

WHEN RENAL PLAYS THE ROLE

從

腎開始

腎友聯 出版

腎病資訊期刊

二零零七年十二月

第十七期

非賣品

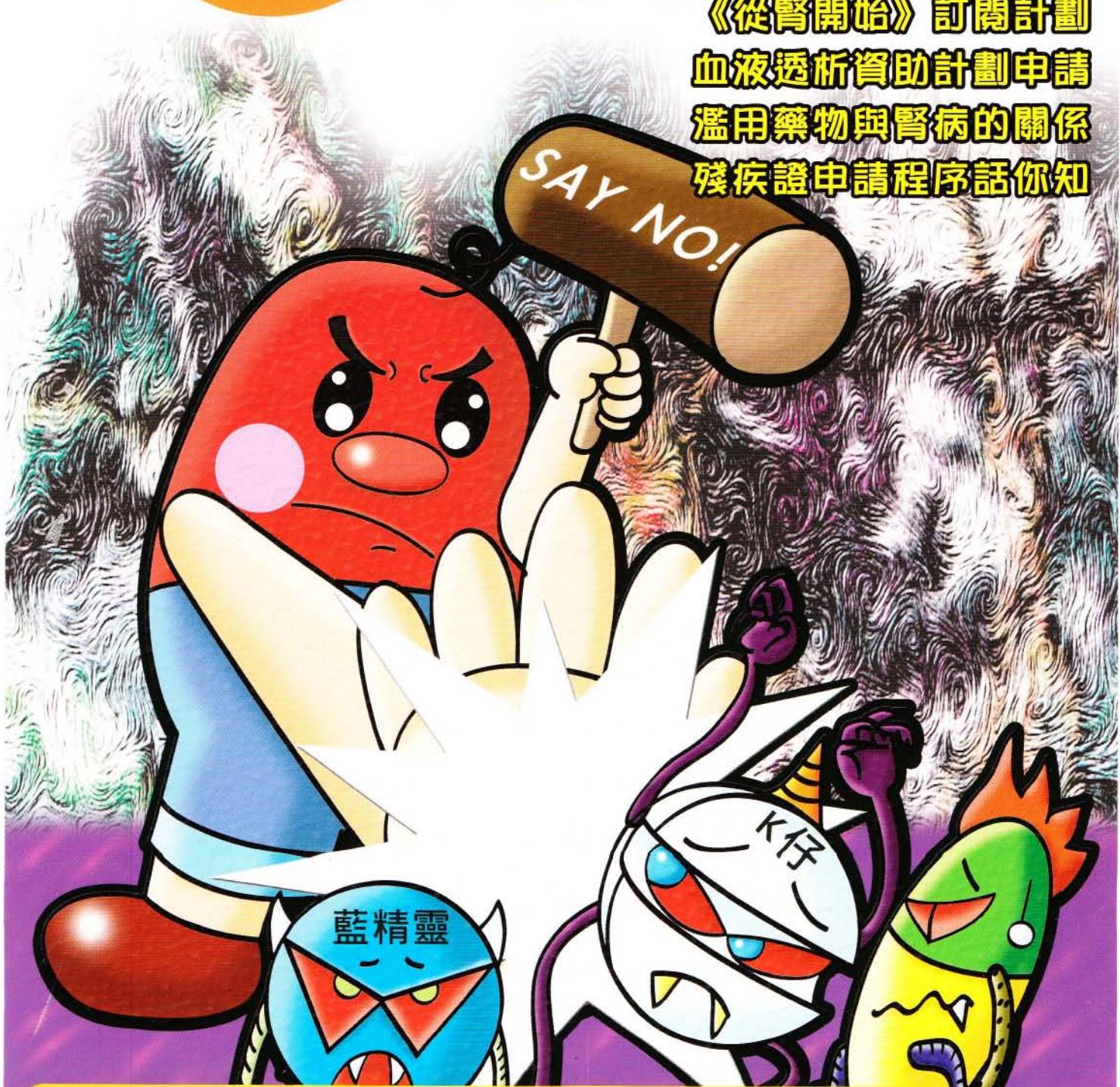
《從腎開始》訂閱計劃

血液透析資助計劃申請

濫用藥物與腎病的關係

殘疾證申請程序話你知

SAY NO!



你我積極齊參與

攜手同心齊互勉

《從腎開始》訂閱計劃

《從腎開始》於2002年6月出版創刊號，腎友聯出版此腎科專題雜誌的目的，是希望為腎病患者提供免費的渠道，瞭解與疾病相關的資訊。《從腎開始》每年共出版3期，分別於4月、8月及12月份下旬出版。

由2008年4月開始(第18期)，《從腎開始》將增設訂閱計劃，訂戶只需繳付港幣\$15(本地郵費)，便可安坐家中閱讀最新出版的《從腎開始》。

訂閱方法

填妥下列的訂閱表格，連同劃線支票HK\$15或銀行入數紙，寄回「九龍橫頭磡邨宏禮樓地下腎友聯」收。

補訂服務

訂戶如欲補訂《從腎開始》，請註明補訂期數，連本地郵費每本\$5，寄回腎友聯。7至12及15期期刊經已派發完畢。

查詢電話：8100-0821。



訂閱期

共三期 (\$15)

由第 ___ 期開始訂閱

《從腎開始》訂閱表格 (請✓適用之方格)

姓名：_____ (中文)

_____ (英文)

稱謂： Mr.先生 Mrs.女士 Miss小姐

聯絡電話：_____ 傳真：_____

電郵：_____

郵寄地址：_____

香港 九龍 新界 離島

年齡： 25歲或以下 26-35歲

36-45歲 46-55歲

56-65歲 66-75歲

76歲或以上

劃線支票抬頭：「腎友聯」或 Alliance for Renal Patients Mutual Help Association
匯豐銀行帳戶號碼：504-153396-002

(切勿郵寄現金支付訂閱費用)

本會保留全部權利決定閣下之訂閱申請，所有填寫訂閱表格的資料，只會用於《從腎開始》雜誌的各項服務。訂戶不可於訂閱日期未屆滿前取消訂閱；訂閱費用不設退還。如有任何爭議，腎友聯保留訂閱之最終決定權。

編者的話

轉眼便要向2007年說再見了，大家都開始準備迎接2008年。在此祝願各位讀者身體健康！在回顧過去的同時，亦是展望將來的最好時機。不知道何時開始，大家都習慣在新的一年，為自己訂立新的目標、新的方向，希望大家在努力實踐自己理想的時候，也要多關心身邊的人和事，珍惜我們擁有的一切。

近年，大家都在講集體回憶，原來很多東西都要在失去後才會覺得可惜。今期《說不完的故事》的嘉賓，是屯門醫院腎科的區德璋顧問醫生，距離區醫生退休的日子越近，大家才發覺對他的不捨。想知道區醫生的成醫之路、以及他最難忘的經歷，就不要錯過今期區醫生的專訪了。

新年新希望，《腎友聯》期望可繼續為腎病患者及家屬服務，與大家攜手面對未來的挑戰。過去，我們收到不少讀者的意見，希望可以定期訂閱《從腎開始》，在新的一年我們將付諸行動，定期將最新的《從腎開始》郵寄到訂閱戶的府上，希望大家多多支持。

腎友聯

主 席：劉國輝
副 主 席：杜景銳
財 政：黃志強
司 庫：許麗華
職 員：陳佩嵐
地 址：九龍橫頭磡邨宏禮樓地下
電 話：81000821
傳 真：23369794
電 邮：arpmha@arpmha.org.hk
網 址：www.arpmha.org.hk
發 行 量：2,500本
特此鳴謝：余兆麒醫療基金

S. K. Yee Medical Foundation

腎友聯顧問名單（排名不分先後）

永遠榮譽顧問

范徐麗泰議員（立法會主席）

顧問

黃矩民顧問醫生（香港腎科學會主席）

雷兆輝顧問醫生（香港腎臟基金會主席）

李錦滔教授（威爾斯親王醫院腎科主任）

陳德茂教授（香港大學醫學院內科學系）

黎嘉能教授（香港大學醫學院內科學系）

鄧智偉臨床副教授（香港大學醫學院內科學系）

余惠賢醫生（雅麗氏何妙齡那打素醫院內科部門主管）

何耀榮醫生（基督教聯合醫院內科及老人科部門主管）

唐國隆醫生（瑪嘉烈醫院內科及老人科部門主管）

陳慧嫻顧問醫生（瑪嘉烈醫院腎科）

區德璋顧問醫生（屯門醫院腎科）

關子凱高級醫生（屯門醫院腎科）

周嘉歡顧問醫生（伊利沙伯醫院腎科）

盧維基顧問醫生（東華醫院腎科）

黃建成顧問醫生（東區尤德夫人那打素醫院腎科）

黃劍明醫生（香港浸信會醫院腎科）

鄭鑑波教授（腎科專科）

陳楚文醫生（腎科專科）

唐婉芬女士（威爾斯親王醫院器官移植聯絡主任）

黃嘉慧女士（伊利沙伯醫院器官移植聯絡主任）

黃詠勤女士（瑪嘉烈醫院器官移植聯絡主任）

洛玉鳳營養師（威爾斯親王醫院營養部部門經理）

梁淑卿營養師

（雅麗氏何妙齡那打素醫院營養部部門經理）

崔俊明藥劑師

（香港醫院藥劑師學會藥物教育資源中心教育總監）

龐愛蘭小姐（香港醫療專業聯盟主席）

梁智鴻醫生（泌尿外科專科）

高永文醫生（骨科專科）

畢文泰律師

李家聲會計師

工作人員名單

出 版：腎友聯

工作人員：杜景銳、王樹光、李志榮、鄭靜儀、阮淑娟、陳佩嵐

目錄

從腎開始——第十七期
2007年12月

- 3 編者的話
- 5 健康茶水站
 - 濫藥對泌尿系統的影響
 - 心靈健康與家庭的關係
- 9 醫藥放大鏡
 - 服用抗排斥藥物與癌症的關係
- 11 中藥小百科
 - 秋冬進補篇
- 12 框框話你知
- 17 時事超聲波
- 20 醫生信箱
- 22 屬會花絮
- 24 說不完的故事
- 29 醫生隨筆
 - 二人三囑
- 31 腎友手記
 - 愛與樂
- 32 醫療熱點
 - 血液透析服務資助計劃
- 34 心靈加油站/派發地點
- 35 捐款表格

