳玉珊

資料：呂惠貞、張國科

郵寄：沈 澤

髓康會顧問

方素君姑娘	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
陳漪瑩姑娘	區永仁醫生	詹楚生醫生
趙健華醫生	戴慧明姑娘	簡倩婷姑娘
謝偉財醫生	鄭沃林教授	嚴淑明醫生

(排名以筆劃序)

髓康會

香港郵政信箱3659號