

香港哮喘會通訊

二〇〇二年十一月號第四十四期季刊

THE HONG KONG ASTHMA SOCIETY NEWSLETTER

NOV 2002 VOL 44



香港哮喘會

九龍觀塘復康徑七號一樓

電話：2895 6502

傳真：2711 0119

香港哮喘會 以人為本



看看這個「香港哮喘會」的標誌，你會聯想到什麼？

是「人」字，是「A」字，即 Asthma 哮喘英文字簡寫，還有一個氣管吸入器……

香港哮喘會執行委員楊國晉解釋，這標誌是專業設計師設計，意念是想推廣病人多認識藥物治療，並透過預防途徑，使哮喘病人過正常人的生活。

「除了藥物治療外，哮喘病人更須要旁人的關心、支持及了解。」

因此，香港哮喘會希望提醒大家都能以人為本，多些關心哮喘病人……

香港哮喘會是一個非牟利團體，目的是向病人及家屬灌輸正確預防及護理哮喘病的常識。會員將定期收到本會編印的季刊及活動單張，並可以優先報名參加本會舉辦各項之康樂活動、醫學講座及自助小組活動。

九龍觀塘復康徑七號一樓 電話：2895 6502 傳真：2711 0119

電郵：hkasthma@hotmail.com 網址：http://www.geocities.com/asthmasociety_hk

新一屆之執行委員會名單

主席 Chairman

陳麟書先生 Mr. Chan Lun Shue, Alan

副主席 Vice-Chairman

譚一翔醫生 Dr. Alfred Tam

義務司庫 Honorary Treasurer

張楚筠小姐 Ms. Lolita Cheung

義務秘書 Honorary Secretary

陳永佳先生 Mr. Chan Wing Kai

執行委員 Executive Committee Member

蘇鈞堂醫生 Dr. K. T. So

執行委員 Executive Committee Member

楊國晉先生 Mr. Harry Yeung

執行委員 Executive Committee Member

黃傳發先生 Mr. Alvin Wong

執行委員 Executive Committee Member

陳沛田先生 Mr. P. T. Chan

執行委員 Executive Committee Member

利知行醫生 Dr. Lee Chi Hang

執行委員 Executive Committee Member

夏燕霞小姐 Ms. Gladys Ha

執行委員 Executive Committee Member

陳艷媚小姐 Ms. Esther Chan

執行委員 Executive Committee Member

唐慧貞小姐 Ms. Mabel Tong

執行委員 Executive Committee Member

周振軍醫生 Dr. John Chow

義務法律顧問

孖士打律師樓 Johnson Stockes & Master

義務核數師

摩士倫會計師事務所 Moores Rowland

香港哮喘會會員申請表

姓名：_____ 先生 / 小姐 / 太太 性別：_____ 年齡：_____

地址：_____

電話：(住) _____ (辦) _____

※請於適當之方格內加上✓號

※本人是 ☐ 患有哮喘 ☐ 哮喘病者之親 _____ 關係 (請列明) ☐ 其他 _____

※教育水平 ☐ 小學 ☐ 中學 ☐ 大學或以上

※本人願意加入香港哮喘會的義工工作

本人願意協助以下義工工作 ☐ 編輯 ☐ 籌辦活動 ☐ 郵遞通訊 ☐ 其他 (請列明) _____

新會員注意：

會員費用每年港幣五十元正，由入會日起計至明年入會日期前一天止。

簽名：_____ 日期：_____

請填妥以上表格連同劃線支票港幣五十元支付「香港哮喘會有限公司」，寄回香港九龍觀塘復康徑七號一樓。

繳交會費通知

如會員尚未繳交會費，請盡快填妥以下表格，連同有關續會會費劃線支票，寄回香港哮喘會，九龍觀塘復康徑七號一樓。支票抬頭請寫「香港哮喘會有限公司」，會員年費五十元正。

未有開設支票戶口之會員，可將會費存入本會恒生銀行戶口262-280886-001，並記緊寄回銀行收據給哮喘會，收據上請清楚寫上姓名、地址、聯絡電話，以便本會發回正式之收據及寄發新會員証。

姓名：_____ 會員編號：_____ 電話：(住) _____ (辦) _____

地址：_____

查詢詳情，請電 2895 6502 與本會職員聯絡

介定急症類別 關心哮喘病人

檢討香港的醫療政策是大勢所趨，亦是必要的程序，在檢討整個醫療政策的時候，公立醫院收費是眾多檢討項目中最為大家關心的其中一環。

在檢討醫療收費的時候，對一般市民大眾而言，是刻不容緩的事，特別當大眾將焦點放在急症室被濫用的時候，很容易使人想起，只要急症室收費，便能解決被濫用的問題，我們基本上對這種看法沒有甚麼特別反對的理由。但假若急症室收費對患有長期病患的病者，特別是那些隨時要使用急症室的長期病患者而言，可能會大大增加他們的經濟負擔。

對哮喘病患者來說，往往是屬於這一類長期病患者，他們是有需要隨時使用急症室服務的一群，要知道哮喘患者，往往在天氣轉變，空氣污染指數高的時候，哮喘發作的比率特別高，因病患突發而需往急症室就診的哮喘病患者人次亦相應增加。

故此我們不會盲目反對公立醫院在急症室收費，但我們未能毫無保留地支持急症室的收費。原因非常之簡單，假若急症室收費這個政策是用來防止那些濫用急症室服務的人，那這項政策只可以施予那些「濫用」的人身上，而不能將之「普施」於全部市民身上，更不能將此項政策推行於有需要使用急症室服務較一般人為高的長期病患者身上。

