



香港哮喘會

THE HONG KONG ASTHMA SOCIETY NEWSLETTER

2009 OCT

1989 - 2009 香港哮喘會 20周年誌慶

- **全球氣候變化**
增加呼吸道患者病發率
- **空氣質素管理策略** 進行諮詢
- **會員優惠** 預防流感疫苗注射服務
- **全新護理課程**
水中運動 - 2009 親子水療班招生
- **興高采烈的周年大會**



2008-2010 年度執行委員會名單

執行委員會

主席	譚一翔醫生 Dr. Alfred Yat Cheung TAM	
副主席	陳沛田先生 Mr. Pui Tin CHAN	
義務司庫	黃文熙先生 Mr. Frank Man Hai WONG	
義務秘書	陳永佳先生 Mr. Wing Kai CHAN	
委員	陳駿先生 Mr. Chun CHAN	陳麟書先生 Mr. Alan Lun Shue CHAN
	陳艷媚博士 Dr. Esther Yim Mei CHAN	鄭漢華先生 Mr. Eric Han Wah CHENG
	鍾瑞祥先生 Mr. Mark Shui Cheung CHUNG	古惠珊醫生 Dr. Fanny Wai San KO
	李孟進小姐 Ms. Isabel Mang Chun LI	勞琛琛小姐 Ms. Susanna Sum Sum LO
	馬維德先生 Mr. Victor Wai Tak MA	吳詠思小姐 Ms. Wendy Wing Sze NG

醫學顧問 (排名依英文姓名先後)

香港胸肺學會 Hong Kong Thoracic Society

陳偉文醫生 Dr. Johnny Wai Man CHAN	朱頌明醫生 Dr. Chung Ming CHU
何重文醫生 Dr. James Chung Man HO	何湘霜醫生 Dr. Alice Sheng Sheng HO
古惠珊醫生 Dr. Fanny Wai San KO	林冰醫生 Dr. Bing LAM
林志良醫生 Dr. David Chi Leung LAM	利知行醫生 Dr. Chi Hang LEE
盧浩然醫生 Dr. Ho Yin LO	譚卓賢醫生 Dr. Cheuk Yin TAM
黃慕蓮醫生 Dr. Maureen Mo Lin WONG	易國生醫生 Dr. Wilson Kwok Sang YEE

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

陳麗霞醫生 Dr. Grace Lai Har CHAN	周建偉醫生 Dr. Kin Wai CHAU
趙華強醫生 Dr. Wa Keung CHIU	周笑顏醫生 Dr. Siu Ngan CHOW
周博裕醫生 Dr. Pok Yu CHOW	韓錦倫醫生 Dr. Ellis Kam Lun HON
劉家輝醫生 Dr. Tony Ka Fai LAU	林萍醫生 Dr. Ping LAM
梁廷勳醫生 Dr. Ting Fan LEUNG	繆定逸醫生 Dr. Ting Yat MIU
吳國強醫生 Dr. Daniel Kwok Keung NG	黃達剛醫生 Dr. Steve Tat Kong WONG

榮譽顧問 (排名依英文姓名先後)

陳亮醫生 Dr. Leo Leung CHAN	陳念慈小姐 Ms. Amy Lim Chee CHAN
陳兆麟醫生 Dr. Shiu Lun CHAN	莊慧敏小姐 Ms. Vivien CHONG
羅志顯先生 Mr. Roberts IAIN	郭志豪先生 Mr. Joel KWOK
郭錦恩小姐 Ms. Crystal Kam Yan KWOK	劉慕儀博士 Dr. Polly Mo Yee LAU
李大拔教授 Prof. Albert LEE	李惠兒小姐 Ms. Susanna Wai Yee LEE
利知行醫生 Dr. Chi Hang LEE	梁宗存醫生 Dr. Roland Chung Chuen LEUNG
梁慧思註冊營養師 Ms. Winsy LEUNG	蘇周豔屏太平紳士 Mrs. Yim Ping SO-CHAU, BBS
蘇鈞堂醫生 Dr. Kwan Tong SO	唐慧貞小姐 Ms. Mabel TONG
黃德如註冊中醫師 Dr. Louisa Tak Yu WONG	楊國晉先生 Mr. Harry Kwok Chun YEUNG
余宇超醫生 Dr. Donald YU	

