



2008年1月號 | 第53期會刊

香港哮喘會通訊

THE HONG KONG ASTHMA SOCIETY NEWSLETTER

香港哮喘會積極反應

「未來空氣，今日靠你」諮詢文件

過敏症學童不應退學

如何正確使用鼻用噴劑劑

注射流感疫苗的重要性

歡迎報讀

幼師兒童哮喘護理聽講證書課程



香港哮喘會 九龍藍田復康徑7號藍田綜合中心1樓

電話：2895 6502 傳真：2711 0119 電郵：hkas@hkasthma.org.hk 網址：www.hkasthma.org.hk

2006-2008 年度執行委員會名單 (排名依英文姓名筆劃)

主席	陳麟書先生	Mr. Chan Lun Shue Alan		
副主席	譚一翔醫生	Dr. Tam Yat Cheung Alfred		
義務司庫	楊國晉先生	Mr. Yeung Kwok Chun Harry		
義務秘書	陳永佳先生	Mr. Chan Wing Kai		
義務法律顧問	布逸庭先生	Mr. David Brettell		
委員	陳駿先生	Mr. Chan Chun	陳沛田先生	Mr. Chan Pui Tin
	陳艷媚博士	Dr. Chan Yim Mei Esther	鄭漢華先生	Mr. Cheng Han Wah
	莊慧敏小姐	Ms. Chong Viman Vivien	周振軍醫生	Dr. Chow Chun Kwan John
	古惠珊醫生	Dr. Ko Wai San Fanny	李孟進小姐	Ms. Li Mang Chun Isabel
	梁宗存醫生	Dr. Leung Chung Chuen Roland	蘇鈞堂醫生	Dr. So Kwan Tong
	黃文熙先生	Mr. Wong Man Hai Frank		

醫學顧問 (排名依英文姓名筆劃)

香港胸肺學會 Hong Kong Thoracic Society

朱偉文醫生	Dr. Chan Wai Man Johnny	朱頌明醫生	Dr. Chu Chung Ming
何重文醫生	Dr. Ho Chung Man James	何湘霜醫生	Dr. Ho Sheng Sheng Alice
古惠珊醫生	Dr. Ko Wai San Fanny	林冰醫生	Dr. Lam Bing
利知行醫生	Dr. Lee Chi Hang	譚卓賢醫生	Dr. Tam Cheuk Yin
黃慕蓮醫生	Dr. Wong Mo Lin Maureen	易國生醫生	Dr. Yee Kwok Sang Wilson

香港兒童呼吸病學會 Hong Kong Society of Paediatric Respirioly

陳麗霞醫生	Dr. Grace Chan	陳以誠醫生	Dr. Chan Yee Shing
張錦流醫生	Dr. Cheung Kam Lau	趙華強醫生	Dr. Chiu Wa Keung
周博裕醫生	Dr. Chow Pok Yu	周笑顏醫生	Dr. Chow Siu Ngan
高偉泰醫生	Dr. Ko Wai Tai	林萍醫生	Dr. Lam Ping
林樹仁醫生	Dr. Lam Shu Yan	李素輪醫生	Dr. Lee So Lun
梁銀河醫生	Dr. Theresa Leung	梁庭勳醫生	Dr. Leung Ting Fan
麥宏昌醫生	Dr. Mak Wang Cheong	繆定逸醫生	Dr. Miu Ting Yat
吳國強醫生	Dr. Ng Kwok Keung Daniel	薛守智醫生	Dr. Sit Sou Chi
蘇鈞堂醫生	Dr. So Kwan Tong	譚一翔醫生	Dr. Tam Yat Cheung Alfred
曾英美醫生	Dr. Robert Tseng	蔡迺舜醫生	Dr. Tsoi Nai Shun
黃達剛醫生	Dr. Wong Tak Kong	黃德偉醫生	Dr. Wong Tak Wai
黃永堅醫生	Dr. Wong Wing Kin, Gary		

中心職員

中心主任	黃仕鋒先生	Mr. Terry Wong
程序主任	王兆麟先生	Mr. Billy Wong
助理程序主任	鍾佩琪小姐	Ms. Nicole Chung
活動幹事	宋子傑先生	Mr. Matthew Sung
會計文員	阮紹嫻小姐	Ms. Emily Yuen

各位會員：大家好，月前，多份報章報導”有小學以沒有駐校護士為由而要求有花生敏感症的學童退學。此事令我想起當年我們執行委員會其中一委員的遭遇。

她的女兒患哮喘，因中午要用吸入消炎噴霧劑，學校不但不提供方便及協助，竟然要她停學。一個小孩子只因為有哮喘飽受學校歧視，試問是多麼難受及感到自卑。也是自此以後一直至今，本會開始舉辦教師培訓班，貫輸哮喘及過敏症的知識及護理技巧，一學期又一學期地盡我們所能，把哮喘及過敏症的真況告訴大家，擦去大眾對此病症的無知及懼怕，事實上，糾正很多老師對此病的看法。可是從最近發生這事看來，同志仍須努力。