免責聲明

《從腎開始》為腎友聯出版之刊物。我們竭誠為大眾提供正確可信的醫療資訊及健康知識，鑑於我們並非專業醫生，所以無法取代專業醫生的診斷。本會提醒各位讀者及病友，必須徵詢醫生的專業意見，以評定本刊提供的資料是否適合讀者及病友的情況。本刊不會為任何人士對本刊內容的應用，負上醫療或法律責任。本刊所有廣告內容，均由客戶提供；產品之質素、效能和服務等，概與本會及所有顧問無關。投稿內容純屬個人意見，並不一定代表本會立場。本刊有權對文章作最後修改。

版權屬腎友聯所有，歡迎轉載，但請知會本刊編輯部及註明出處。

對泌尿系統的影響

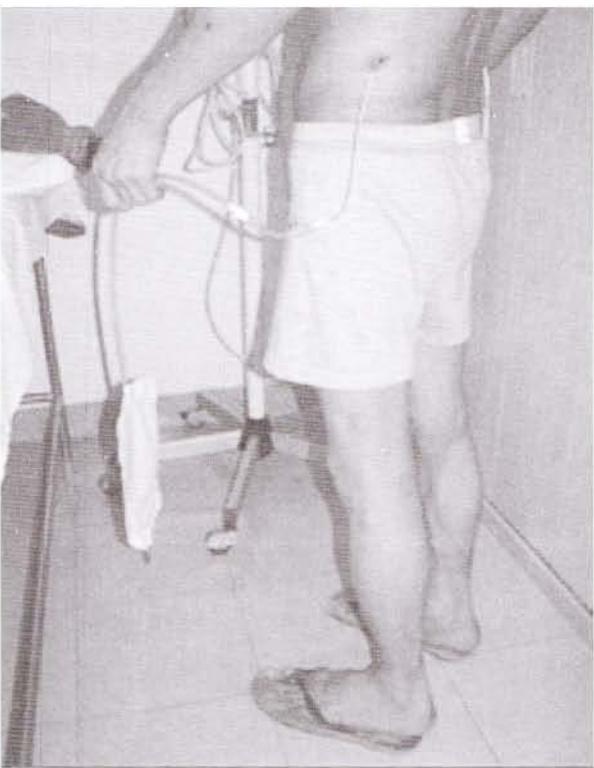


近年，濫用藥物的問題越趨嚴重，濫藥者的年齡亦有年輕化的趨勢，導致其精神及身體健康大受影響，亦影響了與家人的關係。究其原因，我們發現濫藥者都有不同程度的家庭問題。今期，我們請來屯門醫院泌尿外科醫生及腎科醫務社工，與大家一起探討濫用藥物的禍害，以及家庭溝通的技巧。

自2006年7月起，在屯門醫院外科部門泌尿分科工作後，我遇到很多有吸食氯胺酮習慣的年青人，年齡由17至32歲不等，有些是無業的，有些更已為人父母。他們成為我的病人，是因為他們都有排尿的困難，例如排尿時非常疼痛、尿頻、急迫性尿失禁和急尿等。他們平均的膀胱容量只有大約30至100毫升(正常膀胱的容量約有400毫升)。

有病人從屯門乘坐巴士到荃灣的一段路，途中要下車10多次去找洗手間排尿，又或是偷偷拿著膠瓶到巴士上層最後排座位來解決排尿的問題。另一位病人是一名售貨員，今年只有21歲，因為工作時不能常常去洗手間，所以要用紙尿片來解決尿失禁的問題。

除了排尿的問題引致生活質素下降，以及影響患者的工作及社交生活外，我們更發現約百分之五十的病者，出現腎積水及腎功能受損的現象。其中一位32歲有吸食氯胺酮習慣超過10年的病人，他的腎功能只有正常人的百分之二十，亦曾經因為急性腎衰竭要入住深切治療部，需要進行經皮腎臟穿刺，以引流尿液，根據我的推斷，這位病人將於5至10年內便需要接受腹膜或血液透析(即洗腎)。



一名30歲街頭氯胺酮濫藥者，他兩邊腎均需要放置引流管。

早前，這位病者和我一起接受《南華早報》的訪問，他語重心長地呼籲時下的年青人不要受朋輩的影響或引誘，沾染吸食軟性毒品的習慣，他非常後悔過去10年染上吸食「K仔」的習慣，但是為時已晚，雖然，他現在已經戒掉吸食「K仔」的習慣，可是已受損的腎功能永遠也不能恢復了。

年青人，不要以為剛才這個病例是很罕見的，醫院管理局的防毒諮詢中心在過去半年和不同社區的社會工作者替吸食「K仔」的年青人做了一個統計，結果顯示百分之六十有吸食「K仔」的年青人，都有膀胱萎縮或排尿的問題，病徵的嚴重程度和他們的吸食年期、密度和分量有莫大的關係。吸食「K仔」的時間越長、分量越重、次數越多的年青人，他們的膀胱容量就會越少。



早前，我收到一位來自英國泌尿科教授的電郵，在英國也有4個約17至26歲的年青人因吸食「K仔」以致膀胱及腎臟受損，其中一位在深切治療部因為急性腎衰竭而需接受透析治療。

總而言之，吸食「K仔」有百害而無一利，對腎臟及膀胱都有莫大的傷害。故此，我在此奉勸各位年青人，不要嘗試吸食任何軟性毒品，以免身心受損，及令愛護你的家人傷心。



心靈健康與家庭的關係



撰文：屯門醫院腎科
廊榮新醫務社工

今天，我想跟各位分享一下孩子身心健康的看法。我想，身心健康與家庭生活是分不開的。

人打自出娘胎以來，看的聽的就離不開自己的家人。心理學家常說孩童最使勁學習的就是2至6歲，回想大家童年在地上爬行、在撒嬌、在偷看大人在做甚麼，無一不是發生在這片「樂土」，身心發展亦從這土壤萌芽。大家可曾利用在家的時間，享天倫，建溝通？一個微笑，一個憂戚，甚或一把輕撫，微若一個欣慰的眼神，已可成為培育子女心靈健康的開始。

常聽到家長說子女叛逆，我不禁想起我們輔導工作的基本技巧「認真聆聽」，試試算一下，我們在家裡對孩子說的多，還是聽的多？命令的多，還是互相傾聽的多？我看到成功的父母，往往是有點孩子氣，多聆聽子女說話！

現代的家庭各有各忙，要花時間與子女溝通，好像是天方夜譚。其實，大家有否想過改變現時的生活方式，例如在晚飯時把電視關上，好好利用這段與家人共聚的時光，大家分享生活中所遇到的事情，不論事情的好與壞，也有家人與你分享及分擔。



為口奔馳、工作繁忙、兒女反叛、成績欠佳，似乎成了社工們必聽的父母心聲。同時，我們的寶貝好像都會從孩提時的天真笑臉，變成一張張的混世魔王，搗亂凡間。但你可曾想過把這看成是子女需要我們多關心的警號，而非問題兒童！

12至13歲的青少年開始不聽話已成了兒女成長的程式。「我兒不聽話」已成為了每節輔導的開場白。我不禁想到一個哲理的課題，人為自己而生，抑或為別人而生，甚或為父母而生？若我們願意把我們作為父母的角色，稍稍微調一下，從教者，變為助者；從長者，變為友者。這樣，孩子的叛逆已變成關係問題，而非孩子的行為問題。不要忘記，你的孩子將要準備成人，他們將要領導自己，接受每天的挑戰！

更不要忘記，孩子的叛逆並不是父母最大的敵人。據報，年青人首次濫用藥物的主要原因，為不良朋輩的誘使！我們何不選擇成為兒女的良朋，卻還高高在上的做他們的育者、帶領者，甚或是高不可攀的「長輩」。

為人父母者，當然關心子女的身體健康，但心靈的健康同樣重要！孩子的年紀可能幫不上什麼忙！但如家中有長期病患者，一定要告訴他們病者的病況，縱使他們不會完全明白，也不可使你的子女若無其事。坦誠、親切是溝通的秘訣，何須隱瞞？