中心職員

中心主任	陳藝然小姐 Ms. Cynthia CHAN	會計文員	阮紹嫻小姐 Ms. Emily YUEN
活動幹事	宋子傑先生 Mr. Matthew SUNG		

12月喬遷之喜

香港哮喘會位於上海街 402 號新會址將於今年 12 月投入服務，本會誠邀會員顧問各方好友預留時間出席 12 月 19 日之新會址揭幕典禮。

同時，更歡迎各位隨時請移玉步到新會址參觀，本會電話傳真電郵不變，屆時新會址備有各款有關哮喘及敏感教育單張、哮喘及敏感課程、師資培訓班等資訊，供市民索閱。



香港哮喘會 網站服務

www.hkasthma.org.hk

我們的網頁月前新增設「哮喘控制測試」，幫助病人做好哮喘自我管理。至今，已經超過 2,600 人次使用網上「哮喘控制測試」來評估病情，請即登入本會網頁 www.hkasthma.org.hk 試用評估測試，費用全免。此外，會員欲更新個人通訊資料，只需登入本會網頁 <http://hkasthma.org.hk/db/e2.asp>，便可將您的最新聯絡方法輸入，我們收到後便會作出更改，方便快捷。

「哮喘控制測試」幫助病人做好哮喘自我管理
最近空氣質素持續偏差，增加誘發兒童以及成年人哮喘病復發機會。

溫馨提示：

病人可透過網上「哮喘控制測試」(Asthma Control Test) 做好自我管理，只需登入本會網頁，然後按「哮喘控制指數」，簡單回答數條問題，便可得知你的哮喘或氣管敏感情況。我們建議病人最少每月評估一次，在覆診時可向醫生匯報結果，從而調整藥物劑量或治療方案。

現在，已經超過 2,600 人次使用網上「哮喘控制測試」來評估病情，請即登入本會網頁 www.hkasthma.org.hk 試用評估測試，費用全免。



「透視哮喘」網上資源

本會網頁具有大量哮喘病理、哮喘護理方法、藥物及輔助器材等資訊，由本會顧問醫生撰寫，歡迎有興趣人士瀏覽。假若您有任何關於哮喘病的疑問，歡迎致電 2895 6502 或電郵到 hkas@hkasthma.org.hk。

會員資料更新 與您保持聯絡！

會員欲更新個人通訊資料，只需登入本會網頁 <http://hkasthma.org.hk/db/e2.asp>，便可將您的最新聯絡方法輸入，我們收到後便會作出更改，方便快捷。

傳真：2711 0119

電郵：hkas@hkasthma.org.hk

網址：www.hkasthma.org.hk

地址：九龍新蒲崗五芳街 31-33 號永顯工廠大廈 A-B 座 3 樓 306 室
Rm 306, 3/F, Block A & B, 31-33 Ng Fong Street,
San Po Kong, Kowloon

機構會籍：

金會籍：阿斯利康(香港)有限公司 葛蘭素史克有限公司 美國默沙東藥廠有限公司
銀會籍：東方表行集團有限公司

查詢：2895 6502 宋先生

編輯：李孟進、陳永佳

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。

「多謝大家支持！」

【記 08 / 09 周年大會暨會員聚餐】



感動！

謝謝你們的禮物，謝謝
你們的捐款，令本會
深深感動。

本年度的周年晚會已於9月25日晚上假油麻地城景國際酒店順利舉行，出席會員及嘉賓達一百多人，氣氛熱烈投入。來賓包括創會執委、顧問醫生、專業義工、合作夥伴等，當然少不了一班忠心的義工及會員，及其家人結伴到場支持，暢聚一番。