2月2日是香港哮喘會賣旗日，你可記得？你有否參加？我在此呼籲各界，支持本會籌募經費活動，多一份支持，讓我們可以更多地推廣，以幫助哮喘及過敏症病人。

我們希望在會員熱心參與下，使社會有正面訊息及傳播出去且燃燒更旺更盛，不要再有人用任何借口來歧視我們的哮喘及過敏症病人。



哮喘會主席
陳麟書





香港哮喘會

是一個為哮喘及過敏病人及家屬提供服務的非牟利慈善團體。本會獲得香港胸肺學會及香港兒童呼吸病學會的支持，提供諮詢服務。

我們致力

為哮喘及過敏病患者提供有關知識；舉辦學術講座及研討會，增加市民大眾對哮喘及過敏病的認識；提供病患者一個互相溝通的機會、分享患病後的生活轉變、所遇到的困難等，從而達到互勵互勉及支持的作用。

我們經常為會員提供各類型的康體及大型活動，協助病患者融入正常的生活環境。歡迎你的加入，請填妥會員表格（見封底）擲回即可。

香港哮喘會

病人資源中心

本會位於九龍藍田復康徑藍田綜合中心內，設有活動室、圖書閣和哮喘藥物展覽專櫃等設施。圖書閣添置許多有關長期病患、哮喘及過敏症護理、親子關係和心靈互助等系列的藏書，歡迎會友借閱。病人資源中心定期舉辦互助小組、病理課程、專題講座及康樂活動，詳情可向本會查詢。

香港哮喘會網址 <http://www.hkasthma.org.hk>

www.hkasthma.org 是屬於大家的，如果你遇上有甚麼哮喘疑難或者意見，請即到「聯絡我們」處，用電話、傳真、或者電郵聯絡我會，香港哮喘會希望能夠幫到大家，請多多支持。

傳真：2711 0119 電郵：hkas@hkasthma.org.hk 網址：www.hkasthma.org.hk

查詢熱線：2895 6502



health workshop
健康教室

出版機構：健康教室
編輯：李孟進、陳麟書、陳永佳、鍾佩琪

聲明：
本通訊之版權屬香港哮喘會，如欲轉載、節錄等，請聯絡香港哮喘會。

聖誕樹增霉菌致敏感

還有個多月便到聖誕，美國的敏感病症專家Dr. John Santilli指出，很多人都喜歡用原棵松樹作為聖誕樹，可是這些聖誕樹會助長室內霉菌上升，可引致敏感症病發。研究發現，在室內將這些聖誕樹放置在離暖風位10呎左右，室溫保持攝氏18.3度至20度，首3日室內的霉菌含量為每立方米有800粒霉菌，但14日後，霉菌急增至每立方米5,000粒。另外對於人造如塑膠的聖誕樹若不勤加打掃，也容易藏污納垢，易引發敏感症病發。



初生兒染病哮喘風險增

哮喘成因一直是醫學界的謎團，丹麥科學家研究或對找出原因有幫助。

當地的一項調查發現，嬰兒如在出生後一個月內被肺炎鏈球菌、流感嗜血桿菌或格蘭氏陰性雙球菌三種細菌感染，患上哮喘的風險會較其他嬰兒高出逾倍。醫學界一直只知哮喘與遺傳及環境因素有關，哥本哈根大學醫院丹麥兒童哮喘中心的研究人員跟進了321名一個月大嬰兒的體液樣本，發現當中21%受到以上三種細菌感染者，出現持續喘鳴的風險較其他嬰兒高2.4倍，出現急性嚴重惡化喘鳴風險高2.99倍，入院的風險增加3.85倍。當他們五歲時，曾受上述細菌感染的嬰兒，患上哮喘的比例為33%，而沒有被感染的，比例只有10%。另此病與金黃葡萄球菌無關。研究人員又指出，雖然不知細菌感染及哮喘的因果關係，但不排除本身有「哮喘底」的嬰兒，免疫系統較弱，容易受細菌感染。研究結果刊於今期《新英倫醫學雜誌》。



23% 哮喘患者胃酸倒流 可致病情惡化嚴重或演變食道癌

胃酸倒流及哮喘都是較為普遍的都市病。中文大學研究發現，胃酸倒流會影響哮喘病情，約23%哮喘患者同時患有胃酸倒流，當中超過4分1表示哮喘病情會惡化，需要增加藥物份量。中大醫學院外科學系教授吳國偉表示，胃酸倒流會刺激氣管收窄，造成惡性循環，更可引致食道炎，減低患者的生活質素，嚴重者更可演變成食道癌。

香港中文大學醫學院去年1月至4月間訪問了407名哮喘病人，了解他們出現胃酸倒流情況。結果發現，22.6%受訪病人同時有胃酸倒流病徵，當中26.6%更表示，在胃酸倒流病徵較多時，哮喘病情會較嚴重，使用舒張劑的次數亦會增加。當抽插時胃酸被扯上。研究又發現，沒有服用抑制胃酸的質子泵抑制劑（PPI）的病人，自我評定生活質素亦較接受藥物治療病人低。