其實有關當局要解決這個問題非常簡單，現時各公立醫院已非常清晰明確地介定那種病類是屬於長期病患者，只要在急症室內，明確地標示及給予指引，假若長期病患者到急症室求診，特別是因為長期病類或由此病類引伸出來的急症便可豁免，這既能解決「濫用」的問題，又能紓緩長期病患者在使用急症室時的經濟負擔。

從另一角度而言，要解決濫用的問題，最簡單的方法，就是制訂一套大家都明白的指引，那一類病或病況是屬於急症範圍，而那些非指定急症類別的便需收費，則可能更為大眾所接受，當然在介定何種「病況」屬於急症的類別時，當局除可召集專家作初步的介定，然後由市民大眾、病人自助組織等再作回應及修訂，亦未必不是一個可行之法。有關當局宜審慎考慮上列各點。

陳麟書

目錄

醫學新知

哮喘、吸入式類固醇與兒童生長	4
氣管敏感=哮喘？	5-6

知多一點點

哮喘基因	6
------	---

焦點人物

潘敏惠 — 自強不息	7
全港傑出哮喘學生獎勵計劃小學組得獎者	
焦點人物 — 羅乃新	8-9

會務活動

2002年10-12月活動預告	10-11
2001年至2002年活動	12-13

會員服務站

“希希琪琪”家庭漫畫	15
------------	----

哮喘會贊助表格及贊助人名單	封底
---------------	----



編輯：李孟進 陳永佳

本通訊之版權屬香港哮喘會。通訊內容歡迎轉載，外間團體如需轉載，請聯絡 2895 6502 香港哮喘會或以書面通知「香港哮喘會」。

哮喘、吸入式類固醇 與兒童生長

每一個哮喘兒的家長除了擔心子女病情外，還憂慮子女因長期接受藥物治療而有機會引起的種種併發症。吸入式的類固醇因為份量輕，以及當進入血液後，能被肝臟分解，所產生的副作用遠比口服式的類固醇為低。但是過去有些醫學研究指吸入式的類固醇有可能影響哮喘兒的身高，令醫學界和家長極度關注。

撰文：李素倫醫生（瑪麗醫院兒科高級醫生）

《新英倫醫學雜誌》2001年10月號有兩篇研究論文有突破性的發現，兩個獨立的研究都達致同一的結論：哮喘兒在接受吸入式類固醇治療後，上述對體高增長的影響，會按年遞減，4歲以上則恢復正常，最終更會達到或預期會達到成年人的正常高度。研究中的哮喘兒每天約吸服400微克類固醇。

其中在丹麥進行的研究，由國際著名學者栢德信（Pedersen）教授主持。所有研究對象均被跟進，直至他們達到成年人的正常身高為止。

觀察期達9年

在長期治療後，平均每人治療年期達9.2年，他們仍能達到預期的成人身高，而這高度是計算他們父母的身高而來的。研究同時發現他們的成人高度，並不受類固醇療程的長短，或累積服食劑量所影響。

同時，測試組的哮喘兒亦跟控制組的沒有分別。控制組的兒童包括：（1）從未吸服類固醇的哮喘兒；（2）吸服類固醇的哮喘兒的兄弟姊妹（身體健康的）。但這研究的缺點是控制組並非隨機抽樣選出。

此外，這研究亦進一步確定吸入式類固醇的療效，最初接受治療時出現肺功能問題的哮喘兒，其後亦有顯著的改進。

第二個研究在美國進行。負責研究的“兒童哮喘管理計劃研究組”曾對千多名輕度至中度的哮喘兒，進行為期超過4年的研究。研究發現，相對於接受非類固醇抗炎藥或接受安慰劑的哮喘兒，使用吸入式類固醇的哮喘兒，在病情方面有長足的改進。

由於研究開始時，研究對象的年齡由5-12歲不等，而相對於丹麥進行的研究，這個研究的觀察期短了5年，哮喘兒的病情亦較輕，所以只能估計他們最後的成長身高，而不能量度真正高度。

研究發現：吸服了4至6年類固醇的哮喘兒，相對於服用非類固醇抗炎藥或安慰劑的，長得較矮（平均身高增長依次是22.7厘米、23.7厘米和23.8厘米）。身高分別在接受治療的

第一年最為明顯。

令人放心的是：生長速度減慢這情況只在接受治療的第一年發生，其後即使繼續吸服類固醇，減慢的情況並沒有持續。

此外，在吸入式類固醇組方面，哮喘病者在各方面都得到改善，包括：氣管道高反應性、氣管舒張劑用次、口服類固醇用次、看醫生次數和入院治理次數等。反之，在使用非類固醇抗炎藥或接受安慰劑組，改善情況並不明顯。但是，在肺生長和肺功能方面，不論任何一組均沒有顯著的改善。

控制病發率

值得注意的是：在研究開始時，哮喘兒已超過5歲，而正常的肺氣管和肺氣泡都是在出生首5年內生長，故此他們的肺功能極有可能已經受到影響。事實上，有其他研究顯示如果哮喘兒能在發病內首2至3年，適當地使用吸入式類固醇，是可以阻止肺功能受損的。

綜上所述，兩個研究均清楚顯示超過6歲的哮喘兒，不論哮喘程度如何嚴重，在吸服類固醇後，病情均有所改善。他們的長高速度在接受治療的第一年內是會減慢，但卻沒有長遠的影響。