最後，我還是老套的重覆一句，孩子的情況各有不同，若不懂得教導，最好還是請教社工或專業人士。身心健康，離不開良好的家庭溝通！



服用抗排斥藥物 與 癌症的關係

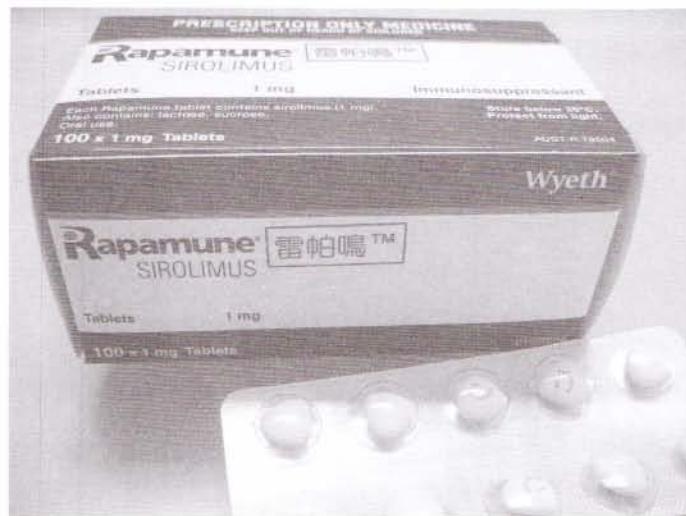
隨著新一代抗排斥藥物在80年代後相繼出現，腎臟移植的存活率也大幅地提高；對於末期腎衰竭患者而言，移植後可免除洗肚或洗血之苦，生活質素得以提升，故腎臟移植已成為較佳的治療方法。因此，進行移植及服用抗排斥藥物的人數不斷增多，而手術的成功及普及亦令更多年輕的患者進行移植，故服用抗排斥藥物的年期亦有所增加。在長期使用抗排斥藥物下，病友需面對一定的風險，包括藥物的副作用、感染及癌症等。



環孢素A是移植病人常用的抗排斥藥物。

醫藥放大鏡

在癌症方面，過去的30年間世界各地進行了不同的研究，研究結果顯示腎臟移植的病人患癌的機會率較正常人高，初步確定長期服用抗排斥藥物與某些癌症的形成有關。在歐美國家及澳洲的研究中，以非黑色素皮膚癌(NMSC)(尤以鱗狀細胞癌SCC及卡波西氏瘤Kaposi's sarcoma為主)、淋巴增生性疾病(淋巴癌)、腎細胞癌(原本已失去功能之腎臟)、口唇及子宮頸癌等的發生率最高，而在台灣則以泌尿道移行細胞癌(TCC of Urinary Tract)佔最多，其次是肝癌。



雷帕鳴及FK-506都是新一代的抗排斥藥物。

研究指出致癌的原因可能與免疫系統長期受抑制有關，導致以下情況：

- 影響修補受紫外線破壞的表皮細胞，增加患皮膚癌的機會。
- 增加受病毒感染的機會或活化潛伏於體內的病毒，令患上某些癌症的機會提高，如乙及丙肝病毒可引致肝癌、人類乳頭瘤病毒(HPV)可引致舌、口及子宮頸癌等、Epstein-Barr病毒(EBV)可引致霍奇金病(Hodgkin disease)及非霍奇金淋巴瘤(Non-Hodgkin lymphoma)等。

對於個別抗排斥藥物是否致癌，目前的研究結果亦未能完全確定，在人類的病例對照研究及動物實驗中，Cyclosporin A 及 Tacrolimus 對於某些癌症具有促進或防止的功能，而 Sirolimus 則具有防癌的作用，但仍有待更多的研究證實。



為了減低患癌或癌症復發的風險，在移植前病友必須進行詳細身體檢查，以測定體內並無癌變的情況才適合進行移植；對於患癌的病友，一般不建議進行移植手術；已康復的癌症病友也須醫生觀察一段時間，待病情穩定才作決定，以避免癌症復發。

病友在移植後亦須定期覆診作身體檢查，醫生除可評估移植腎臟的功能及調較抗排斥藥物的劑量外，同時亦可監察病友是否出現與癌症有關的徵狀，以便及早作出進一步的檢查及治療。病友平日亦應減少受陽光或紫外線直接照射、戒煙及限制酒量，以避免增加患癌的機會。

中藥小百科

秋冬進補篇

冬蟲夏草是一種動植物的複合體，在分類學系統上屬於子囊菌網，肉座目，麥角菌科、蟲草屬的高等真菌。冬蟲夏草原產於中國大陸四川、雲南、青海、西藏等省，海拔三千公尺以上的地區。自古以來一直被視為中藥材的瑰寶，與人參、鹿茸一起被稱為中國三大補品，藥用價值相當高。

每年冬季，蝙蝠蛾的幼蟲會在土壤中避冬，蟲體經土壤感染蟲草真菌，但外表仍保持著蝙蝠蛾幼蟲的形狀，人稱「冬蟲」。至次年夏季，真菌在蟲體的頭部長出有柄的子實體，看上去像棵草，人稱「夏草」。這種長有冬蟲夏草真菌的蟲和子實體的結合體，因冬季看上去像條蟲，夏季看上去像棵草，冬蟲夏草亦因此而得名。

中國出產的冬蟲夏草種類繁多，但最著名的只有兩個品種。

(一)冬蟲夏草菌，原產於中國四川、甘肅、雲南、青海、西藏等高山草原地區，其中以青海、西藏的質量最好。

(二)北冬蟲夏草菌，主要產於中國東北的高山草原，目前只有北冬蟲夏草菌的子實體能夠人工大量培養，且主要成分、含量和功效與天然的相當，所以北冬蟲夏草菌的應用範圍越廣，知名度也越來越高。

撰文：徐龍望註冊中醫師

中國是最早將冬蟲夏草作為藥用的國家。根據《中華人民共和國藥典》記載，冬蟲夏草功效為補肺益腎、止血化痰。用於久咳虛喘、勞嗽咳血、陽痿遺精、腰膝酸痛。冬蟲夏草味甘性溫、藥性平和、溫而不燥、補而不滯，比其他種類的補益中藥更具廣泛的藥用價值，且無任何不良反應。其次，《中藥藥理學》亦有記載，冬蟲夏草對多種病症均有療效，如心律失常，證實對治療房性、室性早搏有較好療效；呼吸系統疾病，如治療慢性氣管炎及支氣管炎，均取得明顯止咳、化痰、平喘及緩解支氣管哮喘發作的療效；慢性腎炎及腎功能衰竭，可改善腎功能、提高病人免疫功能、降低腎炎蛋白尿、提高血清鋅含量、降低銅、鋅比值，使血尿明顯好轉；高脂血症、性功能低下、慢性活動性肝炎、肝硬化等等。

蟲草芪薏飲

材料：冬蟲夏草4克、生黃芪(北芪)10克、生薏仁30克

製法：將冬蟲夏草研成粉，把生黃芪、生薏仁放入砂鍋中，加水用武火煮沸改用文火煮30分鐘即可去渣取汁，每日一劑，分兩次用藥液送服冬蟲夏草粉(每次將2克冬蟲夏草磨粉)。

功效：對慢性腎炎、急慢性腎功能不全者有良好輔助治療效果。

蟲草粳米粥

材料：冬蟲夏草6克、粳米100克

製法：將冬蟲夏草洗淨，研成粉；粳米淘淨，放入鍋中，加水熬煮成稀粥，粥將稠時，放入冬蟲夏草粉煮至粥稠即成。

功效：以補腎為主、兼能養胃。適用於急慢性腎功能衰竭病人的輔助治療。

註：讀者服用前宜先徵詢主診醫生、註冊中醫師及營養師的意見。

框框話你知

殘疾人士登記證申請

由勞工及福利局康復服務中央檔案室，發出的「殘疾人士登記證」，已於2007年10月份完成整個換證程序。仍未換領的舊證持有人，請盡快提出申請。腎友聯早前收到病友的查詢，因遞交申請時腎科醫生拒絕簽發「傷殘類別證明書」，令腎友無法換領新證。本會早前曾向各屬會查詢，瞭解不同醫院的處理手法，希望為腎病患者爭取合理的權益。各位腎友如申領「殘疾人士登記證」時有任何困難，並希望本會代為跟進，請填妥以下表格，傳真(2336-9794)或郵寄回腎友聯(九龍橫頭磡邨宏禮樓地下)，以便本會跟進。

備註：申請表可於勞工及福利局網頁
www.lwb.gov.hk下載。

(傳真回腎友聯：2336-9794)

「殘疾人士登記證」跟進表格

姓 名：_____

聯絡電話：_____

所屬醫院：_____

治療模式：

- 腹膜透析 (C.A.P.D. / A.P.D.)
- 血液透析
- 腎臟移植

申請結果：

- 首次申請 (成功 / 失敗)
- 換證申請 (成功 / 失敗)

最近一次申請日期：____ 年 ____ 月

殘疾人士登記證

Registration Card for People with Disabilities

姓名：

Name:

性別 Sex:

有效期至 Valid to:

編號 Serial Number:

相片



香港特別行政區政府康復服務中央檔案室
Central Registry for Rehabilitation (CRR)
Government of the Hong Kong Special Administrative Region

殘疾類別

Type(s) of Disability

器官殘障/長期病患
Visceral disability/Chronic illness

此證件由中央檔案室發給，並可被取消或收回。
如拾獲此證，請交回香港中環花園道九號20樓，不論何處。
The CRB reserves the right to cancel or reclaim this card from the holder.
If found, please return to 20/F, Minra Building, Garden Road, Central, Hong Kong.