參與研究的吳國偉醫生稱，西方國家曾有研究發現近7成哮喘病人有胃酸倒流症狀。近年本港患有胃酸倒流的人數不斷增加，但醫學界仍未能找出兩者的因果關係，估計哮喘患者病發時不斷「抽插索氣」，增加橫隔膜及肋骨的郁動，令胸腔的負氣壓增大，形成一股吸力，胃酸被扯向上，若經食道進入氣管，更會刺激氣管收窄，令哮喘病情惡化，造成惡性循環。他建議市民，尤其是哮喘患者養成良好的飲食習慣、不要暴飲暴食、避免飲用含咖啡因、酒精等飲品，免受胃酸倒流之苦。



噴霧清潔劑引發哮喘

歐盟一項研究指出，就算少至每周使用一次噴霧式家居清潔用品，也有增加哮喘的風險。

有關研究包括歐盟10個國家共3,500名成年人，他們在參與研究前沒有哮喘病，但9年來的跟進調查顯示，當中有6%因噴霧清潔劑出現哮喘病的病徵。研究發現，每星期最少使用1次噴霧清潔劑，引起哮喘病徵或使用哮喘藥的風險增加五成，若每周使用最少4次噴霧式清潔劑，哮喘病風險再增1倍。



「未來空氣，今日靠你」的諮詢文件 香港哮喘會積極反應意見

香港空氣污染的問題日益嚴重，影響個人健康，特別是呼吸系統。可持續發展委員會在2007年6月開始就未來空氣改善措施進行為期3個月的諮詢，並收到近3萬份回應。為支持上述有關「未來空氣，今日靠你」的諮詢文件，香港哮喘會收集了各會員意見並已遞交當局。本會認為當局應落實一些政策以改善目前空氣污染的情況。有關的意見整理大致如下：

我們的意見

- 1) 在高度空氣污染的日子，當局應該採用顏色識別系統或數子識別系統，使市民更清楚每日空氣污染的程度。
- 2) 在高度空氣污染的日子，所有政府及私人機構應取消舉辦涉及體力消耗的活動。
- 3) 所有人應盡量使用公共交通工具。
- 4) 雖然道路收費會減少車輛行駛，從而改善空氣質素，然而少於百分之五十的受訪者贊成道路收費，因這個措施會影響很多公共交通使用者。最令受訪者關注的是道路收費增加他們的交通開支。
- 5) 如果政府實施道路收費，公共交通工具、學校巴士及殘疾人士車輛應獲豁免。
- 6) 總括而言，我們應盡力節約能源及使用有能源效益的電器。獎勵設計有能源效益建築物的專業人士，有助達到更大的能源效益。

香港能見度低，佔全年50%

可持續發展委員會引「未來空氣，今日靠你」的諮詢文件內，有關空氣污染資料如下

- * 研究指出，每立方米空氣中各項污染物的總量每增加10毫克，市民患上各類呼吸疾病引致死亡的風險，便增加0.8%至3.4%。
- * 中大在2000年一項研究，指空氣污染影響兒童心肺功能。與空氣質素相對較佳的沙田區及污染情況惡劣的觀塘區比較，兒童罹患各類呼吸疾病的機會較高，相差幅度由31%至98%不等。
- * 本港能見度偏低的日子，已由10年前佔全年15%，大幅增至目前50%。當空氣中污染物數量增加，因患呼吸道疾病而死亡、入院及引致哮喘個案數目，亦隨之上升。
- * 空氣中有可吸入懸浮粒子、氮氧化物、二氧化硫等不同污染物，中大和港大多項研究顯示，每立方米空氣中各項污染物的總量每增加10毫克，市民患上各類呼吸疾病引致死亡的機會，會增加0.8%至3.4%。
- * 研究發現，在每立方米空氣中，二氧化硫每增加10毫克，因心臟病引致的死亡率便增加2.8%；臭氧每增加10毫克，市民入院個案會增加2.2%。

除了左列各點外，本會發現諮詢文件內所說的其他措施都較為被動。其實有其他可行的政策及意見可針對污染來源及提高空氣質素，例如限制沒有能源效益的機械進口，在市區多栽種樹木等，都有助改善空氣質素。

我們希望香港持續發展委員會能夠提出更多方案去改善香港的空氣質素。

過敏症學童 不應退學

香港哮喘會就「有小學要求患花生過敏的學童退學報導」之回應

多份報章於2007年11月20日報導，一間小學以沒有駐校註冊護士為該位學生注射藥物為理由，要求花生過敏學童退學。本會對這個報導深表關注。

家長備針藥 校方稱沒護士 小學歧視 促花生過敏童退學

【本報訊】香港哮喘會日前接獲家長投訴，指其子女在學校被要求退學，理由是其子女患有花生過敏，而學校沒有註冊護士為其注射藥物。哮喘會對此表示關注，並呼籲學校不應以此為理由要求學生退學。

