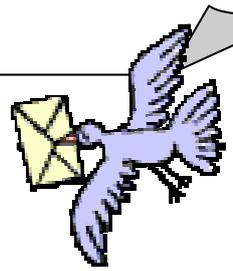


### ~前言~

腦同盟是我們一群腦科病人，本著互相幫助，互相扶持的精神所組成的。因此我們的會刊 [通訊站] 便成為彼此交流的渠道之一，各位如有意投稿，請電郵 [neuro\\_united@hotmail.com](mailto:neuro_united@hotmail.com) 或寄香港郵政信箱 3484 號通訊站編輯收。如有查詢或欲加入成為本會會員，可致電**腦同盟熱線電話 25602102** 聯絡本會職員何秋芬小姐，好讓本會為大家解答及服務。本會之主要活動及服務包括自助訓練小組、醫院探訪、家居探訪、醫學及復康專題講座、聯誼活動、郊野遊趣及會員通訊等；或可瀏覽本會網頁 [www.nuhk.org](http://www.nuhk.org)。又本會現增設**意見收集組**，來函請寄七姊妹郵政局郵政信箱 60108 號。

## 腦同盟新聞



秋意漸濃，有此美好舒適的天氣，感謝造物主的恩賜。

兩年一度的執行委員會委員選舉活動將至，為腦同盟盡一分力，希望你們推選賢能之仕擔任新一屆委員，亦為腦同盟作一份會員的責任，藉此感謝各會員過往為腦同盟所作的貢獻。

隨今期會訊附上「2007 至 2009 年度執行委員會選舉細則」及「提名表格」，請細閱後，填寫心目中人選，把表格郵寄或傳真至本會，請留意截止日期(10月16日前)。在11月18日腦同盟周年大會中進行選舉，大家記緊到來支持。

為了統計新年度的會員人數，呈交社會福利署，所以亦很希望你們把「續會通知」表格，填寫後一併寄回。

在十月份開始，歡迎各會員在每月的執行委員會中列席，我們例會是每月第二個星期日上午10時至12時30分，如有興趣者，必須在會議兩星期前致電本會職員報名，但每區只接受一位列席(照顧者不計)，每次不多於六位人士。

若對上述提及的資料有任何問題，歡迎致電本會查詢。

好消息！！

## 《腦同盟第十三屆會員大會暨晚宴》

活動目的： ~ 讓新會員與各會員互相認識交流  
~ 藉此促進各參加者之間的友誼

內 容： 5 時正接待，準 7 時 30 分開席

日 期： 2007 年 11 月 18 日 (星期日)

時 間： 下午 5 時至晚上 10 時

地 點： 怡苑海鮮酒家 (香港鰂魚涌英皇道 668 號健康邨第二期地下)  
(鰂魚涌地鐵站模範里 C 出口)

人 數： 200 人

費 用： 會員：\$100 非會員：\$140 綜援會員/一位綜援會員照顧者：\$50

對 象： 腦同盟各會員及其家屬 (請踴躍參加)

截止報名日期： 2007 年 10 月 31 日 (星期三)

查詢及報名： 2560 2102 (敬請各會員準時報名)



- 備 註：
1. 本活動設有復康巴接載參加者，如需復康巴士接載者，請於報名時清楚說明接載地點及乘車人數〔輪椅使用者優先〕。
  2. 報名一經確實，無論參加者當日出席與否，都必須全數繳付當天活動費用。
  3. 所有乘坐輪者，請盡量與家人陪同出席。
  4. 由於名額有限，所有在活動報名截止期後或額滿後，報名者皆列作後備名單處理。
  5. 如天文台於集合時間前兩小時仍然懸掛紅色暴雨警告、黑色暴雨警告及三號或以上風球，是日活動即告取消。
  6. 是次活動部分之開支獲得社會福利署基金贊助。