第十六屆世界移植人士運動會

日期：2007年8月25日至9月2日

地點：泰國曼谷

曾在死亡邊緣掙扎的器官衰竭病人，在接受器官移植後，如同重獲新生。更決意代表香港參加，由世界移植人士運動聯會舉辦的「第十六屆世界移植人士運動會」，今年賽事於泰國曼谷舉行為期共9日。香港首次派出21人的代表隊，當中包括心臟、肺部、骨髓、肝臟及腎臟移植的患者，分別參與57項比賽，結果勇奪6金、2銀、9銅的佳績，凱旋歸來。

獎項	比賽項目	組別	年齡組別	得獎者
金牌	乒乓球	男單	>60歲	梁海明
		女單	30-40歲	李燕霞
		混雙	30-40歲	李建明 李燕霞
	哥爾夫球	男單	40-50歲	宋有祿
	法國滾球	女單	18-29歲	吳卓茵
銀牌	跳遠	男單	15-17歲	朱灝汶
			(少年組)	
銀牌	保齡球	男單	40-49歲	徐志輝
		女雙	30-40歲	鄭玉琴 馮愛蓮
銅牌	乒乓球	男單	30-40歲	李建明
		女單	40-50歲	陳群英
		混雙	40-50歲	李雁河 陳群英
	保齡球	男單	>60歲	梁海明
	羽毛球	女雙	30-40歲	鄭淑嫻 呂潔卿
	法國滾球	女單	30-40歲	馮愛蓮
	100米蛙泳	男單	40-50歲	黃炎華
	100米短跑	男單	15-17歲	朱灝汶
			(少年組)	
	擲球	女單	18-29歲	吳卓茵



海洋公園同樂日

日期：2007年11月10日（星期六）

為慶祝香港特別行政區成立10周年，黃大仙民政事務處在得到海洋公園的贊助下，為黃大仙區內有特別需要的家庭，舉辦「海洋公園家庭同樂日」，讓本會的腎友及其家屬有機會免費到海洋公園遊玩。當日早上，接近60位參加者乘搭本會安排的旅遊巴一同前往海洋公園。大伙兒在門外拍過大合照後就開始自由活動時間，到熊貓館探望新朋友「盈盈」和「樂樂」、形態百變的水母、當然少不了「海洋劇場」內海豚、海獅的精采演出，讓大家眼界大開。在此，特別鳴謝黃大仙民政事務處贊助是次的同樂日。

「愛腎護腎」健康講座

日期：2007年10月27日（星期六）

時間：下午3:00-5:00

地點：醫院管理局大樓閣樓2號研討室

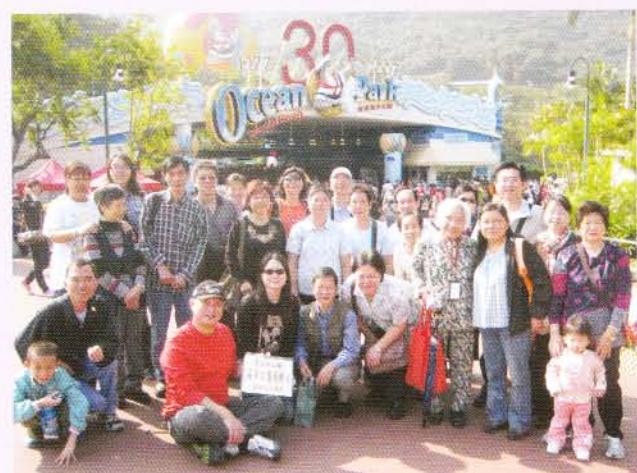
腎友聯一直致力推廣腎病常識，希望引起市民大眾對保護腎臟健康的關注。近年，香港青少年濫用藥物的問題越趨嚴重，屯門醫院泌尿外科朱秀群高級醫生，曾於《香港醫學雜誌》發表10宗濫藥個案報告，是全球首次發現有濫用氯胺酮（俗稱K仔）的青少年，膀胱和腎臟嚴重受損，情況令人憂慮。有見及此，腎友聯於10月份舉行腎臟健康關注講座，並邀請朱醫生及屯門醫院腎科關子凱高級醫生擔任主講嘉賓，與參加者一起探討濫藥的禍害，以及預防腎病的重要性。有關當日講座的簡報，已上載到本會網頁 www.arpmha.org.hk，供有興趣的市民瀏覽。



兩位醫生同來自屯門醫院，合作無間，一起擔任主講嘉賓當然無難度。



關醫生多次義務為本會的講座擔任主講，非常熱心參與腎友會的活動。



腎友們扶老攜幼到海洋公園遊玩，並與各腎友會的參加者一同在門外合照留念。

商場器官捐贈展覽

日期：2007年11月11日（星期日）

時間：11:00-17:00

地點：奧海城二期商場

協助：紅豆會、東華腎友互助會、伊利沙伯醫院腎友互助會



很感謝各腎友會的義工協助舉辦是次的器官捐贈展覽。

柔力球進階班

日期：2007年11-12月(逢星期六)

時間：上午11:00-下午1:00

地點：慈雲山蒲崗村道體育館

柔力球進階班，由腎友聯主辦、香港柔力球總會協辦。參加者完成為期6堂的訓練後，已學懂一套世界通行的標準套路。由於參加者水準不斷提高，腎友聯將會開辦最後一期的訓練課程，希望一眾參加者在完成後可繼續參加香港柔力球總會的課程，進一步學習並考取教練的資格。在此，要非常感謝匯豐銀行慈善基金贊助是次的訓練班，讓腎病患者受惠。



一直擔任訓練班教練的寶麟，與各參加者已建立了一份深厚的情誼。

「自助互助大使訓練班」招生

為協助各腎友會的持續發展，腎友聯將於2008年1月份，舉辦第2期的「自助互助大使訓練班」，是次課程特別適合新加入腎友會的義工，有意參與病人自助組織工作的您又怎可錯過！

日期：2008年1月12及19日(逢星期六)
 時間：下午2:30至5:30
 地點：醫管局健康資訊天地地下視聽活動室
 內容：認識病人自助組織、掌握基本探訪技巧、掌握朋輩輔導技巧
 名額：20名，每組織最多3名(先報先得)
 費用：全免
 課程導師：王劍豪先生(香港復康會社區復康網絡註冊社工)
 報名熱線：8100-0821 (腎友聯)

腎友照顧者手冊及光碟發佈

由社會福利署贊助，腎友聯、康寧腎友會、腎友互助協會及伊利沙伯醫院腎友互助會合辦的「全港關懷腎友照顧者行動」，已於2007年12月完滿結束。整個計劃歷時超過1年，旨在增強家屬照顧長期病患者的知識和技巧，令整個家庭能適應病後的改變，籌委會先後舉辦「照顧者分享會」、「同行洗腎路照顧者專題講座」。另外，為表揚傑出腎友照顧者、醫療及商業機構的無私付出，破天荒舉辦「優秀腎友照顧者嘉許禮」。隨著照顧者手冊及光碟的出版，整個計劃亦接近尾聲。在此，要非常感謝所有曾經協助計劃推行的人員及單位。期望各項活動均可為大家帶來少少的裨益。有興趣索取照顧者手冊及光碟的朋友，請聯絡所屬的腎友會，或致電8100-0821向腎友聯查詢。



時事超聲波

中國器官移植新規定

中國衛生部強調，內地醫療機構及醫務人員不得為以旅遊名義來華的外國人移植器官。衛生部根據世界衛生組織人體器官移植指導原則，也參照其他國家和地區通行做法，對境外人員申請實施人體器官移植有關事宜還作出以下規定：

- 醫療機構及其醫務人員不得以旅遊名義跨國境為外國居民實施人體器官移植。
- 外國居民申請來華實施人體器官移植的，醫療機構必須向所在省級衛生行政部門報告，經省級衛生行政部門審核並報告衛生部後，根據回覆意見實施。
- 醫療機構在為香港、澳門、台灣永久性居民實施人體器官移植前，必須向所在省級衛生行政部門報告。省級衛生行政部門要及時向衛生部報告。
- 除《醫療廣告管理辦法》規定的內容外，醫療機構不得利用任何方式發佈人體器官移植醫療廣告。
- 省級衛生行政部門應將醫療機構開展人體器官移植情況納入技術臨床應用能力定期評估內容並嚴格考核。
- 對醫療機構及其醫務人員違反規定實施人體器官移植的，要依法嚴肅處理，並撤銷醫療機構相應專業的人體器官移植診療科目登記。

資料來源：《明報》
日期：2007年7月3日

北京13間醫院獲准進行器官移植

北京市衛生部公布，經北京市衛生局和總後衛生部的資格審核和考核評價後，現時北京市共有13家醫院獲准開展人體器官移植手術。這13家醫院分別是：北京安貞醫院、北京朝陽醫院、中日友好醫院、北京大學第三醫院、北京大學人民醫院、北京協和醫院、北京友誼醫院、北京大學第一醫院、北京佑安醫院、中國醫學科學院阜外心血管病醫院、解放軍總醫院、武警總醫院、空軍總醫院。

