



髓康會會訊(第102期)

熱線: 6239 0025

本會電話: 3656 0822 傳真: 3656 0920

網址: www.bmtpa.org.hk

電郵: bmtpa1993@yahoo.com.hk

地址: 九龍黃大仙下邨龍昌樓地下C翼2-8號

贊助機構:



癌症基金會
CANCERFUND
抗癌路上不孤單

HK Bmtpa facebook

最新消息

歡迎取閱

新冠肺炎疫情持續肆虐，去年我們許多活動都取消了，連周年聚餐也無法舉行，終於廿七周年會員大會在11月21日改為網上 Zoom 舉行，同時新一屆的委員會誕生了。

2020-2021年度執行委員會

主席	:	梁嘉兒
副主席	:	鄧超馳
秘書	:	陳尚宜
財政	:	張文強
康樂	:	伍健斌
體育	:	曾詠恩
公共事務	:	劉安綺
資訊科技	:	唐燦
職員	:	彭燕卿



新年快樂，齊來送上祝福



活動報告

迎牛送鼠網上新春團拜

本會原定於3月初舉辦新春聯歡聚餐，但礙於現時疫情仍嚴重及限聚令關係，現改為在網上以 Zoom 形式和各位會友團拜，互相祝賀。

日期：2021年2月27日(星期六)

時間：下午2時30分至3月30分

報名：請於2月20日前致電3656 0822登記，

屆時本會將傳送 Zoom 會議詳細資料
給參加者登入。



血液及腫瘤科飲食與營養講座暨心聲交流

日期：2021年3月5日(星期五)

時間：下午2時30分至4時30分

講者：瑪麗醫院營養師

對象：血液及血液腫瘤科患者及家屬

- 內容：
1. 講解治療期間及骨髓移植後常見飲食問題
 2. 問答時間
 3. 康復者分享經驗



Designed by pngtree

報名：請致電 3656 0822 或 2255 3900 登記
，收取網上講座資料。

(講座由髓康會、瑪麗醫院血液及血液腫瘤科
護理部暨瑪麗醫院癌症病人關顧支援組合辦)



繼往開來 再創新猷

梁嘉兒

從不平靜的2019年到市面出奇地寂靜的2020年，大家為了適應新的環境，都要學習新的生活技巧，這樣卻催生了許多新事物，促進了科技的發展。

髓康會在這段時間也遇到不少障礙，連義工也不能進入醫院，大大影響了病友關懷工作，我們只好想方設法送防疫物資給病友，通過不同渠道跟進個案，幫助病友解決問題。

髓康會是一個「助人自助」的園地，也是病友的避風港。作為主席的我只是工作的統合者，讓義工們發揮所長，幫助病患者渡過難關。這個團隊有愛心滿溢的關懷義工、有精通電子科技的、能歌善舞的、手工藝精湛的，還有默默筆耕的、處理郵務的，更有烹飪高手、運動精英。大家都曾經歷病患而重生，深明箇中苦楚，互助互勉，樂人樂己。

我重獲新生十八載，有感於義工的熱誠而加入這團隊，從參與文書工作、關懷分享、聯系機構到籌組活動，是付出了時間和精力，但換來了健康和快樂，還有如兄弟姊妹的友誼。在2012年我「拍心口」當上髓康會主席已八年，有了過往義工建立的基礎，在醫護顧問們的支持鼓勵下，才可和一群熱心又多才多藝的義工得以持續開展各項工作。在此感謝所有曾為本會及病友作出貢獻的義工，希望能有更多有心義工友接棒承傳。

今年我們計劃多些利用電子渠道聯絡病友，例如以Whatsapp地區群組、運動平台及 Facebook 等傳送訊息給會員，開展一些網上活動，例如以視像團拜、舉辦興趣班或分享會，同時也會拍攝短片在不同的平台宣傳骨髓捐贈。我們期望疫情盡快完結，可以恢復關懷探訪、舉辦聚餐、旅行和各項養生運動練習。各位如有興趣參與或有新的提議，請與我們聯絡。

