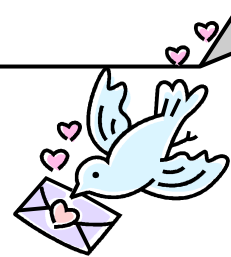


~前言~

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 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。歡迎對本會提供意見，來函請寄西營盤郵政局郵政信箱 50421 號。



腦同盟新聞



- (一) 本會第 17 次委員會會議通過第十四屆(2010-2012 年度)委員會選舉採用內閣競選形式。周主席已邀請陳文泰先生、潘友為先生及關景賢先生成立選舉委員會，詳細請參閱附件
- (二) 最近有會員使用個人資料(私隱)條例向本會要求查閱個人資料，根據條例，本會可徵收適度費用，經各委員商討後通過每次徵收\$200 作行政費，若遺失補領同樣收費。
- (三) 在 3 號風球除下後，本會於 6 月 28 日(星期日)舉行「海防博物館及美食一天遊」，當日雖天氣欠佳，亦沒有影響會員心情，本會謹致謝意及希望各會員繼續踴躍支持。
- (四) 「實用普通話初階」課程已於 2009 年 6 月 25 日至 8 月 13 日舉行，吸引十餘會員參加，時間逢星期四下午 2 時至 5 時，期間「聊天室」活動暫停，8 月 20 日才恢復正常。
- (五) 「健康錦囊」已邀請葉旭祥中醫師講述中醫對腦血管病的認識、相關病患者的穴位治療、自我護理、食療及養生等一系列講座，於 2009 年 7 月至 9 月舉行。另外，由麥理浩復康院言語治療師鄭敏慧姑娘教授對有說話及思考困難的會友舉辦之「閒談個半鐘」，亦於 2009 年 7 月至 12 月舉行。有興趣報名者可致電 25602102 與本會職員聯絡。



「腦血管病多面睇」講座

目的：希望透過講座，讓會員認識更多腦血管病。

主講者：香港瑪麗醫院腦外科主管 — 洪君毅醫生

日期：2009年8月9日(星期日)

時間：下午2時15分至4時45分

地點：香港復康會社區復康網絡港島康山中心
香港鰂魚涌英皇道1120號康山花園第六座地下(太古地鐵站E3出口)

費用：全免*(乘搭復康巴士者，本會將收取每個家庭二十元正車資)

對象：腦同盟各會員及其家屬

名額：50人

截止日期：2009年7月31日(星期五)

查詢及報名：2560 2102 (腦同盟熱線電話)



備註：1) 煩請各會員務必於指定時間內報名。在報名時清楚說明---**姓名、電話、參加人數**。

2) 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)。

3) 如當日天文台於**講座開始前兩小時**仍然懸掛紅色暴雨警告、黑色暴雨警告、3號風球或以上，是日活動即告取消。

徵文比賽得獎作品



【斯路】

譚美斯

我的發病時候是從一對「烏蠅眼」開始，當我還以為自己眼睛出現問題時，眼科醫生已立刻寫醫生轉介信並吩咐我到醫院急症室求診，可能有病人私隱的關係我只照著醫生的吩咐做並未知道發生了什麼事，而往後的日子就因為這樣而改寫。

當時我的腦瘤已有雞蛋般大並有腦積水的情況，不知道為何心裡從沒有怕過，怕就怕日後有一條引流從腦引至胃部或是沒有頭髮點算？（這資料是我在病房收風的）。「死」我沒有想過，因為如果我死去就是返了天家，傷心的只有仍活在世上的家人，所以我一直沒有在家人面前哭過或是說怕什麼？我一定要對手術有信心，我要活下去！所以由知道、檢查直至動手術其實只有二天的時間。當時范醫生是我的主診醫生，雖然已決定做手術，但他仍堅持與我的親人見面並解釋手術的風險與及日後可能會面對的問題；由於我丈夫工作地點於新界需要七時後才到達醫院見醫生，范醫生亦一樣等直至與他見面。「50% 死 50% 失憶」：范醫生對他說的一句話仍記憶猶新。