主席譚一翔醫生在會上首先多謝大家支持，並報告了本會過去一年的工作：包括定期舉辦多元化的哮喘及敏感護理課程、會員及義工活動，更首次推出資優醫療大使計劃、網上「哮喘控制指數」測試、「控制哮喘零病徵」教育影碟及電子通訊e-News等，同時本會曾多次向政府表達關注香港空氣質素日差對病人及市民的影響。

總結過去一年，本會舉辦過活動共有 92 次，義工參與服務達 390 人次，受惠會員 14,000 人次。談到未來發展方面，譚醫生會上同時宣佈哮喘會位於上海街 402 號的新會址將於 12 月投入服務，並即場邀請會員及嘉賓預留時間出席 12 月 19 日之新會址揭幕典禮。



主席譚一翔醫生（後排右1）、執委李孟進（右2）、榮譽顧問黃德如註冊中醫師（右3）與銀行、藥廠及醫療用品公司代表拍照留念。



榮譽顧問陳念慈（左）、李惠兒（右）及執委吳詠思（中）。



義工們「撐」足全場，實在是本會福氣。





感謝來賓踴躍寫下
本會踏入20周年的
片言感受。



會員賴坤鴻
每年為哮喘
會親筆題字，
獲得全場掌
聲感謝。



在本會實旗籌款活
動中，最優秀個人
參與獎得主聖母小
學林雅儀同學因事
未能出席，由妹妹
林嘉儀與母親代領
獎品。



大獎是由尚健
送出的空氣清新機。



小朋友抽中了譚醫生送出的
名貴紅酒，譚醫生千叮萬囑
要他十多年後才可「享用」
禮物呢！



眾嘉賓及執委難得聚首一堂，立刻把握機會拍照留念。

鳴謝

禮物贊助人：譚一翔醫生、陳沛田、李惠兒、楊國晉、東亞銀行、企豪發展有限公司、尚健醫療器材公司、葛蘭素史克有限公司、美國默沙東藥廠有限公司、關心您的心周敏玉主席

捐款者：Lai Kwan Hung、丁麗娟、方淑華、李孟進、李婉武、孫偉培、梁鎮江、莫珮琳、陳以誠醫生、陳兆麟醫生、陳沛田、陳駿、勞琛琛、楊秀萍、鄭漢華、鮑紹燕、譚一翔醫生

空氣質素管理策略 進行諮詢

哮喘會促請政府關注呼吸疾病患者健康

環境保護署目前正就更新現有空氣質素指標及空氣質素管理策略進行公眾諮詢。在8月28日的諮詢會議上，署理環境保護署助理署長莫偉全詳盡解釋建議中的排放管制措施的上限及管制、交通管理、基建發展與規劃、以及提高能源效益等。

一直以來，為了保障呼吸病患者及市民整體健康，香港哮喘會支持政府一系列改善本港空氣質素的措施，並促請政府慎重考慮，不要將指標設定於低於國際水平的「中期指標1」，這指標是一些發展中的國家才採納的指標，並不能反映政府改善空氣質素的決心。我們要求政府以世衛 AQG (即空氣質素指引) 為目標，逐步減少空氣中有害物質的排放量，以兌現政府對市民的承諾。另外建議設定最少五年一次的檢討機制，成立具公信力、具透明度及客觀的獨立團體主理，以邁向世衛空氣污染指引的 AQG 為目標。

本會執委黃文熙在上述諮詢會指出：空氣質素日差增加誘發哮喘的機會，希望政府直接採納世衛標準，或至少把目標提高。他表示 SO₂、24 hr 及 PM_{2.5} 應該訂在中期目標 2 或以上，而新的環評及排放申請需要按照新標準，而現有的設施標準則須在限期內有所提升。他建議商用車輛可改動燃料系統為石油氣、設立巴士轉乘交通中心於太子，進入油尖旺各區的市民需轉乘低排放或無排放的交通工具，如電動車，以免除巴士線路重疊和提升路邊空氣質素。另外亦建議政府善用土地資源，綠化空置土地及多種樹木。