北京市衛生局表示，未辦理人體器官移植相應專業診療科目登記的醫療機構，一律不得從事人體器官移植。對違反規定者，將依照人體器官移植條例相關規定予以處罰。

資料來源：《明報》
日期：2007年6月25日

中國164家醫院獲開展器官移植

國家衛生部醫政司司長王羽表示，在《人體器官移植條例》實施前，中國有600多家醫院開展器官移植，由於各地醫療水準參差不齊，暴露了一系列嚴重影響中國器官移植健康發展的問題。2007年5月1日，衛生部頒布新措施加強對其管理，並成立人體器官移植技術臨床應用委員會，組織專家對開展器官移植醫療機構進行評審，通過八十七家，同時根據需要指定了七十七家省級醫院開展器官移植。現時，中國內地已有164間醫院經衛生部審定批准開展器官移植而有關醫院名單將在確定後上網公佈。

資料來源：《大公網訊》
日期：2007年8月19日

政府擬補貼殘疾人士乘車半價

全港85,000名領取傷殘津貼或綜援的殘疾人士，日後乘搭公共交通工具時有望享用半價優惠。消息指出，政府考慮補貼公共交通機構，向殘疾人士提供半價乘車優惠，現正與八達通卡公司研究如何解決技術問題，預計最快可於下個財政年度推行。現時，各主要交通機構普遍推出小童及長者乘車優惠，但未有殘疾人士優惠，殘疾人士組織認為新優惠有助殘疾人士融入社會。

資料來源：《明報》

日期：2007年10月5日

亂食傷風藥可致腎衰竭

泌尿科專科醫生羅光彥表示，踏入流感高峰期，不少市民都會自行購買成藥治療傷風感冒，但傷風感冒藥內一種具收鼻水功能的偽麻黃素（Psuedoephedrine），會令前列腺尿道及膀胱頸肌肉收緊。患有前列腺肥大的男士，本身已有不同程度的排尿困難，服用該藥後更會令情況惡化，部分患者更會出現尿瀦留，治療後亦會出現失禁等後遺症，嚴重者更會出現腎衰竭，建議患者應先徵詢醫生的意見，或改用其他成分的傷風感冒藥。

資料來源：《蘋果日報》

日期：2007年11月1日

殘疾人士免費遊海洋公園

海洋公園主席盛智文宣布，由2007年10月1日起，推行「關愛社群」計劃。凡持有「殘疾人士登記證」的人士可免費入場，陪同人士則可繼續享用半價優惠。

海洋公園新票價詳情

(2007年10月1日起生效)

類別	舊收費	新收費
成人	\$185	\$208
3-11歲小童	\$93	\$103
幼兒及長者	免費	免費
殘疾人士	半價	免費

資料來源：《東方日報》

日期：2007年9月9日

廣華設專科門診 自動登記系統

廣華醫院斥資50多萬元自設智能登記系統，於7月開始在專科門診試行。覆診病人只需把預約紙放到機上掃描，便會列印出一張印上病人姓名、診症時間及房號的字條，屆時亦有電腦「呼叫」病人應診。而為免運作初期病人未能適應，醫院亦安排了義工協助他們登記。廣華醫院高級院務經理陳志強表示，安裝智能登記系統可創造多贏局面，首先可糾正病人「先到先得」的誤解；其次可節省登記及編排的人手；而院方亦可根據電腦資料，瞭解每間診症房的使用情況，方便行政上的調動。院方表示如新系統運作順利，會推廣至物理治療等部門。

資料來源：《明報》

日期：2007年11月26日

子宮內膜異位可致腎衰竭

子宮內膜異位（Endometriosis）是一種常見的女性疾病，約20%嚴重經痛女士會出現子宮內膜異位問題，而初經早來及未曾生育女士出現的風險則較高。泌尿科專科醫生指出，異位的內膜組織一旦落在盆腔底部，便會引致組織發炎及輸尿管閉塞，尿液無法排出會令腎臟發炎。此時，患者會出現腰痛、尿量減少、蛋白尿、血尿及高血壓等病徵，嚴重者更可在四周內出現腎衰竭。由於子宮內膜異位的症狀並不明顯，建議出現嚴重經痛、經期短而量多的女士切勿掉以輕心。

資料來源：《蘋果日報》

日期：2007年10月31日

市民將可網上登記捐器官

為鼓勵本港市民登記捐贈器官，食物及衛生局明年初將設立器官捐贈全港中央網上登記冊，市民只要登入衛生署網站，就可網上登記捐贈意願，毋須再填寫捐贈卡，而在香港醫學會的登記資料也會轉移到中央登記冊中，預料登記捐贈的市民會大幅增加。屆時衛生署會按中央登記冊的資料，替登記人逐一核實。所有登記資料會獲私隱保障，日後當已登記人士因傷病到了不能救治，醫院會通知器官捐贈協調員查閱登記冊，協調員可即時知道病人是否捐贈者，若與家屬聯絡後沒有反對便可進行器官移植。

資料來源：《蘋果日報》

日期：2007年10月9日

抗排斥藥增流產風險

美國食品及藥物管理局表示，接受器官移植的孕婦使用抗排斥藥物「驍悉」(CellCept)，會增加懷孕初期流產及胎兒出現先天性缺陷的風險。生產商已在產品說明上加入新增警告字句，列明藥物有可能令胎兒的耳朵、四肢、心臟及其他器官畸形，孕婦不宜使用。本港衛生署發言人表示，該藥在港註冊已10年，一般處方予接受器官移植的病人使用，藥物一向也有警告字句指對胎兒有潛在危險，該署會密切留意事件。

資料來源：《東方日報》

日期：2007年10月31日

猝死漢捐器官救人

正值壯年的運動愛好者，於西貢滑水後突然暈倒送院，證實急性中風導致腦出血，最後因腦幹死亡不治。他的家人在傷心之際，仍忍痛決定將至親的所有器官捐出，令6位器官衰竭的患者得以重獲新生，包括心臟、肝臟、兩個腎臟及一對眼角膜，其中一名受惠者更是年僅12歲的腎衰竭男童。

資料來源：《東方日報》

日期：2007年9月9日



醫生信箱

黃劍明醫生於1988年開始在伊利沙伯醫院內科部服務，至今達19年，現為私人執業醫生。黃醫生不但是資深的腎科專科醫生，同時亦擔任多項公職及義務工作。自1999年成為香港腎科學會委員，現正出任學會義務秘書一職。為推廣腎病知識，他多年來一直為香港腎科雜誌擔任助理編輯。本刊非常感謝黃醫生繼續擔任《醫生信箱》主持，為腎友解答疑難。讀者來信請留下聯絡方法，以便回覆，有關資料絕對保密。

問

請問一條RetrO[®] Catheter的洗血喉可以維持多久，本人在肚的洗血喉已將近一年，已經兩次發現有菌，慶幸還未需要拔除，但做手血管瘤又未成功，現在需排期再做，擔心RetrO[®] Catheter不知可維持多久？（健）

答

長期留置導管通路，例如RetrO[®] Catheter，根據以往的臨床經驗，一般使用一至兩年效果仍然良好。導管感染為最常見的併發症，一般可以分為導管出口感染、隧道感染和血液擴散性感染。長期留置導管感染，一般先用抗生素治療，如抗菌治療10至14天無效，必須拔管。

問

甚麼是肌酸酐？肌酸酐是否唯一斷定腎臟功能的指標？對已接受腎臟移植的病人還有甚麼指標可知道移植腎臟的功能？（歡姐）

答

肌酐是人體內肌酸的代謝產物。血肌酐包括內生肌酐和外源性肌酐，內生肌酐是由體內肌酸分解而來，生成恆定，不受食物影響。正常人的日肌酐增長量與肌酐排泄量相等。所以其血液中的濃度，可反映腎臟的功能，是臨床診斷最方便及常用的方法。當腎小球過濾功能下降時，體內產生的肌酐不能及時清除，血肌酐就會升高。但是血肌酐濃度對腎臟功能變化的敏感度不高，如果要準確地反映腎功能，就需要儲24小時尿液來計算肌酐清除率。除血肌酐外，血液中的電解質情況、尿液的化學分析、泌尿系統影像學診斷(例如超聲波檢查)、放射性核醫學顯像、腎活片組織檢查等，都可間接或直接反映腎功能的狀況。

問

長期服用高劑量的抗排斥藥物，會否增加藥物的副作用，包括癌症。病人應該怎樣保障自己免受癌症威脅？（小英）

答

腎移植病人在手術後發生癌症的可能性要比一般人大，最常發生的是淋巴癌、皮膚癌、子宮頸癌等。腎移植病人腫瘤發生率高，可能和一些過濾性病毒及抗排斥藥物有關，由於免疫能力下降，身體不能及時發現和清除惡變細胞，腫瘤很易長大。醫護人員一般會盡量減低抗排斥藥物的劑量，以避免過分抑壓身體的抵抗力。另一方面，一個健康的生活模式，均衡飲食、適量運動、避免煙酒、不胡亂服藥，對於保障免受癌症威脅也十分重要。

問

本人早前進行了血管瘤手術且十分成功，但個多月後還未用此血管瘤洗血就開始變弱，血管為何會突然收窄？（約翰）

答

血管瘤狹窄易發生在瘻口，尤其在距瘻口靜脈端數厘米內或反覆穿刺部分，與手術操作或局部纖維增生有關。血管狹窄可以採用腔內血管成形術PTCA，成功的PTCA可以使30%至40%的患者瘤管保持暢通90天以上，儘管PTCA手術可以重覆幾次，有些彈性狹窄還可以放支架，但由於再狹窄發生率高，而且價格比較昂貴，故大多數病人都會選擇血管手術復修。

