



髓康會會訊(第108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



活動預告

歡迎取閱

金兔迎春晚聚

新冠疫情漸退，政府防疫政策放寬，本會將於3月舉辦春節聯歡，大家又可再聚一堂了。

日期：2023年3月11日（星期六）

時間：下午六時恭候

下午七時入席

地點：尖東彩福皇宴

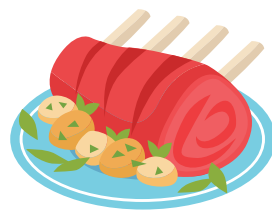
尖沙咀麼地道65號安達中心13樓(尖東地鐵站P2出口)

名額：150人

內容：包括晚飯、卡拉ok、抽獎及遊戲等。

費用：

- | | |
|--------------|---------|
| 1) 會員、附屬會員 | \$220/位 |
| 2) 首名陪同人 | \$280/位 |
| 3) 非會員及其他陪同人 | \$300/位 |



報名：請於2023年3月3日前報名，所有已繳費用，恕不退還。

活動報名及繳款方法：

凡參加本會任何活動，請致電3656 0822，google表格或WhatsApp熱線6239 0025報名及經下列方法於活動舉行前繳款：

- 1) 以現金到本會辦事處交付。
- 2) 入賬至本會匯豐銀行賬戶 511-038226-001，並將附有姓名及人數之入數紙WhatsApp至熱線 6239 0025。
- 3) 郵寄支票至本會，抬頭 [香港骨髓移植復康會有限公司]，背面須寫上姓名及聯絡電話。

網上關懷分享月會(1-6月)

本會定期於每個月的第三個星期六上午，舉行關懷分享月會，讓更多義工及病友可以參與。

一至六月的分享會安排在以下日期舉行，歡迎新知舊友報名出席，互相支持，互相幫助。

日期： 2023年1月28日(星期六) 2023年4月15日(星期六)
2023年2月18日(星期六) 2023年5月20日(星期六)
2023年3月18日(星期六) 2023年6月17日(星期六)



時間： 上午十時至十二時正

形式： 網上zoom分享會

對象： 即將進行或已接受骨髓移植的病友與康復義工。

義工： 歡迎康復病友參加，分享患病經歷和注意事項，互相幫助和鼓勵，積極面對治療。

報名： 請於分享會舉行的三個工作天前致電 36560822 或 WhatsApp 以下資料給熱線 62390025

- 1) 姓名
- 2) 有WhatsApp功能電話號碼
- 3) 報名類別（病友/分享義工）
或直接以Google form 填寫遞交報名
<https://forms.gle/t1JDJe5sBkjwCJG36>

社聯展覽「社會服務巡禮2023 - 凝聚、共建」

本會參加了社會服務聯會舉辦的展覽「社會服務巡禮2023 - 凝聚、共建」，藉此讓公眾認識病人自助組織，並宣傳推廣骨髓捐贈登記，希望增加登記人數，提高病患者配對成功的機會，重獲健康。

日期：2023年2月15日(星期三)

時間：上午十時至下午六時

地點：香港灣仔港灣道會議展覽中心（展覽廳5FG）

展位 No.： A21-P9

歡迎來電本會熱線：62390025登記領取電子入場券。

最新消息

本會廿九周年會員大會暨聚餐在11月26日舉行，聚會於熱鬧的歡笑聲中順利舉行，當天大家聚首一堂，加上李國維醫生的動人歌聲，還有獎品豐富的大抽獎，大家真真正正滿載而歸周年大會完滿結束，新一年度執行委員會亦隨即誕生。

2022-2023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

康樂事務：伍健斌、葉婉華

公共事務：黎寶楊

會員事務：譚小鳳、嚴麗娟

資訊科技支援：呂惠貞

職員：楊錦文(Kenny)



迪士尼樂園免費門票

本會已向迪士尼樂園申請免費門票，待批核成功便會WhatsApp以通知各位會員報名登記。

運動練習班

本會持續舉辦草地滾球練習班，而香港移植運動協會在7至8月暫停後，已於 9月開始續辦法式滾球、草地滾球、乒乓球和羽毛球練習班，積極備戰2023年在澳洲珀斯舉行的世界移植運動會。各位如有興趣參加，可致電本會36560822了解詳情和報名。