公眾諮詢期至本年11月30日，會員朋友對如何制定新的空氣質素指標、排放管制措施、推行有關措施進度等有任何意見，請向政府反映，為改善本港空氣質素出一分力。

環境保護署網頁：<http://www.epd.gov.hk/epd/cindex.html>



本會回應

救護車調派三級制諮詢

保安局在今年7月發表諮詢文件，建議：推行救護車調派分級制，緊急救護服務召喚將按優先次序分為3級；各級別的目標召達時間分別是9分鐘、12分鐘和20分鐘。按諮詢文件之論述，救護車調派服務實施分級制後，比較目前機制，最需要的人士可提早3分鐘到達醫院。

建議中的分級制，通訊中心操作員需系統地提出一系列問題，以便向召喚者取得重要資料。如召喚者未能就指引問題給予明確或具體答覆，操作員將遵從「如有疑問，即時調派」的基本原則，把不確定的召喚歸類為「級別1」的召喚，盡快調派救護車前往現場。

香港哮喘會作為本港一個病人自助組織，本會最關注是：

- * 有關政府部門如何提供足夠的訓練，讓負責接聽電話的工作人員能準確判斷病情之緩急？
- * 員工之表現會否直接影響服務效能？
- * 報案作答之病人或其家屬，在緊張危急的情況下，又能否準確理解工作人員的發問？



本會認為，一旦落實救護車調派服務分級制，政府務必加強公眾教育，讓市民正確理解指引問題；而負責接聽電話的工作人員，必須具備愛心及責任感，透過專業培訓，確保擁有足夠的知識及判斷力，有效地優先處理最緊急之病情，以避免「分錯級」的事情發生。

諮詢期至2009年11月3日，歡迎會員直接向保安局反映意見。 相關資料請看保安局網頁：<http://www.sb.gov.hk/index.htm>

全球氣候變化

增加呼吸道患者 **病發率**

香港哮喘會主席譚一翔醫生在本港首個探討氣候變化對香港社會民生影響的座談會上表示：「雖然本港並沒有一個完整數據引證氣候變化對民生影響，但在歐洲方面的數據卻明顯證實：熱浪、寒流、旱災等極端天氣變化，增加當地呼吸道患者、哮喘病人及心血管患者的病發率，同時入院及死亡率亦相應提高，對老人家的影響尤其顯著。」因此他促請與會大眾關注氣候變化，因為這會直接威脅公眾健康，是不容忽視的現象。

他說：「平均最高氣溫每上升攝氏1度，北歐大陸地區的平均死亡率將增加 1.8%，地中海沿岸地區更增加至 3.1%；而呼吸疾病的死亡率增加尤其明顯，在北歐大陸地區及地中海沿岸地區的數字分別為 6.1% 及 6.7%。因著氣候變化帶來大雨及水浸問題，霉菌的滋長亦會加速傳染病的流行。在溫帶地區，因著氣溫上升令春夏間的花粉期延長增加花粉及霉菌數量，亦令敏感症患者及花粉過敏症人士深受其害；而在熱帶地區，氣溫上升增加昆蟲傳播疾病的風險，例如大家熟悉的登革熱及流感等傳染病。」

譚醫生又指出，溫室氣體中的臭氧為市民的健康帶來普遍的負面影響，包括肺功能減弱、慢性阻塞性肺病（簡稱慢阻肺）的發病機會增加，以及呼吸病患者包括哮喘病人的入院率及死亡率相繼提升。加上臭氧與懸浮粒子產生的協同作用，大大增加為此所帶來的負面影響。

