

### ~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@ymail.com](mailto:neuro_united@ymail.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)。歡迎對本會提供意見，來函請寄香港郵政信箱 3484 號。



## 腦同盟新聞



- (一) 本會 19/9 早上於灣仔名爵舉行中秋節聯歡茶聚，筵開 9 席，酒家裝璜華麗，點心味美，眾會員談笑甚歡。
- (二) 中文大學醫學院為予醫學生對未來職業所面對的情況有更深入的认识，安排學生訪談本會會員吳永傑、李樹人、鄭志中、張燕燕、葉寶儀，謹此致謝五位會員參與。
- (三) 本會五月於東華東院開展病房探訪服務(每月第三個星期二上午)，瑪麗醫院病房探訪服務亦於十月開始(每月第三個星期一下午)，會員若有興趣參與此服務，請與本會職員聯絡。
- (四) 2015 年國際復康日為 11 月 8 日，是日各會員持有「殘疾人士登記證」與一名同行照顧者可免費乘搭車船、免費參觀博物館、免費使用暖水游泳池及遊覽香港濕地公園，其他免費設施請留意報章消息。
- (五) 本會有幸邀請得黃震遐醫生為本會顧問，黃醫生為腦神經科專科醫生，香港腦科基金會主席，曾任南區區議員及香港立法局議員，在此非常感謝黃醫生。
- (六) 11 月 15 日是本會週年大會晚宴，請各會員踴躍參加，共慶本會成立 23 週年。

## 《腦同盟第十七屆會員大會選舉暨晚宴》



日期：2015年11月15日(星期日)

時間：下午5時至晚上9時30分(5時正接待，7時開席)

地點：御名軒 --- 香港天后電氣道22-52號金殿大廈1樓  
(港鐵天后站A2出口)

餘興節目：樂隊唱懷舊歌曲、舞蹈、抽獎等

人數：200(名額有限，會員優先)

費用：會員：\$150 非會員：\$200 綜援會員：\$100

對象：腦同盟會員及其家屬(每家庭最多4人)

報名日期：2015年10月20-30日

查詢及報名：2560 2102



- 備註：
1. 本活動設有復康巴士接載有需要會員，先到先得，(每家庭最多提供兩個座位)。
  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，亦不得將活動名額私自授予其他人士，必須通知職員交由執行委員會集中處理。
  3. 所有乘坐輪椅者，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. 是次活動部份之開支獲社會福利署撥款贊助。
  7. 如有爭議，本會保留最終決定權。





# 健步行相片

每次前往不同地點，主要是容易到達之步行徑。會員若有興趣參與此活動，  
請與本會職員聯絡



鴨脷洲風之塔公園



金紫荊廣場



坪洲



山頂



長洲

# 『生命強者』—— 鄭紅有

何兩本筆錄

圍堵中國、歐債危機、雨傘運動、港大選副校長、鉛水事件...，支持和反對的雙方都各有自己的理據，誰是誰非，實難判斷，而這些所謂「新聞」卻天天佔據著各種傳媒空間。小市民為求安穩，祇想有啖安樂茶飯，亦極不容易！對於長期病患者，抽血、心電圖、磁力共振、電腦掃描、物理治療、覆診...，每天都被這些醫學名詞塞滿了日程表，擠得連吃飯也沒有多少空間，也極不容易！