電子傳送會訊



為了方便各位會員更容易接收閱本會的活動通知及支持環保，我們改為以whatsapp 傳送會訊給大家。如各會員欲繼續收取郵寄會訊，請致電本會3656 0822登記。若我們沒有收到閣下任何通知，本會將不會再郵寄會訊，敬請留意。

委員心聲

1) 鄧超馳

我在1999年因白血病接受了骨髓移植，在病房時遇到髓康會的義工來探訪，因此移植後一年我便做了委員幫忙搞活動，後來更做了主席近十年，和義工們一起服務病友。

現在我仍是副主席，主要負責接聽熱綫及跟進事項，同時安排醫院探訪，盡我所能為病友服務，辦好事情自己也開心。



Designed by Pngtree

2) 張文強

本人於2013年初確診多發性骨髓瘤，並曾先後做過兩次自體骨髓移植。我在2017年9月加入髓康會成為會員，之後積極參與活動，有幸獲選為今屆執行委員會委員，當竭力為會友服務。

去年12月在我生日當天正好是執行委員會的第二次會議，釐定我們今年的工作大計，感謝眾委員替我慶祝生日。

回想三年前在東區醫院骨髓移植病房中渡過我的生日，當時負責照顧我的一位血科姑娘為我送上一件生日蛋糕慶生，雖然蛋糕最終還是給我太太吃進肚裏，但那位血科姑娘的細心舉動，令我非常窩心，感動及難忘。因此我會經常提醒自己多參與義工工作，作為同路人要好好關心身邊的病友，例如為會友提供有用資訊、經驗分享、安排醫院及家居探訪、健康講座及各類康樂活動等。同時，我也非常感謝我的太太，她除了努力照顧我的日常起居生活外，也是我的心靈護師，讓我身心靈強壯，能安心及全力去做好義務關顧的工作。

雖然去年大部份時間因受疫情影響，許多活動要取消或只能透過網上舉行，減少了大家見面的時間，但網上通訊軟件及平台卻補足了我們互相鼓勵及分享的機會。期待疫情過後能快些跟大家見面，也希望大家給我們支持及寶貴的意見。

謹祝大家新年快樂，身體健康！



3) 唐榮

許多事情因為疫情而需要取消，不過髓康會的工作並沒有因此而停下來，反而拓展了一些之前我們從沒有想過會辦得到的事情，例如派發或郵寄防疫包，網上周年大會等。

希望在2021年稍後隨着疫苗普及接種，防疫限制減少，我們可以恢復一些服務及活動給各會員！此外，我亦想向大家呼籲，如有興趣加入我們義工工作，一齊來幫幫手的話，請用熱線聯絡我們。祝大家身體健康！

4) 劉安綺

時光飛逝，我成為髓康會的委員會成員轉眼間已踏入第四個年頭。回顧過去，我很開心加入了這個大家庭，很感謝大家給我有機會參與各項不同活動和工作，最難忘的是台灣之旅，參加慈濟相見歡活動！主要是自己能夠體會到「助人自助」的感受。

每次活動中與會員相聚的歡樂日子，令我在人生路途上增廣見聞，豐富知識。大家能夠互勵互勉、體諒包容，非常可貴。

雖然去年我們大部份的對外活動幾乎是停頓，但無論有多少困難及風波，我們仍然是會向前看，期望新的一年有新希望，身邊的家人和朋友抱住樂觀愉快心情面對一切困難，大家可以開心健康，天天過著幸福生活！這樣我已經得到「心中富有」了。

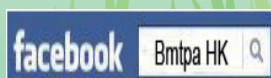


5) 陳尚宜

成為了委員會成員剛剛一年，讓我感到獲益良多，大家都竭盡所能，盡己本份，拆解每一個難題。從以前參與髓康會的義工工作到成為委員，讓我更明白及體會助己助人的感受。特別難忘的是有機會參與香港移植運動會，我不是一個擅長運動的人，卻讓我可踏出一步，作個新挑戰，真感謝大家對我的包容！