問

最近有藥廠推出新的針劑及藥物，聲稱可以預防副甲狀腺功能亢進，其原理何在？那一類腎病患者會特別容易出現副甲狀腺功能亢進的問題？腎病患者能否透過飲食控制鈣、磷的平衡，以減少副甲狀腺功能出現問題？（樹楓）

答

副甲狀腺功能亢進是一種腎病很普遍的併發症，它和腎性骨病有很密切的關係。導致繼發性副甲狀腺功能亢進的原因包括低鈣血症、磷瀦留、活性維生素D代謝異常及其抵抗、鈣調節PTH分泌異常、副甲狀腺自主性增生。治療方面，主要有減少磷的瀦留、糾正低鈣血症、補充活化維生素D。使用方法有常規口服、口服衝擊和靜脈注射衝擊療法。使用活化維生素D治療常出現高鈣血症和高磷血症等併發症。一種新的活性維生素D制劑已面世，它可以抑制PTH，但無明顯高鈣及高磷血症等副作用。另外，鈣敏感受體的激動劑，可刺激副甲狀腺細胞的鈣敏感受體，抑制PTH釋放。

問

本人已換腎七年，最近醫生建議我做骨質疏鬆症檢查。請問檢查的情況是如何？腎病患者可如何防止患上骨質疏鬆症？坊間有甚麼藥物可預防骨質流失？（輝）

答

腎衰竭時，由於代謝性酸中毒，骨骼中的鈣鹽進入體液進行緩衝作用，導致骨質脫鈣和骨質疏鬆。腎移植後，由於要服用類固醇等藥物，骨質疏鬆的問題十分普遍。常規X光檢查骨密度相對簡單，但是不甚敏感。組織學病變很嚴重時，X光檢查可能還是正常。雙重能量X光吸收測定儀(DEXA)廣泛用於骨密度的測定。腎移植後，應多食含鈣豐富的食物，如牛奶、牛肉製品等。鈣的食物來源以奶製品為最好，不但含鈣高，而且吸收率也理想。現在有很多藥物可預防骨質流失，但最好和醫生商量後才可採用。

問

換腎七年後，醫生說因長期服食類固醇而導致患有老花，情況會否日漸嚴重？（清）

答

長期服用類固醇可引致白內障、青光眼等併發症。腎移植後如果發現視力有問題，應及早請教眼科醫生或視光師作進一步檢查。

屬會花絮

腎友互助協會

活動：復康巴郊遊樂

日期：2007年9月22日

行程：參觀天后宮→鯉魚門市集



腎友互助協會每年均會為輪椅腎友舉辦復康巴旅行。

東區腎友自助會

活動：勁「秋」開心休閒遊

日期：2007年11月4日

行程：大澳→寶蓮寺→心經簡林→
昂平市集



大伙兒於寶蓮寺門外留影，聲勢浩蕩。

屯門醫院腎誼會

活動：9月至12月會員生日會

日期：2007年12月1日

地點：屯門龍鼓灘



各壽星子女於龍鼓灘舉行燒烤活動。

東華腎友互助會

活動：講座暨週年大會

日期：2007年10月7日

地點：北角麗東酒店



東華腎友互助會新一屆委員合照留念。

康寧腎友會

活動：好友營2007

日期：2007年12月1及2日

地點：鯉魚門渡假村



好友營2007部分參加者與腎友會義工及醫護人員合照留念。



有腎科醫護人員同行照顧，參加者當然可以更放心。



大會為參加者準備了多個集體遊戲，讓大家歡度了一個愉快的晚上。

伊利沙伯醫院腎友互助會

活動：第三屆亞洲城市門球邀請賽

日期：2007年11月3及4日

地點：九龍灣運動場



昇暉門球隊是由伊利沙伯醫院腎友、醫護人員及家屬組成。



門球隊榮獲比賽的全場總冠軍及銀組殿軍，當然要慶祝一番。



門球隊出席大會舉行的聯歡晚會。

撰文：Joey

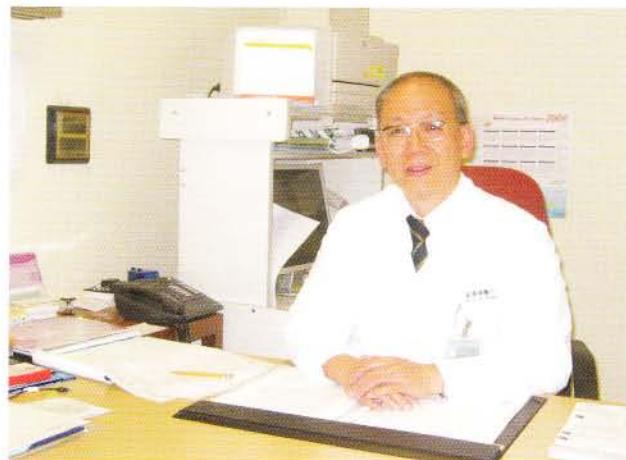
不完的故事.....

黃金路上

說不完的故事

大家都知道，醫生每日都要與死神戰鬥，盡力拯救每一個生命，而當醫生最大的挑戰，不單要戰勝病魔，而是如何面對病人。當醫生對病人投放太多感情時，每每會因為病情的起伏，而影響了本身的專業判斷，情緒亦會受到很大的困擾。身經百戰的「他」亦曾因為熟識的病人離去，而令自己夜夜失眠，幸而他能及時抽身，重新整理自己的情緒。自此，「他」明白到醫生在關心病人的同時，亦必須提醒自己，世界上總有不能治癒的疾病，有病人離開是無可避免的，醫生只要提供適當的治療便已問心無愧。

這番肺腑之言來自一個將要退休的醫生，《說不完的故事》這個專欄一直想邀請醫生接受訪問，透過醫生這個角色令病友積極面對疾病。今次，筆者很難得邀請



了屯門醫院腎科的區德璋顧問醫生接受訪問；之前，我們曾多次聯絡區醫生接受採訪，但都因為時間上配合不了而無法成事。今次，我們終於趕上了尾班車，在區醫生退休前與他來個深情對話，讓腎友們有機會細看這位醫生在卸下袍後的另一面。在訪問的過程中，筆者深深感受到區醫生敬業樂業的精神。就讓我們踏上區醫生的黃金路，一起經歷當中的高低起跌、細味他行醫多年的點點滴滴。

忘了從何時開始，大家都以「區爺」來專稱區德璋醫生，初次聽到這名號時，就禁不住想是因為他位高權重，大家才會如此稱呼他嗎？但與他相處過後，筆者就確定是因為區醫生對任何人都親切非常，尤如大眾爺爺般，照顧和關心身邊所有的人而得此專名。

究竟「區爺」最初為甚麼會選擇當醫生呢？是我第一個想問他的問題，答案卻尤如預定般理所當然。「區爺」生於傳統的中國家庭，爸爸是一位私家醫生，從小區爸爸已經為6名子女想好將來的職業，在爸爸的薰陶下「區爺」自小已立志長大後要當醫生。知子莫若父，天資聰穎的「區爺」在高考後成功跨進香港大學醫學院的門檻，為他的人生目標向前邁進。

醫學院畢業後，「區爺」在瑪麗醫院工作。1980年晉升為高級醫生時，被調派往瑪嘉烈醫院的腎科病房，正式開展了他腎科醫生的生涯。「區爺」坦言腎臟專科並不是他的理想，因當時腎科的服務不



區爺與腎科各醫護人員經常參與腎友會舉辦的活動。



梁鑾慈姑娘與區醫生多年來合作無間，亦師亦友。

如現在般完善，醫生可以為病人提供的治療非常有限，加上並非所有病人都有機會「洗腎」，令他失去了當醫生那份救急扶危的使命感。

要成為一個公認的好醫生是需要經過無數的歷練和時間的印證。「區爺」亦直認最初只把醫生看成是一份職業，只著重治療的成效，很少顧慮到病人的心理需要。直至往英國深造那段日子，他看到當地醫生除了著重治療疾病，亦非常關懷病人心靈的健康，令「區爺」明白到一位好的醫生，必須要兼顧病人的身心健康，這次英國之旅讓「區爺」於迷失中找到方向。

「區爺」自畢業後一直於公立醫院工作，但亦曾因為晉升問題，令他想過要離開政府醫院，甚至連醫務所都已經租了下來，可是最終還是捨不得離開。他說政府與私人執業的模式是南轔北轍，醫生的專業就是為病人提供最適當的治療，不應該因為病人的身分、地位、貧富而有所改

變，腎科更是講求團隊合作的專科，就是他對病人的這份關懷和執著，令區醫生毅然放棄當私家醫生的念頭，繼續在公立醫院為病人服務至今天。

在35年的行醫歲月中，「區爺」曾面對過不少風風雨雨。1990年，「區爺」被調往屯門醫院開展腎科服務，這是他行醫生涯中一個重要的里程碑，他憑藉這個機會進一步實踐醫生夢。由最初只有幾張病床，到今日擁有兩個腎科病房，十多年來，眼見腎科服務不斷發展，病人的生活質素得以提升，而這個病房亦記載著他最深刻的經歷和最難忘的回憶。「區爺」非常慶幸自己能參與其中，為大家的成長作見證，亦很感謝一班腎科醫護人員共同努力。