活動回顧

廿九周年會員大會暨聚餐



秋季旅行



委員心聲

愛的力量無限

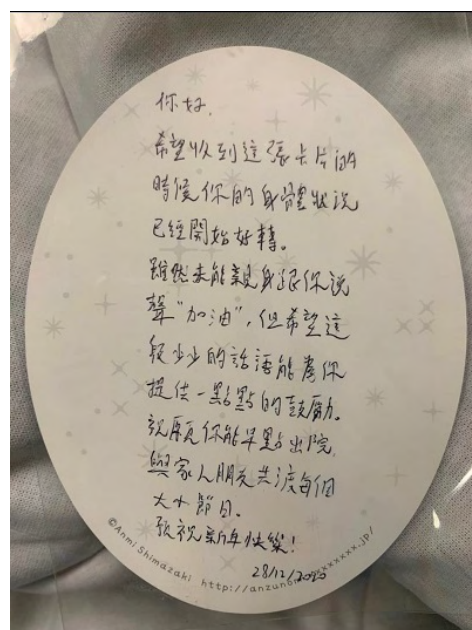
Chelsea

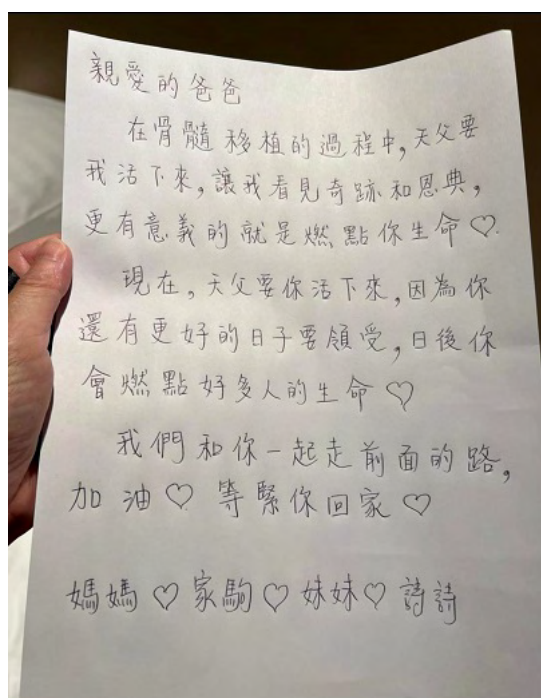
我叫Chelsea，也可叫我車仔，於2018年5月喺屯門醫院確診患有慢性骨髓性白血病（Chronic Myeloid Leukemia (CML)），於2020年12月在瑪麗醫院骨髓移植中心J8接受血幹細胞移植。

在確診後嘅頭兩年，我試過三款標靶藥治療，也注射過干擾素，結果一直未能達標，屯門醫院按數據分析，擔心會出現「轉症」嘅情況，最常見係由慢性轉急性，又或者轉變成另一種血癌，轉症後嘅存活率會大大降低，所以要及早向紅十字會申請做骨髓配對，目的要趕及在「轉症」前可以做骨髓移植。

父母知道我需要骨髓移植先至告知我一個秘密，原來我係一名孤兒，在未有出世紙之前已經同親生父母和哥哥失散了，所以只能夠寄望紅十字會嘅骨髓資料庫中可以配對到合適嘅骨髓捐贈者，當時我嘅男朋友（即係現在嘅老公），唔知點幫我，唯有祈禱，一邊喊一邊祈禱。大約一個多月後，突然收到紅十字會嘅電話通知，已經聯絡到三個合適嘅骨髓捐贈者去做驗血，除咗感謝天父之外，更加要感謝捐贈者，紅十字會，瑪麗醫院，還有骨髓之父梁憲孫教授與一班有心人創立骨髓資料庫，同埋多謝髓康會給予我機會去參與骨髓捐贈嘅宣傳工作，我會形容骨髓資料庫係一個儲存著生命與希望嘅超級寶庫，而骨髓捐贈者就成為咗我重獲生命後嘅親人。