至於如何可減少吸服類固醇的副作用？我們可參考以下建議：

1. 及早正視哮喘兒的問題，尋求醫生診斷和指引。
2. 避免接觸敏感原，以及適當使用氣管舒張劑，可控制早期情況輕微的哮喘。
3. 嚴重哮喘應及早吸服類固醇控制病情。有需要時，可能需要短療程（約三數天）的口服類固醇。哮喘一旦得到控制，吸入的劑量便可逐次遞減至能控制病情的最少劑量。
4. 使用吸霧器可減少沉積於口腔內而被身體吸收的藥物。
5. 如果每日吸服類固醇的劑量超過400微克時，可考慮選擇“布地奈德”或“輔舒酮”。

最後，哮喘兒的家長應謹記：嚴重的哮喘病發可以致命，反之身材矮小是不會奪命的！

氣管敏感 = 哮喘？

哮喘是香港兒童最常見的慢性疾病，每十個小朋友便有一個會患上哮喘，近年，病發率更有上升的趨勢。兒科醫生表示，只要護理得宜，哮喘其實並不可怕。

兩歲以下的小朋友是很難確診為哮喘的，尤其是未滿一歲的小朋友。哮喘其實是一種過敏反應，是身體免疫系統的不平衡所導致，這個病不會傳染，也不是因為某些疾病處理欠佳而演變。

轉載自：醫藥人醫藥健康雜誌
鳴謝：香港中文大學兒科學系兼任助理教授
邊毓秀醫生（兒科專科）

是否終生不愈？

我們常說的「氣管敏感」其實就等同哮喘，只不過是因為病情輕重程度不同而字面上有別而已。所有病都有不同程度的嚴重性，氣管敏感就是用來形容較輕微的哮喘，因為發作的機會比較低，也不必定期用藥來控制，正因如此，醫生會以氣管敏感來形容這一類的病情。

輕微的氣管敏感是很少出現氣喘，患者卻會不停咳，咳的時間可以長至幾個星期至幾個月，這種咳在晚上出現比日間多，嚴重時甚至睡着也會咳，或是跑步之後也會出現咳嗽，經驗醫生是可以分辨出氣管敏感的咳嗽與傷風咳的不同。據統計，香港約有20萬兒童患上哮喘，病發期通常在2歲至5歲之間。不過，小時候患哮喘並不同於長大之後也會患哮喘，在3至6歲以後，大約有一半的小朋友會自動復原，另外，有部分小朋友到了發育時期，哮喘也會自動痊癒。

到目前為止，哮喘仍沒有根治方法，但有效的控制，防止併發症的出現是對付哮喘的最佳辦法。控制病情減低併發症出現可免使病情惡化，防止哮喘發作可避免影響兒童的日常生活及其身心發展。

是否需要戒口？

大部分的哮喘是遺傳了父母的敏感症，世界衛生組織建議，餵母乳4至6個月，可減低兒童患哮喘的機會，而且，不要太早餵小朋友吃固體食物，因為3個月大幼兒的免疫系統未發育完善，容易因為外來環境和食物，如雞蛋、番茄及牛奶等而誘發過敏反應。

適量的運動對哮喘的小朋友是有益的，尤其是游泳，因為可以增強心肺功能，父母應正面地面對小朋友的病情，尋找解決方法，控制小朋友的病情，使小朋友能過着正常的童年生活。

不要因為小朋友有病而過分保護，不准小朋友運動或拒絕讓小朋友長期服藥等，都不是適當的做法。至於食物方面，因食物而引起哮喘病發的機會是很少的，除非父母肯定患兒每次吃了某類食物就立刻有症狀出現，否則是不必戒口的。

若病情並不嚴重，小朋友應以服食非類固醇藥物控制病情為佳，因為使用吸入劑需要一定技巧，恐防小朋友不善控制造成效果不彰，要是口服藥不能控制病情才加上使用吸入劑，這樣對小朋友來說，影響會較為輕微。父母通常會



哮喘基因

撰文：小武

相信大家都留意到近期關於人類基因草圖的新聞。這是醫學界一個重大的突破。哮喘的成因甚為複雜，醫學界尚未能完全了解，但相信遺傳是其中一個重要因素。那麼哮喘有否特定的遺傳基因？基因的發現對我們有什麼影響？

今年二月，美國的研究員正式公佈有關嶄新哮喘基因的發現。義務參與這項研究的哮喘患者及家庭為數眾多，主要是來自英國及美國。

哮喘基因的發現提供了一個創新的治療目標，對幫助發展「基因治療」及新藥類有著深遠的影響。



哮喘豬

(接上頁)

對類固醇藥物產生抗拒，若小朋友的哮喘病情較輕，現時已可以選用非類固醇類藥物，以作長期控制病情，但若是病情嚴重，也無可避免地要使用類固醇。

醫生的忠告

哮喘可說是終生的病，不過可以長期控制，避免病發。醫生認為，父母對兒童的病情經常採取逃避方法，有問題不肯直接問醫生，反而去找尋一些另類配方為小朋友醫病，最終會耽誤小朋友的病情。醫生提醒為人父母者，不要以 Shopping (帶小朋友看看這個醫生，又看看那個醫生) 的心態去見醫生，因為醫生在短短幾分鐘內不可能一眼就可以判斷小朋友的病情，父母最好把患兒的病徵詳細告訴醫生，好讓醫生可有更多資料判症，例如有些小朋友經常咳，卻不經常氣喘，若父母不停轉醫生，每個醫生都只聽到小朋友咳，卻聽不到小朋友氣喘，這樣就不能發現小朋友的真正病因。

父母亦有責任了解小朋友吃甚麼藥，或保留藥樽與藥袋，如果真的覺得需要轉醫生，也可以告訴醫生吃過甚麼藥，讓醫生了解小兒的病況，不必再浪費時間試用相同的藥物。父母若對兒童的病況有疑問，應該直接詢問醫生，讓醫生可以幫忙解決，不要放在心裡白白擔心。