別以為「區爺」面對任何事都能處之泰然，2001年，醫院決定關閉移植中心令他大受打擊。眾所周知，接受腎臟移植是腎友重獲新生的希望，屯門醫院的移植中心，是全體醫護人員苦心經營的成果。「區爺」回憶道，每當有移植手術需要進行時，醫護人員都會自願留下來幫忙，全因大家擁有共同的信念，希望病人能在熟識的環境下接受移植手術。為了保留移植中心，「區爺」曾經向醫管局和院方據理力爭，更承諾不會因維持移植中心，而影響醫院的日常運作及人手調配，但最終還是改變不了關閉的命運，令「區爺」一直覺得很遺憾。

還有2003年一場世紀疫症，震動了全世界，對香港醫療系統亦造成極大的衝擊。站在生命最前線的「區爺」，比其他人更深切地感受到疫症的威力。面對醫生的無能為力，市民頓成驚弓之鳥，醫院瞬間變成絕地。有醫護人員拒絕進入SARS病房工作，連門診部也變得門庭冷落。眼見受感染的人數不斷增加，身邊的同事一個個倒下，「區爺」也擔心自己會是下一個受感染，為免影響家人他寧願留在醫院與同事、病人一起作戰。這場疫症是人性的考驗，他有得亦有失，最寶貴的是讓「區爺」體會到人間有情、以及團隊精神的重要性。

在腎友會舉辦的活動中，經常會發現，「區爺」的蹤影。他那份全情投入協助病人組織的發展的熱情；閒時與社工一起到老人院和病人家中探訪的魄力，都令人非常佩服。「區爺」說醫院的工作雖然忙碌，但他仍儘量抽空參與腎友會的活動。因為與病人相處的過程中，他獲益良多，當見到病人面對惡劣的環境仍掙扎求存，令他學識遇到挫折時要懂得釋懷，因為他已經比很多人幸福。

觀其言而知其行，與「區爺」的一席話，筆者能真切地感受到他對醫護工作的熱誠、對病友和家屬的關心。相信所有認識區德璋醫生的朋友，都會認同我的感覺。最後，謹藉此機會祝願「區爺」身體安康，好好享受退休後的生活，繼續過其豐盛的人生。

心聲篇



瑪嘉烈醫院B3病房給區爺很多難忘的回憶。

我與區德璋醫生相識超過三十年，在八十年代更一同在瑪嘉烈醫院工作，共事十年間使我獲益良多。

區德璋醫生，我們多稱呼他為「區爺」，因為他是一位公認的好好先生，為人隨和、不拘小節、EQ亦高、對朋友和同事都非常細心。相識近三十載，從沒見過他發脾氣。他很重友情，為朋友付出從不問收穫、對人亦十分慷慨。區爺每年都會為舊同事安排聚會，使兄弟們可以趁機聚聚舊。

區爺是一位十分資深的腎科醫生，他對早期腹膜透析及腎臟移植的發展貢獻良多，亦曾擔任香港腎科學會的會董。這位德高望重的醫生，對病人很有醫德，對同事從無架子，而且十分愛護及培育後輩，他是少數肯自己退下來把機會讓給後輩的好師兄。

我們敬愛的區爺將要退休了，但不等於他要離開我們。期望在不久的將來，區爺能繼續和我們一起為病人服務。在此，衷心祝福他退休後生活愉快！



唐國隆醫生

醫生們真懂得保養之道，多年前的照片與今天沒兩樣！

區爺與瑪嘉烈醫院一眾醫護人員至今仍經常相聚。



「瑪嘉烈醫院B3」是一個年代的代表，標誌着早期腎科難忘的人和事。我在80年初與區德璋醫生相識，直至90年，他轉到屯門醫院開展新的腎科中心，但區醫生對B3仍存有一份深厚的感情。

記得每年的農曆年，區醫生都會回到B3派利是予各位同事，年復年的，已經有差不多20年了，從前在B3與區醫生一起工作的同事也沒剩幾人了，但他的這份心意仍然讓人感到很貼心。

我不時會在各腎科會議、研討會或活動中重遇區醫生，他仍舊的親切和藹。和他在一起總會有難忘而珍貴的回憶，大家不時會說起一些舊朋友，或以往一起工作的點點滴滴。

區醫生是腎科專家，他德高望重，對腎友尤其關顧，每當有腎友到瑪嘉烈醫院接受移植手術時，他下班後也會過來探望，他確是一位仁心仁術的好醫生。區醫生快將退休，我們衷心祝福他退休後生活愉快，繼續參與腎科各活動，造福腎友。

瑪嘉烈醫院腎科專科護士
江琳琳



徐太獲選優秀腎友照顧者，區醫生亦出席恭賀一番。

日子過得真快，不知不覺地，我們認識區醫生已有10多年了。在這漫長的日子中，區醫生與我們建立的不單是醫生和病人間的關係，而每當我們覆診時或腎友會舉辦活動時，見到區醫生如見到親人般的親切感。現得知區醫生將於明年光榮退休，一方面為他作出貢獻而高興，但另一方面我們心中有說不出的不捨。無論如何，衷心的祝福區醫生，身體健康及生活愉快！

屯門醫院家屬
徐李順娣

醫 生 隨 筆

二 人 三 囑

腎科醫生經常會面對這個問題：「究竟應否替某慢性腎衰竭患者洗腎？」

對年紀較輕，除腎衰竭之外，其他身體器官都沒有大問題的腎友來說，洗腎可以延續生命，讓他們能有機會活下去，等到可以接受腎移植，重獲新生。對此等病者來說，洗腎是必然的選擇。至於年紀較老，但整體健康狀況不太差，有一定自理和活動能力，並有良好社交支持網絡的腎友，洗腎亦屬一個合理的選擇。

但對年紀較老，除腎衰竭之外，還伴隨著各種系統性疾病，例如心臟衰竭、中風等併發症，行動不便、大小便失禁、甚至已經長期臥床的病者來說，洗腎也未必能顯著延長病者的壽命，反而可能為病者及照顧者帶來更多的痛苦和壓力。有時候，基於家人的堅持，我們亦試過為極度衰殘的病者安排洗腎。但病者往往未能重獲有質素的生活，短時間內出現多種併發症離世。在這種情況下，是否應該為病者開展洗腎，便有待商榷了。

兩個極端之間，當然會有不少的灰色地帶。是否決定為某一位病者洗腎，經常要視乎病者及家人個別的處境和價值觀，在經過討論和思考後才能達致共識。我們更應摒棄那種二分法的思維：洗腎才是積極正面，不洗腎等同放棄等死。其實，對某些病者來說，積極的腎科舒緩服務，可能較洗腎更能人生的末期，讓病者和家屬都活得更正面。

腎科舒緩代表當慢性腎病患者的腎功能到達末期腎衰竭階段，醫護人員不再採用透析來舒緩病者的症狀，卻採用其他非透析的症狀緩解方法，例如藥物、輔導、食療、心理治療、院牧探訪等。在充份發揮其僅有剩餘腎功能的前提下，不再採用介入性治療。好讓病者可以在有效的症狀舒緩下，安詳地、自然地、並有尊嚴地離世。近年，我們有愈來愈多的腎衰竭患者，同時伴隨著多個器官系統的衰殘。對此等患者，提供腎病舒緩服務可能較提供透析服務更切合病者的需要。多間醫管局轄下的醫院都增設了腎科舒緩服務。此等

服務全方位地照顧末期腎衰竭患者及其家人身心社靈各方面的需要，照顧者可以更好地幫助病者開展類似「二人三囑」這一類的努力，讓病者能在有充份心理準備，並得到症狀舒緩的情況下安然離世。病者的家屬必需瞭解，採用這個方法並非不盡力去延長病者的壽命，而是根據病者固有的情況，為他作最適切的安排。是以絕對不應該感到有內疚或遺憾。

「二人三囑」這個概念是由港大行為健康教研中心總監陳麗雲教授所提出。要點包括：「人」生意義：為生命和死亡賦予意義，包括人生觀、價值觀及宗教等。「人」生回顧：完成人生晚期的發展任務。遺「囑」：包括遺產安排和遺物分配、器官捐贈、殯葬安排、喪禮形式等。預「囑」：預設臨終照顧計劃，包括選擇治療、照顧代理人、其他臨終時的照顧等。叮「囑」：與親友的情感交流、冰釋前嫌、珍惜共處等。

我也很贊同這個概念。總覺得，要戰勝死亡，首先不要忌諱死亡。寧可在面對死亡時和家人分擔當中的感受，大家擦乾眼淚後再次重新審視自己的一生，做好未做完的事，見好想見的人，解好應解的結，修補好應修補的關係，好讓自己少帶點遺憾，多帶著感恩和盼望離世。倘能把以上為事做好，心釋然，縱使生命稍短，未嘗不好過帶著忌諱，逃避溝通地多熬一段磨人的日子。