香港哮喘會主席譚一翔醫生分享氣候變化對公眾健康的影響





超過 200名與會者及聯盟代表手持橫額大合照，為哥本哈根氣候會議進行100天倒數（8月29日起計）。

長期病患者受威脅

這個名為「氣候變化對香港社會民生影響」的座談會是由香港對抗氣候變化聯盟（以下簡稱聯盟）聯同香港城市大學能源及環境學院及佳達亞太氣候研究中心合辦，於8月27日假城市大學演講室舉行。香港哮喘會是聯盟的支持團體之一，除本會主席譚一翔醫生外，出席的嘉賓及講者包括環境局副局長潘潔、發展局常任秘書長(工務)麥齊光工程師、環境保護署氣候變化政策協調課環境保護主任張子輝博士、天文台助理台長黃明松博士、香港城市大學物理及材料科學系陳仲良教授、及香港中文大學建築系林雲峰教授等。

據聯盟粗略估計，本港目前最少有一百五十萬人的生活和健康正特別受到氣候變化威脅，這批首當其衝的社群包括低收入家庭、板間房住戶、長者、長期病患者、戶外工作者等。

聯盟發言人張韻琪表示，本港受氣候影響的人數只是初步且保守的估計。氣候變化令香港氣溫上升，冬天變短和暴雨增多造成廣泛的影響，醫療成本、間接經濟損失等還沒包括在內。她表示：「香港號稱國際先進城市，但港府在應對氣候變化方面表現落伍，至今仍沒有一份全面的應對氣候變化政策，建議政府立即採取行動，才能避免香港社會承受因氣候變化所帶來的沉重代價。」

宣揚清新空氣的民間團體紛紛成立

空氣質素與我們的健康息息相關，今年3、4月間已有兩個民間團體宣告成立，包括「健康空氣行動」(Clean Air Network 簡稱CAN) 及「香港對抗氣候變化聯盟」，他們希望鼓勵公眾關注：提高空氣質素、找出空氣污染源頭及對健康影響等問題上搜集意見及向政府反映。香港哮喘會已加入上述民間組織，並就與市民健康相關議題上發表意見。

CAN正發起「爭取健康空氣」簽名行動，有興趣的會員朋友可瀏覽：<http://hongkongcan.org/chi/join-can>
查詢：2893 0213

香港哮喘會紀事 (6-9月)

中心服務及活動

健康攤位

中華基督教會香港區會家情軒「同心抗逆嘉年華」健康攤位 6/6

教育

成人哮喘護理課程 22、29/5及5、12/6

哮喘及鼻敏感護理課程基礎班 28/8、4、11、18/9

新聞回應

回應哮喘病人於游泳時懷疑哮喘發作險遇溺 15/6

回應台灣青年長服類固醇致關節骨壞死 16/7

政策倡導

回應「救護車調派三級制」諮詢文件 17/8

出席「氣候變化對香港社會民生影響」座談會 27/8 (詳見第8頁)

出席「空氣質素指標檢討」諮詢會 28/8 (詳見第7頁)

會員活動

康體活動

夜釣墨魚 5/4

馬灣方舟之旅 23/8

周年大會

08/09年度周年大會暨會員聚餐 25/9

義工活動

義工會 26/6、24/7、21/8、19/9



會議

執委會例會

3/6、9/7、13/8、17/9

中心活動會議

9/6、10/7

20周年特刊籌備會議

28/7

高爾夫球日會議

14/7、18/8

新會址籌備會議

17/6、25/6、16/7、
23/7、30/7、27/8、
3/9、8/9、16/9





要有效控制氣管敏感/哮喘，只要處理得合宜，正確使用藥物，就能減少復發機會，達至最理想的治療效果。

正確使用藥物

是控制氣管問題的重要關鍵

正確使用吸入器的方法

這些指示是根據與英國 Asthma Society 及 Friends of the Asthma Research Council 的協商而設計的。



1. 移去吸咀封套，並將吸入器搖勻。



2. 如圖中拿着吸入器，輕輕地（而不是盡量地）呼氣，然後立即...