家長表示，其子女在學校被要求退學，理由是其子女患有花生過敏，而學校沒有註冊護士為其注射藥物。哮喘會對此表示關注，並呼籲學校不應以此為理由要求學生退學。

哮喘會表示，有關投訴在接獲後，已向有關學校查詢，並已向有關教育局反映。哮喘會呼籲學校不應以此為理由要求學生退學，並呼籲家長與學校溝通，尋求妥善的解決方案。

哮喘會表示，有關投訴在接獲後，已向有關學校查詢，並已向有關教育局反映。哮喘會呼籲學校不應以此為理由要求學生退學，並呼籲家長與學校溝通，尋求妥善的解決方案。

哮喘會表示，有關投訴在接獲後，已向有關學校查詢，並已向有關教育局反映。哮喘會呼籲學校不應以此為理由要求學生退學，並呼籲家長與學校溝通，尋求妥善的解決方案。

哮喘會表示，有關投訴在接獲後，已向有關學校查詢，並已向有關教育局反映。哮喘會呼籲學校不應以此為理由要求學生退學，並呼籲家長與學校溝通，尋求妥善的解決方案。

哮喘會表示，有關投訴在接獲後，已向有關學校查詢，並已向有關教育局反映。哮喘會呼籲學校不應以此為理由要求學生退學，並呼籲家長與學校溝通，尋求妥善的解決方案。



有關學校在接獲投訴後，曾向該校註冊護士查詢，並已向有關教育局反映。

哮喘會表示，有關投訴在接獲後，已向有關學校查詢，並已向有關教育局反映。哮喘會呼籲學校不應以此為理由要求學生退學，並呼籲家長與學校溝通，尋求妥善的解決方案。

哮喘會表示，有關投訴在接獲後，已向有關學校查詢，並已向有關教育局反映。哮喘會呼籲學校不應以此為理由要求學生退學，並呼籲家長與學校溝通，尋求妥善的解決方案。

哮喘會表示，有關投訴在接獲後，已向有關學校查詢，並已向有關教育局反映。哮喘會呼籲學校不應以此為理由要求學生退學，並呼籲家長與學校溝通，尋求妥善的解決方案。

香港哮喘會副主席暨顧問醫生譚一翔指出，花生過敏是常見的食物過敏之一，不會隨年齡增長而消失。病情輕微者會出現風疹、皮膚紅腫、嚴重者會出現喉嚨腫脹、氣管收窄、呼吸困難及休克等症狀，若未能及時急救更可能會導致死亡。

譚醫生表示：若患者情況輕微，可以服食抗組織胺。另外注射腎上腺素可抑制過敏反應，適用於急性過敏症患者。腎上腺素自動注射器可協助花生過敏患者。

患者只需接受簡單訓練，並按醫生指示隨身攜帶腎上腺素自動注射器，於病發時作皮下注射，注射後可盡快到急症室求診。腎上腺素自動注射器簡單易用，經適當指示及訓練，病人可自行注射，病人的親友及學校老師也可學懂使用注射器協助病人。

本會定期舉辦教師培訓

哮喘及過敏症患兒需要適當的照顧及護理，而在幼稚園及小學，過敏症患兒經常接觸到不同環境容易引發病情，因此作為幼稚園及小學教師必須要對哮喘及過敏症有一定知識，香港哮喘會過去堅持定期舉辦教師培訓課程便是這個原因。一直以來，本會與香港教育學院幼兒學系合辦「職前幼稚園教師」兒童哮喘護理聽講證書工作坊，教育他們如何正確使用哮喘藥物及護理哮喘兒童的技巧，使哮喘病患兒童在幼稚園或小學能獲得適當照顧。近期如 07年11月24日及 08年1月5日均有幼稚園教師哮喘護理課程，因此有興趣的學校或教師如需獲得這方面支援，請即與本會聯絡查詢詳情。（另有報導見第12頁）。

在未來的日子，本會亦會加強對敏感症的支援服務，如敏感症急救課程，讓患者家屬及親友能學習相關急救知識，如何舒緩患者的過敏症狀。還有其他不同的病友支援服務，以增進病患者及家屬對哮喘和過敏的成因和預防的認識。



如何正確使用 鼻用噴劑

使用前



1 噴前，先把鼻孔清理乾淨。



2 把噴鼻劑搖勻，然後把防塵蓋拿開。



3 如果是第一次使用或有兩星期以上未經使用，應先行測試。先試噴藥液6至7次直至出現微細的噴霧。具體做法是用食指和中指握緊噴咀兩邊，並用拇指托住瓶底。

使用時



4 用右手噴左鼻孔，噴用時要向上方外側。使用時把頭微向前傾。



5 把頭返回直立位置。輕輕地用鼻孔吸氣，再用口輕輕地呼出。（或依照醫生指示）



6 用左手噴右鼻孔，噴用時要向上方外側。使用時把頭微向前傾。重複步驟5。

使用後



7 用清潔的紙巾或手帕抹乾噴咀，套回防塵蓋。

清潔噴咀



防塵蓋 噴咀

要定時清潔噴咀。
先把防塵蓋拿開，然後輕輕拔出噴咀，用暖水清洗防塵蓋及噴咀。搽乾水份，及讓它在和暖的地方風乾。風乾後，把噴咀和防塵蓋套回瓶上。在使用前，先再測試噴咀（如步驟3）。