為此，我很鼓勵大家平日在家人彼此溝通的時候，適當地加入死亡這個話題。死亡其實像生病一樣自然，是人生一件既平常而我們每個人都有機會面對的事。我們經常都會說：「如果我有一筆額外的收入，我會……」或說：「如果我有機會到外國去，我會……」同樣，如果我們每個人都用豁達的心去面對死亡，不忌諱談死亡，不介意說：「如果我一旦患上末期腎衰竭，我會……」一家人之間能彼此更深入瞭解。當然，討論這些問題不可能憑空想像，必須事先和醫護人員討論，事先搜集資料，才能討論得夠深度。前一陣子，我們鼓勵大家打算在死後捐贈器官之後，切記要和家人討論並提及你的想法，好讓他們瞭解你心中真正的意願，以便死後可以作出恰當的安排。背後的道理，也是如出一轍的。

盼望我們都能在有生之年，更好地反省死亡的真義，讓我們和身邊的摯愛，更懂得彼此關愛，更珍惜每一天，活得更積極，活得更精彩！



關子凱醫生
二〇〇七年十一月十一日

愛與樂

你快樂不快樂？每個人快樂的準則都不同，但快樂和開心的事都永遠不及相對的事多，有些人認為擁有健康及財富就開心快樂，雖然這兩樣我都沒有，但我擁有更可貴的親情和友情，沒有健康但有一群關心照顧我們的醫護人員，沒有財富但有家人不離不棄的支持，以致我沒有缺乏，可算是開心快樂呀！

自小由外婆照顧，父母出外工作，缺乏溝通，他們亦對我沒甚麼期望，我當時覺得是因為重男輕女的原故吧！但當我病倒時，才知道他們對我的關切和愛護，甚至我在深切治療部時，爸爸曾流下男兒淚；到現在我已經與病魔戰鬥了將近三十年，而父母亦由壯年步入暮年，但每次當我入院時，他們仍不辭勞苦的探望和照顧我。

有時我的想法與他們有不同，例如我想找份兼職或進修，可以充實自己，但他們多不贊成，常說家裡不需你去賺家用，又說讀這麼多書都沒有用，只要我身體健康及幫忙看顧年老的外婆便好了。我當時

認為他們不明白我，但當我想到聖經曾有一句說：「不要單顧自己的事，也要顧及別人的事。」我從他們的角度細想，便明白到他們年紀漸大，當然希望我健健康康不用他們擔心。所以我決定專心照顧外婆，間時到醫院做做義工，現在不會因為得不到自己所想的事而不開心，反而因為瞭解及放下執著，與家人的關係亦更融洽。

最重要的是雖然我是被照顧者，但也可以多些關心照顧我們的人；所以做義工是另一個可以尋找開心快樂的途徑，所謂施比受更為有福，在能力許可下又能夠幫助其他人，就好像一面鏡子，你看見人開心時你亦開心。

其實，快樂的源頭大多來自被愛及關心，但當你是受益者的時候，有否想過付出呢？記得多林多前書十三章四至八節上：「愛是永不止息。凡事盼望，凡事忍耐；凡事包容，凡事相信；不喜歡不義，只喜歡真理；不求自己的益處，不輕易發怒，不計算人的惡；不張狂，不做害羞的事；愛是不嫉妒，愛是不自誇；愛是恆久忍耐，又有恩慈。」共勉之。

撰文：鄭靜儀

血液透析服務資助計畫

馮氏紀念基金簡介

1983年成立的香港洗腎中心，是一個非牟利註冊慈善團體。為經濟能力有限的腎病患者提供血液透析服務。中心每次的血液透析服務只收取港幣約900元，此費用實不足支付服務的成本，而中心的運作經費需每年籌募。

於2007年，承蒙馮氏家人慷慨捐贈，成立《馮氏紀念基金》，目的是資助需要接受血液透析而不能負擔中心費用的腎病患者。受助人需符合《馮氏紀念基金》所訂立的條件，經審批後，每月只需支付港幣1,500元，便可在香港洗腎中心接受血液透析服務，餘款由《馮氏紀念基金》資助。其它相關治療如覆診、驗血、針藥等需返回所屬的醫院辦理或購買。此基金由香港洗腎中心全權負責管理及營運。

申請資格

- 1.申請人必需是醫院管理局轄下醫院的病人，並經由所屬醫院腎專科轉介申請。
- 2.申請人申請時年齡為60歲以下。
- 3.申請人需通過經濟審查，審查項目包括：申請人及家庭成員之入息證明、資產、物業及居住狀況。申請人需表列以上資料，並根據香港法例第11章「宣誓及聲明條例」宣誓所列屬實，由醫院醫務社工核實。申請人亦需提供醫務社工或本中心要求的其他文件以作核實之用。
- 4.本中心的義務醫生需要對申請人作醫務評估，以確定本中心能否提供合適的透析服務。



申請手續及程序

第一步：受助人需經所屬政府醫院之腎科
醫生寫信轉介。

第二步：所屬政府醫院的醫務社工會約見
受助人，進行經濟審查及協助辦
理宣誓手續。

第三步：當第一步及第二步程序完成後，
本中心的義務醫生便會約見申請
人作醫務評估。

第四步：若經濟審查及醫務評估符合《馮
氏紀念基金》章程所訂定的條
件，申請人即可被安排透析的日
期及時間表。

以上所列出的受助人申請資格、手續及程
序皆參照《馮氏紀念基金》章程編訂，所
有申請亦以《馮氏紀念基金》章程內之規
章作最後決定，申請人不得異議。如對有
關申請有任何疑問，請向所屬醫院腎科中
心或致電2875-3800向香港洗腎中心查
詢。

心靈 加油站

隨緣

我不能左右天氣，
但可以改變心情；
我不能改變容貌，
但可以展露笑容；
我不能預知明天，
但可以利用今天；
我不能樣樣順利，
但可以事事盡力。

余婆婆抄於蘋果日報順口溜

余婆婆為腎臟移植病友，閒時喜歡習字陶冶性情。如你也希望透過心靈加油站，說出你的鼓勵說話，為其他腎友打打氣，歡迎你把句語內容以傳真或郵寄方式，交腎友聯期刊小組。

本刊可於下列地點索取或閱覽：

腎友聯團體會員

東華腎友互助會
屯門醫院腎誼會
瑪麗醫院腎之友
廣華腎科病人互助會
威爾斯親王醫院腎康會
伊利沙伯醫院腎友互助會
瑪嘉烈醫院腎友互助協會
基督教聯合醫院康寧腎友會
雅麗氏何妙齡那打素醫院紅豆會
東區尤德夫人那打素醫院東區腎友自助會

其他醫療服務機構

香港洗腎中心
仁濟醫院腎科中心
將軍澳醫院腎科中心
明愛醫院互康腎友會
港中醫院血液透析中心
仁安醫院腎科透析中心
養和醫院腎科透析中心
陳黃秀華紀念洗腎中心
博愛醫院社區健康中心
香港港安醫院透析中心
聖保祿醫院血液透析中心
香港浸信會醫院腎科中心
嘉諾撒醫院血液透析中心
葛量洪醫院病人資源中心
律敦治醫院病人資源中心
醫院管理局健康資訊天地
寶血醫院（明愛）洗腎中心
聖德肋撒醫院血液透析中心
香港腎臟基金會九龍城洗腎中心
香港腎臟基金會沙田賽馬會洗腎中心

私家醫生診所

陳楚文醫生
陳文岩醫生
鄭鑑波醫生
鄭世昌醫生
張偉祥醫生
蔡 堅醫生
馮振雄醫生
何仲平醫生
何繼良醫生
何冠威醫生
郭炳輝醫生
李富強醫生
梁智鴻醫生
麥振基醫生
吳國強醫生
潘復熙醫生
譚國權醫生
曾兆中醫生
曾偉基醫生
胡立為醫生
余宇康醫生

腎友聯

Alliance for Renal Patients Mutual Help Association

【捐款表格 Donation Form】

謝謝你的捐款 Thank you for your kind support!

請以正楷填寫 Please complete the form in **BLOCK LETTERS**:

(請在適當的方格內加上「✓」 Please tick where appropriate)

捐款者個人資料 Donor Personal Information

捐款人姓名: (姓) _____ (名) _____ 稱呼 _____ (□先生 / □女士 / □小姐)

Name of Donor Last Name First Name

公司名稱 Company Name:

電話號碼 Tel. No.: _____ (日間 Day) _____ (夜間 Night) _____

地址:

Address

電郵 E-mail:

捐款資料 Donation Details

本人/本公司樂意捐助 I/My Company would like to donate

HK\$300 HK\$500 HK\$1,000 其他金額 Other HK\$ _____

捐款方法 Donation Methods

以劃線支票捐助 By crossed cheques: Payable to "Alliance for Renal Patients Mutual Help Association"

支票號碼 Cheque No.: _____ 發票銀行 Issuing Bank: _____

直接存入腎友聯於匯豐銀行之銀行戶口: 080-1-077819

By Direct Transfer to ours HSBC A/C No. 080-1-077819

請填妥此表格連同劃線支票 / 銀行入數紙寄回九龍橫頭磡邨宏禮樓地下轉腎友聯，以便發出正式收據。

Please forward this form together with crossed cheque / bank's pay-in to Alliance for Renal Patients Mutual Help Association, G/F Wang Lai House Wang Tau Hom Estate Kowloon for issuing official receipt.

由本會填寫 For Official Usage

收到日期 :

經手人姓名 :

收據號碼 :

職 位 :

收據寄發日期 :