3. 將吸咀放入口中，並合上嘴唇將其罩着如圖示，開始用口作緩慢而深的吸氣，並緊按吸入器以釋出藥物，且繼續吸氣。



4. 屏息呼吸十秒，或盡最長的時間，然後才緩慢地呼氣。

吸入藥物時是需要一定程度的技巧，若使用者未能掌握正確的用藥方法，就不能達至理想的治療效果，甚至影響日常生活，因此我們必需學識如何使用吸入式類固醇藥物。

在預防氣管敏感及哮喘復發方面，吸入式類固醇的效果比一般口服非類固醇藥物的效果更佳，其主要原因是吸入式類固醇能直達患處、見效快，但首要條件是使用正確，只要使用方法正確，大部份能達到最佳效果。

處理氣管敏感及哮喘，一般可分為急性發作處理及預防復發兩方面。在急性發作時，一般會採用吸入式或口服氣管擴張藥，以舒緩咳嗽、氣喘等徵狀。至於預防方面，一般會採用吸入式類固醇或口服非類固醇兩種，據國際指引，使用吸入式類固醇已是現在預防小兒氣管敏感及哮喘復發之一線藥物。

使用得宜 生活如常



倘若需再多吸一劑，便應等待至少一分鐘後才重做第二、三及四的步驟。
用後將吸入器蓋好。

只需回答以下問題，就有機會獲得由葛蘭素史克有限公司送出吸入輔助器一個。

問題：在使用吸入器吸入噴霧後，要最少維持_____秒。

填妥資料後請傳真至 2711 0119「香港哮喘會」 截止日期：2009年12月31日（得獎者將由專人通知領獎）

Aerochamber 吸入輔助器



名額50個，
先到先得，
送完即止。

姓名：_____ 年齡：_____ 聯絡電話：_____ 電郵：_____

地址：_____

會員優惠

預防流感 疫苗注射服務

流感高峰期將至，今年本港市民對流感疫苗的需求也較往年關注。為確保哮喘會會員及家人得到適當的健康保障，本會將於11-12月期間推出「流感疫苗注射服務」，以最優惠價錢為有需要的會員朋友提供注射疫苗服務，對抗流感。

活動日期：2009年11月1日 - 12月31日

對象：本會會員及家屬

(8歲或以下小童需注射兩枝流感針方為有效，注射第一針與第二針的時間相隔約3星期，請家長自行決定是否讓子女注射，兩次注射費用為\$180)

會員優惠

\$90

【報名及查詢】
2895 6502 宋先生

空氣清新機

PHILIPS
sense and simplicity

獨特四重空氣淨化系統

(前層濾網 - 全效濾網 - 活性炭濾網 - HEPA濾網)

有效過濾塵埃、花粉、細菌、病毒、甲醛苯及阿摩尼亞

榮獲英國過敏症基金會認可



會員每部

**減收
\$500**

藥物霧化器

medel
for your health

舊換新六折優惠

PRO 專業型藥物霧化器

原價 \$1,300 換購價 \$780

FAMILY 家用藥物霧化器

原價 \$680 換購價 \$408

CLENNY2 便攜式藥物霧化器

原價 \$1,250 換購價 \$750



會員六折
換購方法

- 即日起至2009年12月31日止
- 請致電任何一間尚健醫療之家登記換購
- 領取綠卡人士，請聯絡香港哮喘會，名額有限
- 換購時請出示有效之香港哮喘會會員卡
- 優惠期間，會員於尚健醫療之家購買哮喘相關產品均可獲得八折優惠