鼻塞症狀除了可以傷風感冒引起，亦可能由於過敏性鼻炎（俗稱「鼻敏感」）或其他鼻病如鼻竇炎引致。過敏性鼻炎是因為「致敏原」如塵蟎、動物皮屑，令鼻腔內的黏膜作出過敏反應而引致發炎。發炎過程令鼻水及分泌增加，不但鼻呼吸困難，嗅覺和味覺也影響。有研究顯示，八成受鼻塞困擾人士的睡眠質素、情緒、社交、工作及學習均受一定程度影響。不過鼻塞症狀必先由醫生診斷病因及病情，以醫生的專業知識決定是否適合用類固醇鼻用噴劑。



* 使用類固醇鼻用噴劑時必要遵照醫生及藥劑師的指示，正確的姿勢頭部及正確的噴用方向是非常重要的，以免引致流鼻血或破壞鼻夾骨。³

* 類固醇鼻用噴劑可於數小時後舒緩病情，而於數天後方得到最好效果，故必須遵照醫生或藥劑師的指示使用恰當的治療時間。

鳴謝由 Schering-Plough 提供上述資料

整理：編輯室

流感高峰期至 哮喘患者宜注射流感疫苗

你已接受流感疫苗注射嗎？因傷風、感冒等呼吸系統感染會誘發哮喘，香港哮喘會鼓勵各會友注射流感疫苗，期望把感染流感而影響哮喘病情的風險減至最低。



何謂流行性感冒？

流行性感冒(簡稱流感)是一種由病毒引致的疾病。流感可由多種類型的流感病毒引起，而本港最常見的是H1N1及H3N2兩種甲型流感。全年都有流感病例，季節性高峰期多在2月及3月發生，有時亦在7月及8月發生。病毒主要透過呼吸道飛沫傳播，患者會出現發燒、喉嚨痛、咳嗽、頭痛、肌肉疼痛、流鼻水及全身疲倦等徵狀，一般會在2至7天內自行痊愈。然而，長者和抵抗力較弱人士一旦染上流感，可能會出現較嚴重的病情，甚至引致支氣管炎或肺炎等併發症等。

流感防疫注射為何重要？

對於某些容易因流感而出現併發症的組別人士而言，流感確實為他們帶來沉重的負擔。接受流感防疫注射，是預防流感及其併發症的有效方法之一。

哪類人士應該接受流感防疫注射？

"2007至2008年度疫苗可預防疾病科學委員會"建議本港以下人士接種流感疫苗：

- 居於安老院舍的長者
- 殘疾人士院舍的長期宿友
- 六十五歲或以上的長者
- 長期病患者*
- 醫護人員
- 家禽業從業員
- 6至23個月的幼兒
- 懷孕期間的婦女
- 長期病患者主要指患有長期心血管疾病、肺病、新陳代謝有關的疾病及腎病、免疫力低的人士、以及長期服用亞士匹林的6個月至18歲兒童或青少年。

何時接受流感防疫注射？

由於本港的流感季節性高峰期多在2月及3月發生，"疫苗可預防疾病科學委員會"建議在每年流感之高峰期前至少2星期接種疫苗。



有什麼種類的流感疫苗？

現時共有2種流感疫苗，分別為透過注射接種的滅活流感疫苗及噴鼻的滅活疫苗，只有前者在本港註冊。

誰人不宜接受流感防疫注射？

對雞蛋、新霉素或曾對流感疫苗或其中成份有過敏反應者，都不宜接受流感疫苗注射。至於出血病症患者或服用薄血藥的人士，則可採用皮下注射的方法接種疫苗。如注射當日因病發燒，可於病癒後接受注射。流感疫苗可與其他疫苗同日接種。

由於現時尚未清楚接種流感疫苗與復發性「吉-巴氏綜合症」Guillain-Baume(GBS)之間的因果關係，曾患吉-巴氏綜合症的人士應注意是否與接種疫苗有時間上的關係。若吉-巴氏綜合症是在接種流感滅活疫苗後8個星期內出現，往後便不應再接種該疫苗。

流感疫苗會否引致流感？

若採用的疫苗是透過注射接種的滅活流感疫苗，便不易引致流感；但有部份人士會於接種後出現副作用。

懷孕期間的婦女可否接受流感防疫注射？

世界衛生組織認為婦女在懷孕期間接種滅活流感疫苗是安全的，現時沒有證據顯示為妊娠第一期的婦女接種滅活流感疫苗會對胎兒造成不良影響。

流感疫苗會有甚麼副作用？

流感疫苗的耐受性頗高，除了注射處可能出現輕微腫痛外，一般並無其他副作用。部份人士會在注射後6至12小時出現發燒、肌肉及關節疼痛、以及疲倦等徵狀，這些徵狀通常會在兩天內減退。如出現風疹塊、口舌腫脹或呼吸困難等嚴重過敏反應，就必須立即求醫。此外，若服用退燒藥後仍持續發燒，或者出現其他徵狀或反應，請立即向醫生求診。