邊毓秀醫生

潘敏惠 自強不息

全港傑出哮喘學生獎勵計劃小學組得獎者

為鼓勵哮喘病患者積極面對人生，面對自我，香港哮喘會舉辦了「傑出學生獎勵計劃」。今期介紹的得獎同學為潘敏惠，潘敏惠得獎時仍是小六學生，今年她已升上中二，踏上人生的另一階段。以下是潘同學在家庭、個人發展和學業上的簡介，可見潘同學的自強不息。

撰文：羅淑貞

潘敏惠同學雖然自小患有遺傳性哮喘，但仍然自強不息，積極地參與校內及校外的各樣活動，且獲得不俗成績，潘同學無論在個人品德、運動及藝術方面，都獲得學校的推崇。

在校內，自小學二年級獲得品行獎後，潘同學開始積極參與校內所舉辦的活動，並獲得多個獎項，其中包括三年級時獲得中文填字比賽的季軍及多項校內活動的獎項；二年級代表學校參加校際朗誦節的中詩集誦比賽，並獲得優良獎。四年級代表學校參加校際朗誦節的英詩集誦比賽，並獲得優良獎。

於五年級時，參加學校舉辦的義工小組，幫助有需要的人，包括探訪老人中心。當年更獲挑選擔任風紀一職，六年級更被升為風紀隊長。此外，六年級時她代表學校參加校際朗誦節的普通話集誦比賽，並榮獲亞軍。

另一方面，她沒有因哮喘而放棄運動，除了在體育課表現積極外，更參加了學校之優質教育基金活動——彈網班，並已考獲銅章。此外，她還加入排球隊、手球隊及籃球隊，並分別

獲得全港小學校際手球錦標賽季軍及沙田區小學校際籃球錦標賽殿軍。校外方面，她九九年開始參加「沙田柔道會」舉辦的柔道班，現已考獲橙帶。

除運動外，潘同學亦參與藝術性的活動，自八歲起參與「音統處」舉辦之二胡班，現升第四級。除二胡外，她自九歲開始學習彈鋼琴，現升第三級，亦曾參加鋼琴獨奏比賽，此外，她還參與「聖公會青少年中心」舉辦的芭蕾舞班，現已升至第二級。此外，她於本年考進「音樂事務處」的兒童合唱團，並經常作出公開表演。

潘同學的個人品德，深獲校方讚許。她少年的時候，家庭遇上劇變，幸好潘同學仍保持堅強無比的意志，性格開朗，不單無懼於家庭的突變，而且善解人意，孝順母親，並協助扶持兄長，三年來分擔了母親不少的擔子，實在是難能可貴。

潘同學對這次獎勵計劃有什麼感想？請看看她給我們的來信吧！

"去年六年級的時候，老師突然跟我說：「你是否患有哮喘病呢？學校打算派你出去參選香港哮喘會舉辦之全港傑出哮喘學生獎勵計劃！」當時我不知所措。但經家人和師長的鼓勵，我便大膽的去嘗試。面試那天，我戰戰兢兢的步入面試室，裏面坐了四位評判，他們對我輕輕的微笑，使我的緊張完完全全放下來。他們問了些關於我自己學校、興趣和病況等問題。面試後，我並不著意能不能得獎，只是想自己做到最好便行了。不料有天放學後，媽媽告訴我得獎了！我即時高興得不得了！自己不敢相信。我非常慶幸可以得到獎項，我很感謝所有支持、幫助我的師長和家人。"

羅乃新及她的寶貝兒子

今期的焦點人物，是眾多愛好古典音樂的朋友在空氣中熟識的一位經常帶同親子一同主持香港電台音樂節目的資深主持人——羅乃新女士、和她那聰明伶俐的14歲小兒子——曾思健。我們訪問的當天，正值她們母子倆又一起主持「親親同樂日」這個全港唯一的親子古典音樂節目。在節目中、錄音室中，都同時洋溢着溫情……

羅女士自思健一歲多的時候，發現他患上哮喘。雖然有着繁重的工作，仍不乏對兒子的悉心照料。雖然明白到哮喘病的嚴重性，了解到絕不可輕視或忽視，但經過對哮喘病的認識，明白到只要做好控制病發的預防措施，亦毋須要過份擔心，以免徒添對病患者的壓力。



曾思健

採訪：小武
筆錄：陳蓋蓋

思健亦很堅強獨立，現已很懂得照顧自己，對安排及使用預防治療藥物已做到可令父母放心，哮喘病患對其日常生活亦沒有做成顯著不便，也可安心參加運動活動。他並且還是一位歌詠好手呢。



其實，羅女士還是從旁不斷的默默照應，經常注意家居清潔，防止塵垢產生，避免存放毛公仔，不飼養寵物；雖然很愛使用地毯，但亦放棄了。處處都表現出關懷、維護的親愛之情。

作為哮喘病患者的思健，希望其他小朋友亦能夠自強，在父母的指導下，積極協助照顧自己，例如：經常注意攜帶及學會使用預防藥物，天氣轉涼時，小心保暖等。

作為一個哮喘病患小朋友的母親，羅女士希望其他病患者的父母和家人，不要因額外的照料負擔而不自覺地對小朋友產生埋怨之情，這將會很容易損害小朋友的心靈及彼此間的親情。羅女士認為應樂觀地從另一個角度去看：「That may be a blessing in disguise!」（那可以其實是一個潛隱的祝福），經過給予子女一個疾病額外需要的照料，往往可減免了染患其他多種疾病的機會，那不是很可喜嗎？