尚健醫療器材公司
CELKI MEDICAL COMPANY
A member of the worldwide VitalAire network



香港區

銅鑼灣軒尼詩道489號銅鑼灣廣場1期21樓2102室
中環皇后大道中33號萬邦行10樓1005室

電話：2915 3388

電話：2522 6811

九龍區

尖沙咀彌敦道28號亞太中心9樓904室
旺角彌敦道686號旺角中心第一座18樓1821室

電話：2191 9122

電話：2395 2300

新界區

沙田橫壙街2-16號沙田中心商場3樓52D舖
屯門青松觀路屯門醫院地下大堂C-D舖
元朗泰豐街1-5號遠東樓4號地下(大榮華酒樓側)

電話：2692 8666

電話：2453 3686

電話：2443 3554

澳門

澳門俾利喇街1號C及D舖(鏡湖醫院急診斜對面) 電話：2836 6039

**現已
接受報名**

第二屆「揮走哮喘，愛心常在」 2010慈善高爾夫球日

香港哮喘會將於明年一月二十日假棕櫚島高爾夫球會舉辦第二屆「揮走哮喘，愛心常在」2010慈善高爾夫球日，主要為籌建新的哮喘及過敏症資源中心、推展服務以致支援更多哮喘及過敏症病人及其家人，並為哮喘及過敏症公眾教育計劃籌募經費。歡迎熱心行善的高爾夫球愛好者參加這個充滿意義的活動。

活動日期：2010年1月20日（星期三）
活動時間：早上7:30從香港出發・晚上6:30離開棕櫚島
活動場地：廣東省深圳市東惠陽區棕櫚島高爾夫球會
比賽形式：比桿賽
計分方法：新新貝利亞
截止報名：2009年12月18日（星期五）
參加費用：每人HK\$2,500
（包括果嶺費、球值、球車、儲物櫃、自助午晚餐、旅遊車接送）
查詢：2895 6502 Cynthia Chan

全新護理課程

2009 親子水療班

想鍛鍊小朋友的心肺功能？提升體質、靈活性及自信心？
歡迎家長與小朋友一同參加本會全新推出的「親子水療班」。

【課程內容】

由專業物理治療師主理，小組教授，利用水的浮力和阻力，配合浮泡器材進行水中運動，讓小朋友嘗試平時在陸上較難做到的活動。

有助改善肌肉力量

提升身體協調能力

訓練平衡

鍛鍊心肺功能

日期：11月7、14、21日（星期六・共3堂）
時間：中午12時至下午1時（11月21日中午12時半至下午1時半）
地點：九龍藍田復康徑7號地下
香港復康會適健中心 室內暖水水療池（港鐵藍田站D1出口）
對象：6-12歲小朋友，特別歡迎哮喘病童參加
每位小朋友必須聯同家長一起報名
名額：5對家長及小朋友
費用：會員 - 每對家長及小朋友 \$480（共3堂）
非會員 - 每對家長及小朋友 \$680（共3堂）
（包括導師、場租及器材費用）
查詢：2895 6502（宋先生）

**尚餘
少量名額**



會員活動花絮

夜釣墨魚 7月4日

深受會員歡迎的夜釣墨魚活動，今年參加人數再創新高，共有40位會員朋友參與。在尖沙咀碼頭集合後，大伙兒乘遊艇前往西貢近將軍澳海域，大家先吃過自助晚餐，便急不及待拿著魚排到遊艇兩旁開始垂釣。不到一會，一聲高昂的歡呼聲：「釣到喇！釣到喇！」就帶領著大家進入「狀態」。雖然活動中途下了一場雨，但反而令一度沒有收獲的情況扭轉，先後共有廿多隻墨魚上釣，讓大家在回程時可品嚐到新鮮墨魚的美味。



馬灣方舟之旅 8月23日



馬灣方舟是新興的熱門旅遊景點，不禁令人擔心會否如傳聞般，要排很久的隊才可以進場參觀？到步後，意外地發現人數未如想像中多，甚至不用排隊就可以進場參觀，加上當日天朗氣清，最適宜影靚相，真是一個Lucky Day！我們主要參觀方舟內的多媒體展覽館及方舟花園。多媒體館內除了看到很多關於挪亞方舟的資料與影片外，還可以看到在城市中難得一見的變色龍和螳螂，以及珍貴的史前化石，新奇有趣，的確令人留連忘返呢。