鄭紅有——常常帶著棒球帽子，外表十分年青的小伙子，原來已經是在病人大軍裡的老將了！中一升中二的那年暑假期間，紅有覺得不對勁，全身乏力，行路時左搖右擺到過幾個醫生處求診，連眼科醫生也看過了，誤以為是近視加深了所致，但情況仍然沒有改善。朋友介紹到急症室求診，接受了電腦掃描檢查，檢查報告顯示在頭顱裡長著一個腫瘤，尤幸這腫瘤是屬於良性的。由於腫瘤位置是處於儀器難以到達的角落，醫生不敢貿然使用傳統手術割除，反而建議植入一個人工「水泵」，將腦液引流，以減低顱內壓力；手術後還要接受為期兩個月、每週兩次的電療（放射性治療），以防止腫瘤成長和轉移。完成了各樣治療和得到充份的休養，紅有終於可以高高興興地回到昔日的校園，繼續升學。好不容易完成了中學課程，紅有就投身於爸爸所開設的裝修工程公司，協助打理工地的事務和材料運輸工作，工作所須的體力勞動量不太，對自己的工作表現亦算頗為滿意。男大當婚，女大當嫁，紅有到了適婚年齡，朋友介紹下認識他的另一半，經過一段時間的交往和認識，大家都確認和承諾了將對方視為終生伴侶，在親友面前共諧連理，訂下誓盟。過了一段平安和平淡的日子後，有一次和太太到深圳探親，又覺得手脚酸軟乏力，行路時難以保持平衡，左搖右擺。急忙中立即到附近醫院求診，由於欠缺合適的醫療設備，這裡的醫生亦表示愛莫能助。無計可施的情況下，祇好安排回港，到伊利沙伯醫院求診，做了顯影掃描的檢查，報告裡顯示在腦裡生著一個纖維瘤，醫生隨即安排做手術。手術成功地將腫瘤割除，休息了一段短時間便可以獲准回家，重投昔日的生活當中，紅有和太太亦誕下他們的愛情結晶，過著幸福小家庭生活。

童話故事裡的王子和公主通常都是經過了重重困難後就可以快活地生活著，但紅有和太太的經歷卻不是這樣，在女兒長到歲半時，太太要返鄉間辦理一些事務，乘電單車時不小心摔了下車，頭部受創。紅有得知這事後，隨即趕回鄉間探望，但他趕到之前太太經已返魂乏術了！慘遭突變，任何人都無法按捺心中的傷痛，正所謂一波未



平、一波又起，紅有強忍著內心撕裂之痛，深深慨歎造物弄人，大好家庭竟然破落到如此地步。人常道「笑又是做人，哭也是做人，何不笑著做人呢？」欲哭無淚的紅有祇好寄情工作，咬實牙關過日。天無絕人之路，患難見真情，家中各人都伸出援手，提供細心的幫助，姊姊還安排她的家傭協助照顧女兒，日子總算應付得過去，平淡而充實，也滿載著溫情。2008年，女兒升讀小二那一年，命運之神再次將紅有放在危難險境之中，而今次患的是肺結核。為求控制病情和防止擴散，紅有被安排入住聯合醫院的隔離病房，經過一連串檢查，驗痰、種菌，得出結果是受到一種肺結核菌的感染，紅有要連續接受九個月的口服藥物治療，漫長療程有如電影的慢動作一般，日子一天一天地過去，總算也完成了，康復情度相當理想，抹一額汗之餘，心存感恩，又算捱過了一關。及後有一次例行檢查和覆診時，醫生再次驗到紅有腦裡面正生長著一個初期的腫瘤，幸而還未發展到須要立即處理的地步，醫生建議再觀察一段時間，靜觀其變，再作打算。直至到又一次覺得混身無力和胸口痛，再次求診，醫生也祇是調較一下藥物份量，並沒有提出甚麼具體療效和積極的治療方案。經過多次的起起跌跌，身體狀況大上大落，紅有亦能夠安然面對，再加上香港醫療制度和醫護團隊是有效率和值得信賴的！



人生就是一個學習的進程，每一個人生階段都會遇到須要學習的地方。經一事，長一智，自己就是自己的老師！也有人將人生不如意的際遇視為一個嚴苛的老師，甚至是國家隊運動員的教練，捱得過他這關，就有機會問鼎奧運金牌了。身處禍患漩渦裡的紅有經歷過多次患病和治愈的起起跌跌之中，有一段時間也把自己收藏起來，避免與人接觸，減低再次受到傷害。幸而他在這時認識到一班曾經身心受創的同路人，透過一起遊玩、一起參加活動，互相支持，過了一段時間，紅有就可以慢慢地從傷痛的幽谷裡從新站立起來。