會務活動

香港哮喘會 2002 年 10-12 月活動預告

香港哮喘會及本港社區團體每年都會舉辦很多與哮喘病人有關的活動，而「積極路上齊共闖 2002」今年2002年的口號是「自助互助展笑顏 開心快樂好簡單」。她是香港復康會、病人互助組織聯盟與四十多個病人自助組織（包括香港哮喘會）合辦每年一度的長期社區教育盛事。今年已是第四屆，如欲查詢有關活動的詳情及報名方法，可致電本會（2895 6502）或香港復康會社區復康網絡（2794 3010）。除特別註明外，各項活動均需報名參加。

2002 年 10 月份

兒童哮喘護理訓練課程

主辦：香港復康會社區復康網絡及香港哮喘會

日期：10月5日至11月2日（逢星期六）

時間：下午2時30分至4時30分

地點：香港復康會社區復康網絡港島康山中心

對象：兒童哮喘患者家長

費用：\$50

內容：有關哮喘護理的方法及技巧、照顧及護理患者時的困難和感受

報名：2549 7744 吳姑娘 / 簡姑娘（香港復康會社區復康網絡）

「積極路上齊共闖 2002」互助大使運動

日期：10月至12月

內容：來自不同病科的長期病患者會以「互助大使」的身份到全港各中、小學分享自助互助精神

「家居醫療新紀元」

主辦：尚健醫療器材公司、香港復康會社區復康網絡、

香港中文大學醫學院公共衛生學院營養研究中心

日期時間：10月13日（星期日）下午1時至6時

內容：開幕禮、家居醫療展覽及健康檢查

日期時間：10月14日（星期一）上午10時至下午6時

內容：專題講座「兒童鼻竇新知識」、專題講座「睡得不好怎麼辦」、家居醫療展覽及健康檢查

地點：沙田威爾斯親王醫院中文大學公共衛生學院

健康講座：門票免費派發，查詢請致電 9438 1985 或 2268 9212，先到先得

香港哮喘會主辦會員迎新活動(免費)

日期：10月19日（星期六）2時30分至4時30分

地點：本會病人資源中心

對象：2001年9月起入會之會員

報名及查詢：2895 6502 黃姑娘

內容：認識香港哮喘會、服務及活動內容

「積極路上齊共闖 2002」開幕禮暨互助大使誓師儀式

日期：10月19日（星期六）

時間：中午12時至晚上6時30分

地點：沙田新城市廣場第一期羅馬獻技場

內容：長期病患資訊攤位、舞台表演、互動攤位遊戲、節目預告巡禮

香港哮喘會主辦羽毛球同樂活動(免費)

對象：本會會員及其家屬，參加者必須身體狀況良好，適宜進行運動

日期：10月18日（星期五）晚上8時至10時

地點：九龍公園室內運動場

日期：10月25日（星期五）晚上8時至10時

地點：深水埗北河街市政大廈室內運動場

名額：每次活動10名（額滿即止）

報名及查詢：2895 6502 陳先生（自備球拍及羽毛球）

關顧病人推廣日(免費)

合辦：沙田區議會 新界東醫院聯網

日期：10月27日（星期日）

時間：上午11時至下午5時

地點：沙田新城市廣場羅馬獻技場

對象：公眾人士

內容：展板展覽、即場醫療諮詢、健康測試、影帶播放

11 月份

香港哮喘會主辦羽毛球同樂活動(免費)

對象：本會會員及其家屬，參加者必須身體狀況良好，適宜進行運動

日期：11月8日（星期五）

地點：九龍公園室內運動場

日期：11月15日（星期五）

地點：深水埗北河街市政大廈室內運動場

活動時間：晚上8時至10時

名額：每次活動10名（額滿即止）

報名及查詢：2895 6502 陳先生（自備球拍及羽毛球）

香港哮喘會主辦香港一天遊(只限會員及家屬參加)

日期：11月10日（星期日）

時間：早上9時至下午6時

遊覽地點：西貢獅子會自然教育中心、西貢海傍廣場、香港科技大學

費用：會員每位\$10、非會員每位\$20（午餐自費）

名額：50人（先到先得，額滿即止）

報名參加者必需郵寄報名，本會恕不接受電話及傳真報名，以示公允。

查詢：2895 6502 黃姑娘

「積極路上齊共闖 2002」腎科活動

日期：11月10日（星期日）

時間：上午10時至下午5時

地點：突破青年村

內容：中學生生活體驗日營—讓參加者認識及體驗末期腎衰竭患者的生活

地點：愛丁堡廣場

內容：參加者與殘疾人士合作完成指定路程，藉此體驗殘疾人士在使用公共交通工具時的情況及為40多個病人互助組織籌募經費、互助大使嘉許

「積極路上齊共闖 2002」徵文及四格漫畫創作比賽

截稿日期：11月16日

頒獎日期：12月15日

主題：「自助互助」 設小學生組、中學生及公開

「積極路上齊共闖 2002」風濕科活動

日期：12月7日或8日

時間：下午2時至晚上6時

地點：待定

內容：系統性紅斑狼瘡、類風濕性關節炎、強直性脊椎炎資訊展覽及攤位遊戲

香港哮喘會主辦漫步康樂徑(免費)