「任食」燒烤樂

秋天好節目，莫過於與好友一同 BBQ！

今次哮喘會帶你去元朗錦田鄉村俱樂部嘆 BBQ自助餐，除了燒烤外，還可參加多種自費活動，如釣魚、射箭、單車、兒童彈床、摘士多啤梨等。燒烤後再去黃金海岸，一同漫步海灘，遊覽市集風情，人生一樂也。

日期：11月22日（星期日）
時間：早上十時至下午五時
集合解散：九龍塘理想酒店門外
收費：會員 \$110 / 非會員 \$120
（費用包括自助餐及旅遊巴接送）
名額：60人
報名：2895 6502 宋先生

10月31日前報名及交費

**4人同行
可獲9折優惠**

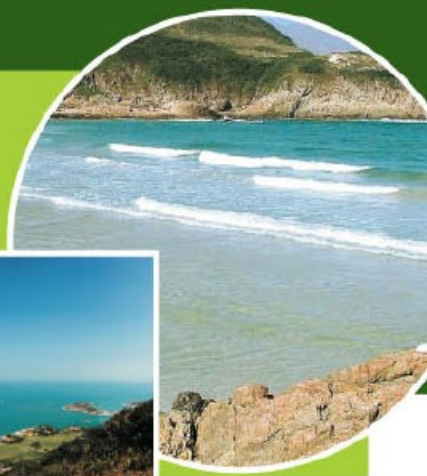
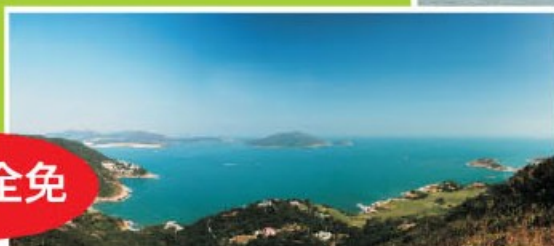


樂行大自然 小西灣至大浪灣

行山不但可以舒緩平日工作緊張的心情，病患者更可透過步行鍛練改善心肺功能。是次行山活動在小西灣出發，沿途欣賞哥連臣角、砵甸乍山、大浪灣石刻及石澳風光。

日期：11月8日（星期日）
集合地點：小西灣藍灣廣場巴士總站
時間：上午十時至中午十二時三十分
難度：初級
報名：2895 6502 宋先生

費用全免



鳴謝 擺放捐款箱機構

為推廣本會服務，我們一直在不同診所及機構擺放捐款箱以收集善款。除感謝以下診所及機構騰出地方擺放捐款箱外，更感謝曾出力捐贈善款支持我們的朋友。

利知行醫生
梁宗存醫生
趙永醫生
蘇淳義醫生
莊生中西藥房

李永健醫生
陳真光醫生
盧柏參醫生
天福大藥房
華富中西藥房

李國祥醫生
陸偉亮醫生
賴奇偉醫生
尚健醫療器材公司
鴻運大藥房有限公司

殷錦新醫生
黃漢威醫生
譚一翔醫生
健匯中西藥房
Wilson Parking Ltd.



歡迎各界醫生及零售店同為哮喘病人出一分力

若有興趣放置本會捐款箱人士請致電 2895 6512 與陳小姐聯絡

更正啟示：上期會訊第十頁中心服務及活動，「健康幼稚園328嘉年華」之主辦單位應為大埔禮賢會幼稚園與大埔浸信會幼稚園運頭塘分校。特此更正，倘造成不便，敬請見諒。

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, 60歲或以上長者 HK\$40)

☐ 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
 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, 寄回九龍新蒲崗五芳街31-33號永蘭工廠大廈A-B座3樓306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 am willing 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 "The 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: _____