# 【 腦深部電極刺激術的新發展 】

瑪麗醫院腦外科主管 洪君毅醫生



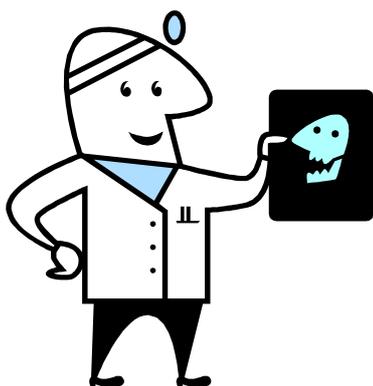
腦深部電極刺激術 (Deep Brain Stimulation, DBS) 在九十年代開始普遍應用。原理是用立體定向方法，把電極植入腦部深層，通過電刺激細胞，改變細胞的輸出訊號以控制病徵。該技術最先使用於帕金森症的病人，以紓緩病徵，減少行動不便對日常生活的影響。電極刺激丘腦的腹中間核 (Vim)可控制顫震；蒼白球內側(Gpi)可控制肌強直、運動緩慢和藥物引起的不自主運動；丘腦底核(STN) 可減少顫震、肌強直、運動緩慢和間接減低藥物引起的不自主運動。所以以 STN 刺激術最為廣泛使用。

近年來腦深部電極刺激術的研究擴展到其他腦科疾病。在典型的原發性扭轉痙攣，該類病人多為兒童及少年，嚴重的不能走路或站立，痙攣更會引起肌肉痛楚和骨骼變形。電極刺激蒼白球的內側部份，尤其在 DYT-1 遺傳因子呈陽性反應的病人，可獲得非常好的效果。電極刺激可以減低痙攣，恢復病人站立或行走的能力，減低病人日常生活對家人的依賴。

近來媒體的廣泛報道關於腦深部極刺激術在持續性植物狀態(俗稱” 植物人” )的病人使用，引起了不少的關注。在 2003 年日本有研究顯示有少部份的病人出現覺醒反應，通常要經過 6-12 個月的刺激才可判斷電刺激的效果。電生理學評價如腦電圖、誘發電位等可幫助預測病人對治療的反應。

腦深部電極刺激術的應同用研究在治療癲癇症和精神病亦有新的發展。國內曾報告用腦深部電極刺激術幫助病人戒除毒癮。在外國亦有使用 DBS 治療抑鬱症和強迫症。DBS 亦能幫助部份患長期痛症的病人。

DBS 雖然有可逆性，不會對腦細胞造成永久性損害和可以因應病人的需要隨時調校，但由於硬件成本高昂，和需要特別的植入技術，所以目前尚未能普及使用於腦科病人。希望將來有新的技術可增加電池的使用期和降低硬件的成本，可以令更多的病人受惠。



## < 一人一故事 > 徵文比賽

「腦同盟」現正呼籲各會員投稿，得獎獎項將於週年大會頒發，希望藉著每一個奮鬥的故事來鼓勵其後的同路人，希望他們能保持不滅的鬥志，以達志互助互勉的目標。

**故事題材：**每病友各自奮鬥的經歷，由病發至今的歷練，當中包含辛酸、無奈、無助的感受。

**截稿日期：**2007年10月31日

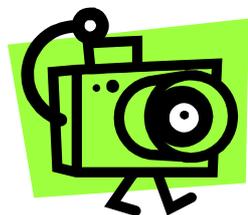
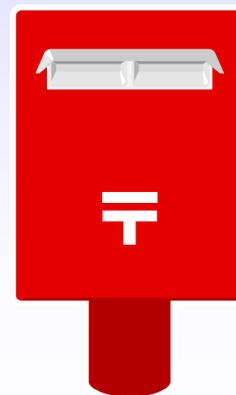
**獎品：**金獎 — 獎座 + \$300 超市禮券 (一名)  
 銀獎 — 獎座 + \$200 超市禮券 (一名)  
 銅獎 — 獎座 + \$100 超市禮券 (一名)  
 優異獎 — 獎牌 + \$50 超市禮券 (多名)

**備註：**1) 來稿約 500 字至 800 字；

2) 得獎作品將於 2007 年 11 月 10 日致電通知該會員；

3) 得獎作品將分批刊登於通訊站；

4) 所有得獎作品由評審委員會甄選及決定。



## 2007年度10月至12月活動



戶外活動	10月27日至28日	西貢戶外康樂中心宿營
會員聚餐	11月18日	會員大會暨晚宴
健康錦囊	10月23日 11月27日	職業治療 帶氧運動 
閒談個半鐘	10月8日 11月5日 12月3日	 語言治療師與會友間談
物理治療	10月2日 11月12日	物理治療師教導復康運動