日期：11月24日（星期日）

時間：上午10時至下午1時

地點：太平山 — 山頂

內容：透過行山活動，鼓勵哮喘患者作適當體能活動

名額：20人（額滿即止）

報名及查詢：2895 6502 陳先生

「知多一點點」免費講座—兒童哮喘病及濕疹講座

主辦：東區尤德那打素醫院、兒科及那打素社區及病人資源中心

日期：12月14日（星期六）

時間：下午2時30分至4時30分

地點：東區尤德那打素醫院主座大樓一樓 那打素社區及病人資源中心

對象：兒童病患者及家長

報名及查詢：那打素社區及病人資源中心 2595 6342

「積極路上齊共闖 2002」癌症病科活動

日期：11月24日（星期日）

時間：下午2時至晚上6時

地點：樂富中心

內容：癌症資訊展覽、講座及攤位遊戲

香港哮喘會主辦聖誕聯歡會

日期：12月14日（星期六）

時間：晚上6時30分至9時30分

地點：本會病人資源中心

名額：60人

收費：會員 成人每位30元，小童（12歲以下）每位25元
非會員 成人位40元，小童（12歲以下）每位30元

報名方法：請填報名表（若人數過多，將以抽籤決定）

查詢：2895 6502 陳先生或黃姑娘

12月份

「積極路上齊共闖 2002」開幕禮暨無障礙城市定向籌款活動

日期：12月5日（星期日）

時間：上午11時至下午5時

報名方法及須知

- 報名：請填妥活動報名表格，連同費用寄回本會即可。
- 繳費方法：支票抬頭請寫「香港哮喘會有限公司／The Hong Kong Asthma Society Limited」（支票背面寫上姓名及活動名稱）。現金請存入本會 生銀行戶口(262-280886-001)及寄回入數紙正本（請寫上姓名及活動名稱）。
- 除活動取消或報名不被取錄外，所繳費用恕不退回。
- 退款方法：若活動取消，必須出示收據方可退款。如遺失收據，責任自負，本會恕不退款。
- 如活動因颱風或暴雨警告訊號而取消，本會將就該活動安排退款。倘若有關活動需要事前繳付按金、營費等費用，將按營舍方面之退款安排才作最後決定。

6. 天氣情況惡劣下之活動安排：

如活動舉行前3小時仍懸掛颱風/暴雨警告訊號，請各位留意以下活動安排

颱風訊號	暴雨警告訊號	活動安排
1號風球	黃色暴雨警告	√室內及室外活動
3號風球	紅色暴雨警告	√室內活動 ×室外活動
8號風球	黑色暴雨警告	×室內及室外活動

* 各參加者個人資料，只作為活動報名及郵寄服務資料之用。

（請沿虛線剪下，如不敷應用，請自行影印）

報名表格

(一) 個人資料

姓名：_____ 會員編號：_____（必需填寫）性別：_____ 年齡：_____

聯絡地址：_____

聯絡電話：_____

(二) 本人擬參加以下活動

活動名稱	舉行日期	參加人數	費用港幣	由本會填寫		
				取錄	不取錄	後備
		合共		Cash/Cheque: _____ Receipt: _____		



會務活動

香港哮喘會 2001 年至 2002 年活動紀要

2001 年

8 月 11 日 - 8 月 12 日 兒童哮喘護理訓練營

- 香港哮喘會、香港復康會社區復康網絡合辦
- 於中華基督教青年會烏溪沙青年新村舉行
- 進行親子遊戲、講座（譚一翔醫生主講）、水上運動
- 參加人數：120 人

9 月 8 日 香港哮喘會 病人資源中心開幕典禮

- 王傑、Twins 表演
- 病人資源中心位於九龍觀塘復康徑
- 為哮喘病人提供全面的資訊，如護理、藥物等

9 月 29 日 - 9 月 30 日 兒童哮喘護理訓練營

- 香港哮喘會、香港復康會社區復康網絡合辦
- 進行親子遊戲、講座、水中運動等
- 於薄扶林傷健營舉行
- 參加人數：30 人



香港哮喘會病人資源中心開幕典禮



新春聯歡團拜

2 月 23 日 新春聯歡團拜

- 遊戲、茶點、抽獎
- 於香港哮喘會病人資源中心舉行
- 參加人數：30 人



3 月 3 日 「He、He 哈哈」健康氣管嘉年華

3 月 16 日

2002 「職前幼稚園教師」兒童哮喘護理証書工作坊

- 香港教育學院、香港哮喘會合辦
- 於香港教育學院舉行
- 講座（梁宗存醫生主講）、器材應用示範及練習
- 參加人數：60 人

5 月 7 日 大埔區私家執業醫生研討會

- 香港哮喘會、雅麗氏何妙齡那打素醫院、香港復康會社區復康網絡主辦
- 阿斯利康香港有限公司、葛蘭素史克有限公司、美國默沙東藥廠贊助
- 共邀請 18 位大埔區私家執業醫生參與
- 講座（雅麗氏何妙齡那打素醫院內科顧問醫生陳學深醫生主講）、研討

2002 年

1 月 12 日 復康嘉年華

- 香港復康會社區復康網絡主辦 香港哮喘會協辦
- 攤位遊戲

1 月 19 日 「哮喘與敏感」2002 健康講座

- 香港哮喘會主辦
- 於科學館演講廳舉行
- 譚一翔醫生主講
- 包括：專題講座、器材及資料展覽
- 參加人數：60 人

幼稚園教師工作坊



2002 年大埔區私家執業醫生研討會

香港哮喘會

5月14日 大埔區私家執業醫生診所護士研討會

- 香港哮喘會、雅麗氏何妙齡那打素醫院、香港復康會社區復康網絡主辦
- 阿斯利康香港有限公司、葛蘭素史克有限公司、美國默沙東藥廠贊助
- 共邀請24位私家執業醫生診所護士參與
- 講座（雅麗氏何妙齡那打素醫院內科高級醫生何湘湘醫生主講）、器材應用示範