流感疫苗會否立即產生作用？

不會。接種疫苗後需約2星期時間讓身體產生抗體，來預防流感病毒感染。

流感疫苗怎樣產生作用？

疫苗可令身體產生抗體，而這些抗體可抵抗流感。

流感疫苗的保護作用會維持多久？

現時使用的疫苗，有助減低患上流感及其併發症的機會，但不能提供百分之百的保護。接種疫苗後產生的免疫力會隨時間降低，1年後可能降至沒有保護作用的水平。已接種疫苗的人士仍有可能患上流感，尤其是當流行的病毒類型與疫苗類型有顯著不同時。為了預防流感，已接種疫苗的人士仍須維持良好的個人及環境衛生習慣、注意飲食均衡、定期運動、確保休息充足及避免吸煙。

是否每年都要接受流感防疫注射？

是。流感病毒的類型不時衍生新品種，導致流感出現季節性爆發，亦即表示：

- (1)患上某種病毒菌株所引致流感而產生的免疫力，未必足以抵禦當時流行的新菌株；以及
- (2)流感免疫力會隨時間降低，1年後可能降至沒有保護作用的水平

資料來源：

香港特別行政區政府衛生處衛生防護中心

http://www.chp.gov.hk/faq_dtl.asp?lang=tc&faq_id=1463&id=117&pid=

香港哮喘會於2007年10月至12月期間舉行注射流感針計劃，鼓勵會友注射流感針。是次活動反應踴躍，本會期望明年繼續為會友提供同類型服務，使會友過著健康的生活。



街頭展覽

2007年9月20-21日及

2007年10月13-14日

為讓大眾進一步了解哮喘與過敏，本會分別於9月及10月在沙田商業中心及屯門市中心廣場舉行街頭展覽，透過展板、派發單張及會訊，增加他們對哮喘的認識。



會員賴坤鴻先生贈本會毛筆書法對聯一張，以表示對本會的支持。

出席周年晚會的執行委員會成員難得來個大合照。左起：鄭漢華、陳永佳、黃文熙、陳麟書、譚一翔、梁宗存、陳沛田、蘇鈞堂、楊國晉



周年大會中的抽獎節目



各會員上下一心，參與集體遊戲



周年聚餐2007

2007年9月22日

本年度的周年晚會在油麻地YMCA舉行。參與的會員及其家屬有100多人。當晚除有自助餐外，更有集體遊戲及抽獎娛賓，各參加者都盡興而歸。



寶蓮寺大澳一天遊

2007年11月18日

參加者參觀心經簡林

活動剪影

樂行大自然

2007年12月2日

下山後參加者參觀剛落成的葛亮洪號滅火輪展覽館，了解香港海上的救援工作。

是次行山路線是由鰂魚涌畢架山道開始出發，首段為大潭郊野公園的港島東擴建部分，先經過歷史悠久的紅屋，然後沿郊野公園林木徑轉入康山郊遊徑，途中飽覽九龍半島和港島西灣河及筲箕灣一帶風景，最後經由西灣河與東村配水庫下山。是日參加之會員一邊聊天，一邊欣賞港九兩岸的醉人景色。透過工作人員的講解及沿途的傳意牌，了解到途徑的生態環境，亦拍到很多難忘的活動照片。



職前幼稚園教師兒童哮喘護理聽講證書課程

2007年11月24日

本會與香港教育學院幼兒教育學系合辦2007年職前幼稚園教師兒童哮喘護理聽講證書課程，讓幼稚園教師對哮喘兒童的認識，以及正確使用哮喘藥物及護理哮喘兒童的技巧，使哮喘病患兒童在幼稚園能獲得適當照顧。

是次課程在香港教育學院大角咀市區分校舉行，參加的幼兒教育學系準教師多達110人。本會感激協助本活動的各位人士，包括香港兒童呼吸病學會周建偉醫生、大埔禮賢會幼稚園梁慧芬校長、九龍醫院胸肺內科護士長謝笑芬姑娘、威爾斯親王醫院胸肺科護士陳佩瑜姑娘、葛蘭素史克有限公司及阿斯利康(香港)有限公司同事、及一班在背後默默支持本會的義工，使活動順利舉行，多謝大家。