筆者在訪問紅有時，亦感受到從他身上散發出來的一股香氣，而這種香氣正是擁有頑強生命力、不會輕易而言敗、更不會甘心降服在困難面前的人所獨有的氣質。筆者期望藉著這篇文章祝福各位腦同盟的盟友和他們的照顧者，在苦難中有平安，在困苦裡有甘甜，在禍患裡得拯救！

親愛的「腦同盟」會友：

### 2016–2018 度續會事宜

按會章規定，所有會員每兩年須辦理續會手續。為減省手續，委員會自動為各會員續會，會員若不打算續會，請於 11 月 1 日前致電 2560 2102 通知職員退出本會。退會後你將不能以會員身份參加本會活動，本會亦停止寄上本會通訊。

「腦同盟」委員會謹上

## 腦健康微博



### 高血壓必須服藥？

問：我丈夫今年 56 歲，體檢後發現患有高血壓，是否必須服用降血壓藥？血壓穩定後是不是能夠停服？如果不用藥物治療，有非藥物的治療方法嗎？

答：隨年紀增長，因血管老化而患上高血壓的風險，亦愈來愈高。其實，醫生在考慮高血壓病人的治療選擇時，主要會考慮幾點，例如患者本身的血壓指數——若其血壓指數並非嚴重超標，又無其他慢性疾病等風險因素（例如糖尿、高膽固醇等）或是家族病史如心臟病、中風，醫生是可以先讓患者嘗試以一些非藥物的治療方案，例如健康飲食模式（特別是減少鹽分攝取）、適量運動及減低生活壓力等，觀察患者一段時間，了解血壓水平有否因此改善。

另一方面，若認為患者透過改善生活及飲食習慣，從而改善血壓水平的「空間」已經不大，又或是他們已出現各類併發症，例如器官受損如心肌肥厚、蛋白尿、視網膜病變等，或嚴重相關疾病如心腦血管病、糖尿病和腎病等，則醫生傾向及早用藥，避免病情對健康造成進一步破壞。若用藥後血壓水平得到改善，代表治療有效，建議遵照醫生指示繼續療程，切忌擅自停藥。

明報健康版（讀者 mail box 3/3/2014）

## 【最新報告】

新會員名單：吳安東 吳綺玲 鄭惜芝 張紹梅 鄭燕芳 黃萬千  
張志剛 王秀好 梁冠輝

捐款者名單：壹仟元以上 ---- 區環梅小姐

壹佰元以上 ---- 葉玉群女士 羅碧生先生 張素華女士  
潘永濂先生

去世會友：鄧遠瑞先生

~~~~~  
**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 **2016年1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 **12 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

## 腦同盟名譽顧問團

贊助人：方津生醫生

名譽顧問：馮正輝醫生

浦勤孫醫生

區潔萍女士

林秀菊女士

呂幼蓮女士

名譽主席：關景賢先生

法律顧問：羅紹佳律師

范耀華醫生

方道生醫生

陳欽亮先生

溫潔貞女士

洪君毅醫生

李樹梅女士

鄭敏慧女士

陳婉玲小姐

呂偉文醫生

周惠萍小姐

鄭國華先生

王許秀蓮女士

會務顧問：陳文泰先生

潘友為先生

名譽核數師：趙雅穎先生

## 第十六屆委員名單

主席：周偉良先生

副主席：(內務)溫星池先生、(外務)梁啟芳女士

秘書：張燕燕女士

財政：劉玉冰小姐

委員：梁耀明先生

黃海燕女士

溫傳滿華女士

李慕雲女士

何雨本先生

何鳳女女士

區長：南區 — 梁啟芳女士、梁耀明先生

中西區 — 李慕雲女士、譚淑冰女士

灣仔區 — 張燕燕女士、張用妹女士

北角區 — 劉瑞初先生、林文清女士

筲箕灣、鯗魚涌區 — 溫星池先生、溫傳滿華女士

柴灣區 — 何鳳女女士

**通訊站編輯：**周偉良、溫星池、梁啟芳、何雨本



※本刊由添寧成人紙尿褲產品公司贊助印刷及郵費※