經過這一年疫情的洗禮，人與人的連繫並沒有因此而疏遠，我參與和見證着髓康會與同路人齊心協力，以防疫包互相打氣，反而令大家更緊密，更互相關心！

如欲參閱更多照片請登入



6) 伍健斌

經歷過2019年社會事件，接住2020年新冠病毒肆虐全球，不論經濟還是人與人之間關係都受到一定程度考驗，家家戶戶都為防感染都改變生活方式，上網消費或在家工作、學生不能上學。直到年尾全球加緊研究的疫苗都陸續推出，漸露曙光！

今年我都過得好特別，我負責代表髓康會出席「真人圖書館」的一個分享活動，從中分享自己復康到做義工的故事再給不同病患的同路人，鼓勵大家活得更精彩！令我想起當初加入髓康會這個大家庭，幫手搞旅行、聚餐和興趣班等康樂活動，能幫助別人十分開心，由做義工到當上委員已有幾年了！

感謝大家一直對我的照顧，我會繼續努力服務病友。期待在踏入新的一年，大家健健康康，生活愉快！



醫院探訪服務

活動名稱	日期及時間	詳情
關懷探訪	逢星期六 上午10時至 中午12時	認識同路人，分享經驗。 對象：住院病友 地點：瑪麗醫院骨髓移植中心及血液及腫瘤科病房
緣聚一刻 (門診探訪)	星期一或四 (每月一次) 上午10時至 下午12時30分	義工與等待覆診的病人作分享經驗，互相交流。 對象：瑪麗醫院骨髓移植中心覆診病友 地點：瑪麗醫院骨髓移植門診部
家庭會議 探訪	星期三 (每月二次) 下午1時至4時	義工在瑪麗醫院與準備接受骨髓移植的病友及其家屬，以過來人身份與他們分享骨髓移植的經驗。 對象：準備接受骨髓移植的病友及其家屬 地點：瑪麗醫院骨髓移植門診部

備註：

由於新冠肺炎疫情關係，探訪服務暫停至另行通知為止。

活動剪影



義工郵寄防疫用品給會員作聖誕禮物



拍攝網上遊戲宣傳骨髓捐贈



法式滾球練習



網上會員周年大會



自助組織Zoom交流會



商台「你好嘢」節目訪問介紹本會及義工分享



過去一年是充滿挑戰的一年，每一步也不易走，但辦法總比困難多。雖然大部份髓康會的活動都未能如期舉行，甚至只能一再延期，但科技發展總能讓我們即使足不出戶，也能知天下事，更於這個逆境期間，找到一些出路！

去年的廿七屆會員大會、講座、工作坊、分享會、骨髓移植及骨髓捐贈的宣傳活動等，也能利用電子視像通訊軟件一一順利完成。

於疫情期間，我們更需感謝每一位幫忙製作和派發防疫包的義工，讓每一份小小的祝福送到每一位會員的手上，帶來無限溫暖！牛年將到，髓康會祝各位會員

福牛迎春 身壯力健

會訊製作小組

編輯：陳尚宜

排版：伍健斌

組員：文愛蘭 林笑芳
張汝榮 李容弟

髓康會顧問

梁憲孫教授 李卓廣醫生 趙健華醫生
鄭沃林教授 李國維教授 梁如鴻教授
詹楚生教授 謝偉財教授 區永仁醫生
沈佩妍教授 陳守仁醫生 黃宇欣醫生
嚴淑明醫生 Prof. Gill Harry
袁詠詩姑娘 戴慧明姑娘 簡倩婷姑娘
陳漪瑩姑娘 方素君姑娘

(排名不分先後)

黃大仙癌協服務中心轉交髓康會
九龍黃大仙下邨龍昌樓地下C翼2-8號