周建偉醫生向準教師講解哮喘的知識



準教師積極發問



梁慧芬校長與準教師分享護理哮喘兒童的心得和技巧



所有參加的準教師於課程完結前均需通過筆試和實習試

親子健康家長教育系列 「咳嗽、氣管痕癢與子女有何關係」

2007年12月14日



本會與大埔禮賢會幼稚園合辦是次講座，旨在讓家長了解何謂氣管敏感及哮喘，以及其護理方法。參與是次講座的家長逾70人。

仁安醫院兒科專科李卓漢醫生向家長講解氣管敏感與哮喘的有關知識。

為鼓勵家長積極參與，是次活動設有托管服務。在托管服務期間，本會透過輕鬆及生動的手法，讓幼稚園學生對哮喘有初步的認識。

學生投入地聽老師講「希琪家族」的故事及快樂地唱歌（註：此故事講述的是哮喘患兒希希如何克服哮喘）。

幼稚園學生於講座完畢後填寫工作紙及試用最高流速計。各幼稚園學生都盡興而歸。



律敦治及鄧兆肇醫院胸肺護士王佩儀姑娘與小朋友簡單地講解哮喘的癥狀及用藥方法。



義工合作印刷旗袋。
你看他們多麼齊心。

賣旗工作進度

本會將於2008年2月2日在九龍區賣旗。本會義工義不容辭支持賣旗各樣籌備工作。

是次賣旗日成功與否，確實有賴你的參與。請立即致電2895-6502報名參加哮喘會2008年2月2日賣旗日義工，或以捐款支持本賣旗日。

開心聖誕晚會

2007年12月15日

為讓會友渡過一個開心愉快的聖誕節，本會舉辦開心聖誕晚會。參加者在活動期間除分享各人的近況外，更表達對本會未來發展的期望。



參加者參與抽獎環節

恭喜賀喜

本會執行委員會成員暨醫學顧問古惠珊醫生獲取香港中文大學醫學博士學位。古醫生由2002年加入哮喘會至今，除多次協助本會舉辦哮喘護理公開講座及擔任講者外，她亦為香港胸肺學會現任副主席，推廣哮喘公眾教育方面不遺餘力。本會在此謹祝古醫生前程錦繡，再創高峰。

古惠珊醫生（左5）與執委及同工合照



會費更新：為增加會員福利，本會由2008年1月1日起，會員會籍有效期由原本的1年增加至2年，以年度計算（即1月1日至翌年12月31日為止），而會費維持則不變即\$80。同時，於2007年1月1日至9月30日期間入會或續會的會友，會籍有效期將自動延長至2008年12月31日。由2007年10月開始入會或續會的會友，會籍有效期將自動延長至2009年12月31日。各會友如有任何查詢，歡迎隨時致電2895-6502與本會職員聯絡。

活動課程

新會員分享會暨護理訓練

- 日期 : 2008年3月15日(星期六)
 時間 : 下午2:30-4:30
 地點 : 香港哮喘會病人資源中心
 (藍田復康徑7號藍田綜合中心一樓九室)
 內容 : (1) 認識香港哮喘會的服務 ;
 (2) 邀請過來人作分享, 交流經驗 ;
 (3) 教授正確使用藥物器材的技巧 ;
 (4) 茶點招待。
 對象 : 香港哮喘會會員
 查詢 : 請與黃仕鋒先生聯絡
 報名方法 : 請於辦公時間親臨或致電2895-6502報名。

免費



新春聚會

- 日期 : 2008年3月1日(星期六)
 時間 : 下午3:00 - 5:00
 地點 : 藍田維港海鮮酒家 (藍田地鐵站A出口)
 內容 : 在新春節日期間, 讓各會員相聚一起歡度佳節, 期間更有遊戲及抽獎。歡迎各會員連同家屬一起參加。
 對象 : 會員及家屬
 費用 : 會員及家屬 \$68 / 綜援人士 \$34
 查詢 : 請與宋子傑先生聯絡
 報名方法 : 請於辦公時間親臨或致電2895-6502報名, 並於報名後十天內繳交費用作實。



新春行山樂

- 日期 : 2008年3月9日(星期日)
 時間 : 上午9:00- 下午1:00
 集合時間 : 上午9:00
 集合地點 : 藍田地鐵站恒生銀行
 解散時間 : 中午12:00
 解散地點 : 井欄樹村
 (於終點可乘坐巴士或小巴前往鑽石山或彩虹地鐵站)
 對象 : 會員及家屬
 查詢 : 請與宋子傑先生聯絡
 報名方法 : 請於辦公時間親臨或致電2895-6502報名。

免費



香港哮喘會活動報名方法及須知

1. 報名方法：請於辦公時間致電本會登記，並於電話報名後10天內繳交有關費用。
2. 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」
(支票背面請寫上姓名、會員編號、電話及活動名稱、或直接存入「香港哮喘會有限公司」恒生銀行帳戶
262-280-886-001 (請連同存款收據傳真或寄回本會)
3. 除活動取消或報名不被取錄外，所繳費用恕不退回。
4. 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。
5. 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	☒ 室內活動 ☒ 室外活動
3號風球	紅色暴雨警告	☒ 室內活動 ☒ 室外活動
8號或10號風球	黑色暴雨警告	☒ 室內活動 ☒ 室外活動