坐著輪椅被推進手術室與家人說：「一陣就出來啦！」一關上門我的眼淚不停的流。十小時過去手術醒來麻師陳醫生在我的左邊而右邊是…「范醫生我記得你呀！」：我說道。他點點頭與我微笑一下，期後我被送往加護病房，身上滿是電線、頭上有粗有細的膠管令我不能太大的動作，因一有什麼太大的動作時電腦便會即時嘩嘩聲的響起；所以，十天裏只好乖乖地悶在床上，記得平安夜有義工唱詩歌，本應是開心的，但由於他們是訪客時間到達，而訪客時間只有二小時我等了整天只有這個時間可以與人說話，所以身為基督徒的我叫他們走，現在想起真對不起他們。Houseman 蕭醫生亦是我的目標之一，因為他每次過來都有唔同的事情發生，首先替我拔走頭上的放血管及我要活生生的給他在頭頂放管位置縫上五針，他真偉大被我用力的抓著。出院後我仍要接受 35 天的電療，呂醫生像是太平紳士巡視監獄，這邊女病房有六張床位是給腦外科用的，只有我可以坐在床邊迎接紳士，由於呂醫生怕我會悶。所以他派出大學的學生來訪問我，我知道他們是要用來交功課的，可使我的日子可以過得快些。

兩年後我生了孩子，由於受到醫生的影響，現在我沒有返回以前的工作崗位，並考取到醫院服務助理的資格。雖然范醫生現在已離開醫院，但我仍然可以在他工作的地方像是小影迷的支持他；在醫院裏我還可以以過來人的身份幫助其他病人呢！



2009 年大型戶外活動收支報告

日期	活動名稱	參加者收費 (\$)	總支出 (\$)	本會補貼 (\$)
3 月 1 日	健健康康迎牛年一天遊	8,520.00	13,557.00	5,037.00
4 月 26 日	春季「獅城」一天遊	12,730.00	19,693.40	6,963.40
6 月 28 日	海防博物館及美食一天遊	8,550.00	12,551.80 (復康巴士費用尙未計算在內)	4,001.80

會員心聲

暢所欲言-知足常樂

宣稼瑾



歲月匆匆，人生苦短，算算我生病快十年了。頭五年我無異常人，只知道自己不妥，2005 年開始真的走路不穩定了，我知病後的情緒很差，現在比較好，我生病後，現在能原諒別人的缺點，欣賞別人的優點，難得老公不離不棄，自己找到份工，薪金不高，但總算安定。2007 年年頭，分配到公屋，在港島南區，高層海景，遠望南丫島，租金便宜。以前愉景灣的管理費都高過現在的租金，我從來沒住過那麼小的屋子，以前的興趣都要放棄，何來快樂？突如其來的跌倒，令自己感到無能力，但我基本生活無缺，小屋子四週都安了扶手，小電器俱備，廚具老公都替我安放妥當。雖然，科網爆破我損失重大，沙士導致我一無所有，因病結束公司，但我沒有太多的抱怨，我感恩，雖然我有時經濟不是太鬆動，出門需要輪椅代步。

自我退化及行動不便後，我家中有家務助理，每日來一小時，清潔家居，洗洗切切，購買日用品，所以小屋子乾淨整齊，我也轉移興趣，在家務助理的幫助下，過年也像其他的家庭主婦一樣，蒸糕點，過完年，也醃了鹹金橘，學會做芝士蛋糕，累了就躺在沙發上休息，精神好時，替一些病人自助組織協會寫會訊，有時也跟病友出去走走，我告訴自己，要好好過日子，不要叫身邊的人擔心，我努力學習退休生活，時時告訴自己，沒什麼大不了，很多人都會病，只是我的病叫小腦萎縮而已。

人生在世，不可能萬事順境如意，存在缺憾，是人生的必然，如其苦苦追求完美，被完美所累，不如坦然面對現實，隨遇而安，要有包容寬濶的心胸，對生活充滿了感激和欣賞，培養多種愛好，樂此不疲，自得其樂，比上不足，比下有餘，知足常樂。





我在腦同盟已經有十一年歷史。早年曾參與病友家庭及醫院探訪問候，印象尤其深刻，讓我學到了比我更不幸的人其實大有人在。那時候我的言語及思維，還在康復中，所以很多時候，在探訪中只能做著跟班，因為說話還是不行。最高興的，是認識了一班病友，過了一段互相扶持的日子，多了不少老友記(又是腦友)。幾年過後，我的康復已經不錯，於是下定決心返回學院，重拾書包，繼續我未完成的學業，看看可不可以突破宿命。經過六年的刻苦努力，結果真的讓我得到了工商管理博士。

三年前，我為了好奇及要找到一些人生的答案，毅然投考香港大學的社會科學學系的碩士，主修行為健康，圍繞著人的身、心、靈之結合來鑽研。我的目的是希望學習一些對家庭、復康、及老人家的心理及靈性問題作出探索。