5月25日 關懷哮喘嘉年華

- 香港哮喘會、雅麗氏何妙齡那打素醫院、香港復康會社區復康網絡主辦
- 阿斯利康香港有限公司、葛蘭素史克有限公司、美國默沙東藥廠贊助
- 於大埔超級城舉行



關懷哮喘嘉年華

7月6日「哮喘你要知」講座

- 伊利沙伯醫院兒科、伊利沙伯醫院病人資源中心、香港哮喘會、香港復康會社區復康網絡合辦
- 於伊利沙伯醫院舉行
- 參加人數：30人
- 講座主題：哮喘（伊利沙伯醫院兒科顧問醫生陳麗霞醫生）、運動與哮喘（伊利沙伯醫院物理治療部）

7月8日至7月19日 觀塘區泳班

- 康樂及文化事務署主辦、香港哮喘會協辦
- 參加人數：9人
- 學習基本游泳技巧

7月17日－7月31日 義工啟動課程

- 香港哮喘會主辦
- 講座、示範、小組討論
- 講者：梁宗存醫生、陳永佳先生、尹婉萍小姐
- 參加人數：10位

7月哮喘兒童護理工作坊（港島區）

- 香港哮喘會、香港復康會社區復康網絡合辦
- 透過練習、遊戲、講座等活動，讓患兒掌握護理哮喘的技巧



兒童哮喘護理訓練課程

8月4日 兒童哮喘護理夏令營

- 香港哮喘會、香港復康會社區復康網絡合辦
- 於麥理浩復康院舉行
- 參加人數：28人
- 哮喘與運動講座、陸上運動、水中運動

8月9日至8月30日 港島區泳班

- 康樂及文化事務署主辦、香港哮喘會協辦
- 參加人數：7人
- 學習基本游泳技巧

8月10日 哮喘工作坊

- 伊利沙伯醫院兒科、伊利沙伯醫院病人資源中心、香港哮喘會、香港復康會社區復康網絡合辦
- 於伊利沙伯醫院舉行
- 參加人數：30人
- 講座主題：壓力處理
- 水療活動

8月17日 哮喘工作坊

- 伊利沙伯醫院兒科、伊利沙伯醫院病人資源中心、香港哮喘會、香港復康會社區復康網絡合辦
- 於伊利沙伯醫院舉行
- 參加人數：30人
- 講座主題：壓力處理
- 測試示範

攤位遊戲



哮喘藥物輔助器材價目表

產品名稱		會員售價 (HK\$)	非會員售價 (HK\$)
阿斯利康(AstraZeneca)	霧化器 (Nebuhaler)	120	170
	霧化器專用面罩	100	150
	金屬霧化器 (Nebuchamer)	270	320
葛蘭素史克(GlaxoSmithKline)	最高流速計—成人	170	220
	最高流速計—兒童	170	220
	英立暢儲霧器 (Babyhaler)	230	280
	呼立滿儲霧器(Volumatic Spacer)	80	130
寶靈家(Boehringer)	嬰兒用有面罩儲霧器(Aerochamber)	250	300
	兒童用有面罩儲霧器	250	300
	成人用有面罩儲霧器	250	300
	成人用儲霧器	150	200
香港哮喘會特製	最高流速計—成人	150	200
	最高流速計—兒童	150	200

*會員請出示會員證，敬希先致電本會預先確定有否存貨，或由本會代訂，歡迎大家到中心參觀各輔助器材的樣本。
查詢電話：2895 6502。

香港哮喘會病人資源中心圖書角使用守則 (8.2002)

香港哮喘會為讓患者及大眾掌握更多護理的資訊，因此於病人資源中心設置圖書角，搜集了有關長期病患、親子、心靈系列的資料。歡迎會員及大眾使用。為使圖書角能有效運作，本會訂立以下的使用守則：

1. 所有公眾人士均可在圖書角閱讀中心之書籍。
2. 中心其他資料如錄影帶、VCD等，只供資源中心視聽閣內參閱。
3. 所有資料請於閱後放回退還處。
4. 如需外借資料，請向中心職員查詢及辦理有關手續。

借書手續

1. 凡香港哮喘會之登記會員，皆可借用圖書角內之書本。
2. 每次借書請出示會員證(有相片)，否則當值職員有權拒絕借出書籍。
3. 每位會員每次限借二本圖書。
4. 每本書借用期限為兩星期，可續借一次(為期兩星期)，逾期罰款每天為港幣壹元。

續借手續

請於到期日之前最少一天親臨或致電本中心辦理續借手續，每本書只限續借一次。

損壞及遺失

1. 所有書本如有損壞，請盡快通知中心職員。如有需要，中心職員會向借書者收取罰款作補購之用，輕度損毀每本為港幣拾元，嚴重損毀為該圖書之書價再加百份之二十。
2. 如有遺失圖書，請盡快通知本中心職員。所有遺失圖書人士需給書價之兩倍作補購之用。