# 健康飲食篇

## 健康飲食篇

### (12) 雜菌什錦湯

材料：

新鮮冬菇	10 隻
靈芝菇	1/2 杯
新鮮白菌(磨菇)	10 粒
芥蘭莖	1/4 杯
隨意加入冬瓜、勝瓜等	
素上湯	4 杯
鹽	1/2 茶匙
天然醬油	1/2 茶匙
可隨意調較	



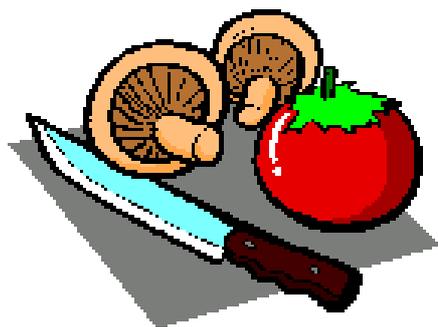
做法：

- (1) 雜菌去泥，清洗後，備用中。
- (2) 芥蘭莖切片，飛水，冬瓜和勝瓜切小丁。
- (3) 將冬瓜和勝瓜放入素上湯內煮後，加入雜菌煮至大沸。
- (4) 拌入調味及芥蘭莖，即成。

### (13) 西班牙飯

材料：

糙米(熟)	5 杯 (糙米要預先浸 3 個鐘頭後再當平時煲飯的做法)
新鮮/罐裝蕃茄	1-1/4 杯
蕃茄醬	2/3 杯
三角豆(隨意)	1 杯
水	3/4 杯
洋蔥(切碎)	1 杯
青椒(切碎)	1/2 杯
甜蘿勒	1 茶匙
鹽	1/2 茶匙



做法：

- (1) 除飯及豆外，用水將所有用料煮至菜軟。
- (2) 加飯及豆，再煮 15 分鐘即可或以 350 度焗 30 分鐘(沒蓋)。用焗爐飯會比較固定。

食譜提供者：Ms Annie Ng

# 免費乘搭車船日

2007 年國際復康日的「殘疾人士免費乘搭車船暨享用文康設施日」，已訂於今年 11 月 25 日(星期日)舉行。

當日我們持有「殘疾人士登記證」(舊證也仍可使用)，與一名陪行者，同可享用以免費乘搭交通工具及使用文康設施。

除了免費乘搭大部份的交通工具，還可免費享用康樂及文化事務署轄下的文康設施，包括博物館、室內體育館、壁球室、網球場及暖水游泳池等。有關乘搭車船細則及《使用說明》，將在 10 月期間上載於社會服務聯會網頁〈[www.hkccss.org.hk](http://www.hkccss.org.hk)〉，以供參閱。若本會會員未換取新的「殘疾人士登記證」，或對有關換領的查詢，可致電 2509 4891、2509 4904 或 2509 4905 與衛福局聯絡，或瀏覽該局康復服務中央檔案室網頁：

〈[www.lwb.gov.hk/download/services/other\\_services/crr-application.pdf](http://www.lwb.gov.hk/download/services/other_services/crr-application.pdf)〉



## 添寧尿失禁關懷小組信箱

問：何姑娘，我是個中風的病患，40 餘歲，男性。因本人有尿失禁問題需整天穿著紙尿褲，晚間需作頻密的更換(2 - 3 次)，不然很容易有漏尿情況；有煩家人替換及令致各人睡眠不足。本人深感懊惱，現請教有什麼失禁用品可改善本人的狀況？