在行為健康科畢業前，同學們必需經過一個實習過程。多謝周偉良主席允許讓我在聊天室作為我實習的場地，在2008年12月至2009年2月舉辦了六次的腦友『能解心中情』工作坊，共有三十多人參加。既在實習中，又能與腦友一起開心地渡過愉快時光，實為一樂也。在工作坊中共有十多類個人及小組的項目，腦友們都很踴躍地參與，大家笑作一團；並透露了一些平時沒有機會說出來的心事，讓大家的互相了解更進一步。其中一些節目的細節，已經於上期的腦同盟通訊站介紹，在此不再詳述。

今年五月時全部課程經以完畢，並於六月揭曉成績，我竟然以優等成績結業於碩士課程，有點兒喜出望外。人生的里程碑，好像又邁進了一步。去年踏過了六十大壽，回想一生，上帝確實很眷顧我。從不幸的童年、事業的成就、中風的遭遇、直至大器晚成，讓我體驗到失而復得，得而復失的種種因果循環。這些經歷証明了古人的一句說話：塞翁失馬，焉知非福。

今後的日子，我會計劃將來，好好地運用這數十年累積的經驗及知識，為有需要的人(如老人家、長期病患者等等)謀福。這樣做，才不枉此生。



「大班」的故事

鄭志中

我中風前從事蔘茸海味業，與三位朋友合夥開設蔘茸海味店。2000年香港經濟逆轉，店鋪生意下滑，給我很大壓力。2002年農曆正月初二早上，我回中環店鋪開年，10時許我覺得頭痛，於是叫拍擋給我買頭痛藥，我忍痛繼續做開年儀式，儀式完成後我回櫃面休息，但一坐下就暈倒不醒人事。拍擋立即通知我太太，我太太叫他立即打999送我到瑪麗醫院搶救。到我清醒有知覺時，已是六個月後，身在麥理浩復康院接受治療。後來太太告知我爆血管，在醫院昏迷達35天，期間曾接受開腦手術。為求身體康復，我太太請一位中醫為我推拿針灸，後來又帶我回國內求醫。我現時手腳康復良好，最大的後遺症是記性很差，處理日常事務容易犯錯，烏龍百出。經醫護人員介紹，我參加了「腦同盟」，後來又參加「明愛」中風病人互助小組，擴闊生活圈子。我現在已退股海味店，兩兒子亦已完成學業投身社會，無煩惱，無牽掛，經常到健身院做運動，參加病人組織的活動，做義工，生活充實。

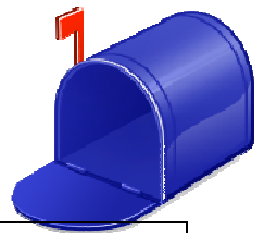


大埔林村旅行



參加普通話班

編者按：腦同盟內，人人皆稱呼鄭志中為大班。



活動預告 2009

9月26-27日	宿營	西貢戶外康樂中心
11月15日	週年會員大會	怡苑海鮮酒家
待定	頤康院遊	深圳

2009年5月至2009年7月新會員名單

梁鳳儀 梁耀昌 劉振輝 崔慧珍 劉澤銘 劉星拱 林妙玲
陳銳泰 陳何志芬 吳安茜 潘以兆 許紹棠 許永華

2009年5月至2009年7月捐款者名單

壹佰元以上 ----- 麥翰明先生 蕭瑞升先生 劉偉光先生
谷玉芳女士 Miss Terri Lam

~~~~~

**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**二零零九年十月**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**九月中**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      呂偉文醫生  
                 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

名譽主席：關景賢先生

會務顧問：陳文泰先生      潘友為先生

法律顧問：羅紹佳律師

## 第十三屆委員名單

主席：周偉良先生

副主席：李麗明女士

秘書：溫星池先生

財政：劉玉冰小姐

委員：林桂洲先生

梁耀明先生

莫國業先生

陳浩泉先生

戚健生先生

張燕燕女士

黃海燕女士

溫傳滿華女士

區長：柴灣、筲箕灣、鰂魚涌區 — 溫傳滿華女士

北角區 — 待定

灣仔區 — 張燕燕女士(總區長)

中西區 — 陳德全先生

南區 — 待定

**通訊站編輯**：周偉良、容太、溫星池

**腦同盟**  
Neuro United

地址：香港鰂魚涌英皇道 1120 號康山花園第 6 座地下

電話：25602102      傳真：29676750

電郵：neuro\_united@hotmail.com

網址：www.nuhk.org