圖書影印

受版權條例限制，每人每次最多只可影印十張(不論書本多少)。

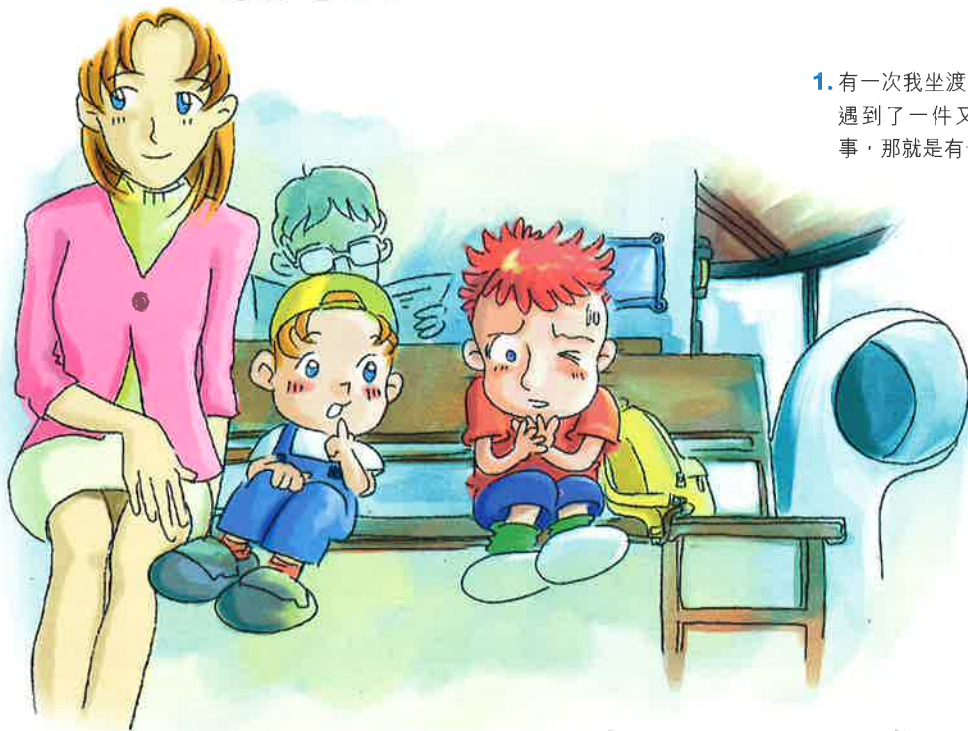


**香港哮喘會查詢及聯絡，請致電 2895 6502，
如欲諮詢哮喘病況等資料，中心職員可轉介專業人士回覆。**



誤解 bye-bye!

1. 有一次我坐渡輪往尖沙咀時，我遇到了一件又尷尬，又好笑的事，那就是有一位小朋友……



3. 噢，竟有這麼大的誤會！真令我感到哭笑不得！我立刻告訴該小孩，解釋清楚我不是吸毒，我只是在吸入氣管舒張劑。每當我哮喘病發時，便會感到氣速不適，呼吸困難，而這噴霧就能舒張我的氣管，緩和不適。各位朋友，你有沒有遇過像我這樣的情況呢？那你會怎麼辦呢？你會否告訴別人自己患哮喘病呢？還是怕尷尬而不敢吸藥呢？

其實當你身邊的人不了解你的病情，誤解便會自然產生；那你便要學我一樣，不用怕，慢慢地向他們解釋清楚哮喘病是甚麼。讓誤解 Bye-bye！



2. 還記得我突然哮喘病發，於是我便趕快從書包內取出氣管舒張劑；正當我準備吸入時，坐在我旁的小孩便叫嚷：「嘩！他在吸毒呀？」



illustrated by edmond lam2002

本集完

香港哮喘會贊助人名單

以下是香港哮喘會捐款者名單，對於你們的支持，我們衷心的表示感謝！

2002 年度捐款者名單

AstraZeneca HK Ltd	\$55,000
劉碧瑛 #477	\$100
新一代英文幼稚園(荃灣)	\$770.1
新一代英文幼稚園(屯門)	\$2230
陳永佳	\$1185
病人互助組織聯盟	\$500
積極路上齊共闢籌委會	\$4700
Ms. Ho Yuk Ying	\$1000
GSK	\$55000
Ng Yuk Ying	\$2000
Mrs. Lau Lam Suk Yin (D10)	\$100
無名氏 (D11)	\$100
Ms. Kwan Kit Fong (D12)	\$200
AstraZeneca (D13)	\$31,000
AstraZeneca (D14)	\$30,000
MSD (D15)	\$12,600
Hong Kong Economic Times Ltd	\$100
Mr. Raymond Louey Pak Hin	\$600
GlaxoSmithKline (D18)	\$30,000

2001 年度捐款者名單

Judy and Allan Tang	\$500
Miss Chan Wing Mun, Anita	\$1,000
Mr. Poon Ping Hoo	\$250
Mr. Yum Wing Wah	\$300
Miss Wong Pik King	\$200
鄧焯堂先生	\$300
羅菊華小姐	\$200
李淑鈿小姐	\$2,000
王鳳華小姐	\$200
Mr. and Mrs. Allan Tang	\$500
程素華小姐	\$100
Kwan Kit Fong	\$100
積極路上齊共闢 2000 籌委會	\$7,700
Kwok Ka Tung	\$100
Amenda Lo	\$50
許金愛	\$20
譚玉英	\$50
Judy Tang	\$500
Wong Pik King	\$200
Andrew Tang	\$200
葉焯豪	\$300
Mr. Louey Pak Hin Raymond	\$500
Dr. Lee Chi Hang	\$1,000

Donation from Apr-Dec 2001=\$11520(Item 9 onwards)
Last Update: 16/4/2002

Hong Kong Asthma Society Donors of Year 2001- PRC Opening Ceremony

Angela Keung	Amway Asia Pacific Ltd., HK Branch	\$3000
Dr. Robert Tseng	哮喘會顧問醫生	\$1000
Wong Ming Yam	過往捐款者	\$400
胡經昌	立法會議員	\$200
廖甘歡		\$1000
Le Cadre Gallery Limited		\$400
葉秀文		\$300
Boehringer Ingelheim	(demonstration kit)	\$3000
梁宗存與黃德如		\$1000
健樂社		\$100
趙華強醫生		\$500
香港柏金遜症會		\$200
吳亮星	立法會議員	\$200
香港老年痴呆症協會		\$300