在等候移植期間，相信好多過來人同我一樣，日子都過得不容易。我除咗要消化自己係孤兒嘅壞消息，要處理好多情緒問題之餘，仲要面對一連串入移植中心前要做嘅外科手術，自己又會胡思亂想好多問題，





移植過程又充滿幻想，幻想繼而產生恐懼，恐懼下又想放棄做移植，個人成日都好唔開心，成日喊，找不到出路，幸好有文強幫手將我個情況轉介給嘉兒，她又介紹另一個同行者給我認識，將我加入一個同行者群組，群組裏全部都係身經百戰嘅移植康復者，佢哋過咗好多料俾我，包括入院必備嘅食物和玩具，隱形餐單，「打大佬」攻略等等，感激當時有好多同行者為我打氣，又有文強嘅教友為我代禱。移植順利地完成，我住院38天就出院了，現在到我以過來人嘅身份為戰友打氣喇！

打完大佬之後挑戰仲未完，出院之後兩個月，老公突然要入院做微創手術，我每天為他買外賣和送餐去醫院為佢打氣，持續了三天。老公回家後，我負責照顧佢，幫佢洗傷口，一個月後輪到我個病輕微復發，要食標靶藥，接著又出現皮膚和眼睛排斥，需要更頻密地去瑪麗和葛量洪醫院覆診和調配藥物，又要在家工作。開始越來越忙之際，又到老爺血壓低跌倒送入醫院，跌倒後老爺全身郁唔到，疫情下又不准探病，我記起捐贈者寫心意咭為我打氣，就用同一招數每日寫信送去醫院為老爺打氣，最終他成功出院回家。老爺話我嘅信除咗感動佢，同時感染咗好多醫護人員關心佢，為佢打氣，凝聚嘅關愛激發咗老爺嘅戰鬥力，這是意想不到嘅成果，也是我初次感嘗到以生命影響生命嘅喜悅，是天父送給我嘅新技能，我要好好地學習和善用這個技能，也透過髓康會舉辦嘅網上關懷分享會(Zoom)為戰友和戰友家人打氣，送上祝福。

平日嘅我間中會彈吓結他，聽吓Jazz，用音樂去放鬆心情，放假日子喜歡自製曲奇餅和沖咖啡，因為曲奇出爐和咖啡嘅香味，會令人心情愉快！運動方面主要做肌筋膜放鬆和拉筋，我亦有做輕量嘅肌肉力量鍛鍊，增強下肢力量可以坐無影橈（扎馬）。好開心可以同大家分享心路歷程，祝大家身體健康！萬事勝意！心想事成！



歡送2022，髓康會廿九周年會員大會於歡呼聲中順利落幕，冬季旅行在五光十色的景色中渡過，關懷分享月會不停帶來暖暖的關心，有動有靜的興趣班帶動着體內的身心發展，各項活動展現著我們的活動正一步一步復常。

迎來2023，期望形形色色的活動繼續連繫着每一位，《香港社會服務巡禮2023》能進一步讓社會各界認識髓康會及推廣骨髓捐贈。春節聯歡讓大家能濟濟一堂，共慶新春。每項動靜皆宜的活動都能呵護到大家的身、心、靈。

兔年將至，謹祝各位會員福兔迎祥，動如脫兔！

歡迎有意者投稿，分享經驗、心路歷程，鼓勵同路人，如有興趣，請跟本會聯絡。

會訊製作小組

編輯：陳尚宜

排版：伍健斌

資料：梁嘉兒

組員：文愛蘭 林笑芳

陳性寧 李容弟

岑佩源

髓康會顧問

梁憲孫教授 李卓廣醫生 趙健華醫生
鄺沃林教授 李國維醫生 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 喬夏利醫生 李豔娥姑娘
袁詠詩姑娘 陳漪瑩姑娘

(排名不分先後)

香港癌症基金會服務中心（黃大仙）轉交髓康會
九龍黃大仙下邨龍昌樓地下C翼2-8號