MK Chan 上

答：陳先生，您好。夜間睡眠對病患和其家人都很重要，很多失禁患者也和你一樣有此煩惱。如失禁患者夜間得到充足睡眠，可改善身體狀況並維持日間正常食慾，且在日間較為清醒而減少跌倒發生。而源用一般吸收量(2,000 cc)的尿褲，在夜間可能需作更頻密的更換才不致漏尿。建議可考慮使用添寧夜用型成人紙尿褲，因市場上有此特高吸量(3,900 cc)的尿片多，其備用時間可長達 10 小時。而其獨特快速導流乾爽網層的效果也很理想，令用家不覺濕漉而照顧者亦可安心。用夜半替用家更換，好讓雙方的睡眠不受干擾。因此睡眠質量自然能提升；個人精神更飽滿，身心更健康。

何姑娘 覆字



歡迎腦同盟會友來信或致電垂詢，聯絡電話：2163 2899

傳真：2797 8340

☀ 2007年8月至2007年10月新會員名單 ☀

余玉崑 陳少華 潘綺雯 何潤餘 鄒翠玉 李珠煥  
吳 榮 李 常 蕭瑞升 馬世安 聶小雲 戴向凝  
周浩堅 劉志偉 張得城 林盛影 郭淑玉

☀ 2007年8月至2007年10月捐款名單 ☀

壹佰元以上 ----- 蔡慧姮小姐 張美卿女士 黎永昌先生  
黎詠琪小姐 李 常先生  
壹仟元以上 ----- 區璟梅小姐

~~~~~  
**腦同盟** 是各腦友的大家庭，通訊站就應該成為腦友們彼此交流意見和心得的渠道。下期的通訊站將於**二零零八年一月**出版，為增強及充實本通訊站之內容，歡迎各腦友及義工投稿。稿件限500字，編委或會修改投稿的內容和挑選刊登。請於**十二月中**前寄回**腦同盟香港郵政信箱3484號**或傳真致**2967 6750**



各位會員記得投稿喇！

### 捐款表格

「腦同盟」乃病人自助組織，極需社會人士的慷慨捐獻。有意捐助者，請填妥下列表格。

捐助人姓名：\_\_\_\_\_ 性別：\_\_\_\_\_ 電話：\_\_\_\_\_

聯絡地址：\_\_\_\_\_

(捐助港幣一百元或以上者，可憑收據申請扣減稅項)

本人現捐助 (請在合適方格加上 ✓ 號)

\$100  \$200  \$500  \$1000 其他 \$ \_\_\_\_\_

付款方法：

1. 用劃線支票，抬頭寫上「腦同盟」；
2. 將捐款存入「匯豐銀行」戶口 (004-600-819932001)。

然後將支票或入數紙，連同此表格，寄往香港鰂魚涌英皇道 1120 號康山花園第六座地下「腦同盟」收或香港郵政信箱 3484 號。

## 腦同盟名譽顧問團

贊助人：方心讓醫生(太平紳士)

名譽顧問：馮正輝醫生 范耀華醫生 洪君毅醫生 溫潔貞女士  
李樹梅女士 周惠萍小姐 區潔萍女士 陳欽亮先生  
鄭敏慧女士 鄭國華先生 林秀菊女士 馬清秋小姐  
陳婉玲小姐 王許秀蓮女士 呂幼蓮女士  
會務顧問：陳文泰先生 潘友為先生  
法律顧問：張惠芳律師  
名譽核數師：張潔艷小姐

## 第十二屆委員名單

行政主席：關景賢先生 副主席：湯偉平先生 梁達年先生  
秘書：楊玉嬋小姐 財政：劉玉冰小姐  
委員：容爾堅先生 容黃偉萱女士 陳德全先生 莫美群小姐  
梁耀明先生 劉錦碧小姐 黃海燕女士 黃偉茜女士  
李麗明女士 張金美女士 張燕燕女士 伍寶友女士  
楊雨恩先生 周偉良先生 劉瑞初先生  
區長：柴灣、筲箕灣、鰂魚涌區 — 溫傳滿華女士  
北角區 — 劉瑞初先生 灣仔區 — 張燕燕女士  
中西區 — 陳德全先生 南區 — 梁耀明先生

通訊站編委：容爾堅、容太、莫美群、黃偉茜



### 腦同盟通訊站

### Neuro United Newsletter

G.P.O. Box 3484, Hong Kong

※本刊由添寧成人紙尿褲產品公司贊助印刷及郵費※