鳴謝 捐款箱事宜

為推廣會務，本會在不同診所及機構擺放捐款箱收集善款。由本年 5 月至今，參與擺放捐款箱的診所及機構共 26 間。本會除感謝診所及機構騰出地方擺放捐款箱外，更感激捐贈善款支持我們的朋友。

陳真光醫生	曾英美醫生	華富中西藥房	譚一翔醫生
陳曦齡醫生	許漢琳醫生	莊生中西藥房	梁宗存醫生
陳以誠醫生	黃漢威醫生	永寧西藥房	皇朝會
趙永醫生	殷錦新醫生	健匯中西藥房	利知行醫生
馮旭焜醫生	盧柏參醫生	鴻運大藥房有限公司	
Wilson Parking (HK) Limited		賴奇偉醫生	
蘇淳養醫生	李國祥醫生	永安百貨有限公司	
李永健醫生	天福大藥房		

贊助機構會籍名單

鑽石會籍	:	葛蘭素史克有限公司
金會籍	:	阿斯利康 (香港) 有限公司
		美國默沙東藥廠有限公司
銅會籍	:	美國惠氏藥廠 (香港) 有限公司



會員申請表格

個人資料 (*此欄必須填寫)

中文姓名：_____ 性別： ☐ 男 ☐ 女
英文姓氏：_____ 名：_____ 出生日期：_____ (月) _____ (年)
公司名稱：_____ (供機構會員填寫)
聯絡地址：_____
電話號碼：(住宅) _____ (手提電話) _____ 傳真號碼：_____
電郵地址：_____ 是否綜援人士：☐ 是 (有效日期：_____)
教育程度：☐ 小學或以下 ☐ 中學 ☐ 證書/文憑 ☐ 大學 ☐ 碩士或以上
工作狀況：☐ 在職 ☐ 主婦 ☐ 學生 ☐ 退休 ☐ 待業 ☐ 其他：_____

會員類別

基本會籍 (兩年會籍 HK\$80)

☐ 病友 所患病類：☐ 哮喘 ☐ 敏感症 (請註明) _____
☐ 病友家屬 患者姓名：_____ 關係：_____ 患者所患病類：☐ 哮喘 ☐ 敏感症 (請註明) _____
☐ 公眾人士

機構會籍

☐ 鑽石會籍 (贊助捐款 HK\$100,000) ☐ 金會籍 (贊助捐款 HK\$50,000)
☐ 銀會籍 (贊助捐款 HK\$30,000) ☐ 銅會籍 (贊助捐款 HK\$10,000)

☐ 專業會籍 (每年會費 HK\$500) (專業會員只為醫護服務人士而設)

其他

願意加入本會義工行列：☐ 願意 ☐ 不願意
收取本會會訊之途徑：☐ 郵寄 ☐ 電郵
希望參加之活動類型：(可選多項)
☐ 朋輩分享會 ☐ 健康講座 ☐ 旅行 ☐ 節日聚會 ☐ 生日聚會 ☐ 其他：_____

個人資料收集聲明：

申請人於填寫會員申請表時所提供的個人資料，本會將用作處理會員事務 (包括統計、聯絡及活動推廣)。除本會授權職員外，其他人士均不得查閱你的個人資料。根據個人資料 (私隱) 條例，申請人有權查詢及更改其個人資料。申請人如須查詢或更改其個人資料，請致函本會。

會員須知及繳費方法：

此表格適用於申請成為香港哮喘會會員。會員證有效期為2年，綜援人士可憑「醫療費用豁免證明書」豁免年費。請填妥此表格，連同劃線支票抬頭寫「香港哮喘會有限公司」、或將款項存入本會恒生銀行戶口 262-280886-001，並連同入數紙，寄回九龍藍田康復徑七號一樓九室香港哮喘會。

申請人簽署：_____ 日期：_____

未滿16歲的申請人，須由家長或監護人簽署

家長/監護人姓名：_____ 簽署：_____

與申請者之關係：_____ 電話：_____

捐款表格

☐ 我願意捐款 Yes, I want to give a one-off donation of:
☐ HK\$2,000 ☐ HK\$1,000 ☐ HK\$500 ☐ HK\$300 ☐ HK\$ _____

捐款方法 Donation Methods

☐ 劃線支票 (抬頭請寫「香港哮喘會有限公司」) 支票號碼：_____
Crossed cheque (No. _____) payable to "Hong Kong Asthma Society Limited".
☐ 直接存入「香港哮喘會有限公司」恒生銀行帳戶 262-280-886-001 (請連同存款收據寄回)
Banked in HKAS' s account at Heng Seng Bank 262-280-886-001 (Bank-in slip / ATM slip enclosed)

捐款港幣\$100 或以上，可憑收據申請減稅 Donation of HK\$100 or above are tax deductible with a receipt

☐ 請寄回收據 Please send me a receipt

捐款人姓名 Name of Donor: (先生 Mr./ 女士 Ms.) _____

電話 Tel: _____ 傳真 Fax: _____ 電郵 E-mail: _____

地址 Address: _____