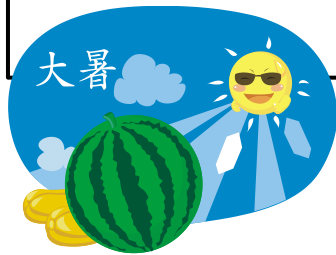


~前言~

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，來函請寄香港郵政信箱 3484 號。



腦同盟新聞



- (一) 腦友心及香港中風學會於5月5日下午6時至8時在太古坊 IBM 公司舉行「預防中風」講座，當日主席周偉良及秘書溫星池出席分享。
- (二) 本會於5月14日下午2時30分在康山中心舉行醫學講座，邀請瑪麗醫院腦腫瘤科浦勤孫醫生主講「腦腫瘤全面睇」，當日約有52人參加，場面在源源不絕的提問下而結束。
- (三) 「與腦損患者同行」日營6月5日在粉嶺浸會園舉行，當日上午按原訂計劃患者玩遊戲，照顧者舉行分享會，下午因天氣炎熱改為室內運動。藉此多謝各會員積極參與及支持。
- (四) 港島東醫院聯網於6月17日下午3時假柴灣青年廣場舉行「義工嘉許典禮2011」，當日會員黃海燕及鄭志中代表本會出席及領取團體義工獎。
- (五) 英國愛丁堡大學社區音樂碩士課程學生李咏祈，於6月23日下午「腦友聚一聚」時段探訪本會及進行「音樂活動於中風復康小組之作用」研究，當日約有20人參加。
- (六) 病人互助組織聯盟於7月9日下午2時30分假醫院管理局大樓演講廳舉行「2010-11年度周年會員大會」，周偉良、陳浩泉、溫星池、傅滿華及吳凱琪代表本會出席。
- (七) 本會申請李嘉誠基金「香港仁愛香港集思公益計劃」，並於6月13日至7月3日公開投票。結果本會呈交之項目於公益\$200,000 隊列排名83而不成功。
- (八) 本會2009-2011年度第十四屆委員任期11月屆滿，將於11月週年會員大會選舉新一屆委員，8月開始選舉工程，詳情請參通訊附頁。

~~醫學講座~~

目的：希望透過講座，讓會員認識更多腦部構造。

題目：**1) 腦損引致的記憶問題**

主講：瑪麗醫院內科醫生 — 余日峰醫生

2) 各種新式的腦損復康運動

主講：瑪麗醫院老人科專科醫生 — 陳端正醫生

日期：2011年8月21日(星期日)

時間：下午2時15分至4時30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(太古港鐵站E3出口)

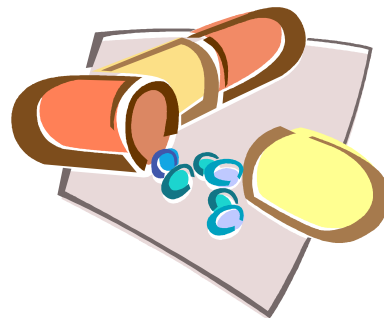
費用：全免 *(乘搭復康巴士者，本會將收取每個家庭二十元正車資)

對象：腦同盟各會員及其家屬

名額：50人

截止日期：2011年8月10日(星期三)

查詢及報名：**2560 2102**



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。

4) 如有爭議，本會保留最終決定權。

歡樂家庭營

由康樂及文化事務署主辦之宿營活動。

活動目的：希望能藉著是次活動，各會員和家人在不同環境中享受親子樂。
新會員能互相認識及藉此促進各參加者之間的友誼。
更為照顧者情緒紓緩、經驗分享及彼此支援的機會。



日期：2011年9月24日至9月25日(星期六及星期日)

集合時間：9月24日下午1時10分集合(金鐘港鐵站海富中心大家樂門口。)。
*旅遊巴將於下午1時30分準時開車，逾時不候，敬請各會友準時。
上車前請先報到及繳交費用。

回程時間：9月25日下午1時

宿營地點：西貢戶外康樂中心

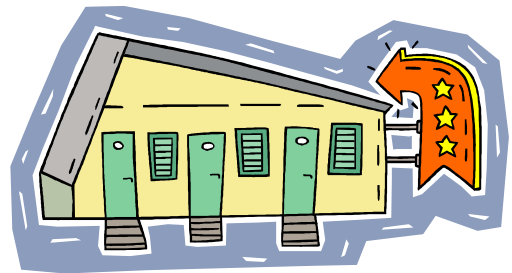
人數：70名(名額有限，會員優先)

費用：每位：\$50 綜援會員：\$30

截止日期：2011年9月2日(星期五)

對象：腦同盟各會員及其家屬(每家庭最多4人)

查詢及報名：2560 2102 (腦同盟錄音電話)



- 備註：
1. 請各位於參加活動時務必注意本身安全，聽從領隊指示，以免發生意外。
 2. 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、參加人數及上車地點。
 3. 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)。
 4. 所有乘坐輪椅者，請盡量與家人陪同出席。
 5. 如當日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、3號風球或以上，活動即告取消。
 6. 報名一經確實，無論參加者當日出席與否，都必須全數繳付是次活動費用。
 7. 本會可因應是日天氣，環境及會員健康之因素，而把行程作適當調配。
 8. 本會已為是次活動之參加者購買個人保險，最高賠償額為港幣100,000元。
 9. 是次活動部份之開支獲得社會福利署撥款贊助。
 10. 如有爭議，本會保留最終決定權。

我係一名公務員，病發時我已經退休。2004年5月16日(星期六)晚上十二時許，睇畢最後新聞後，因為太太出外應酬，我便獨自上床睡覺，當還未進入夢鄉時，突然有一種天旋地轉的感覺，這種感覺在我記憶中多年前曾發生過一次，但一瞬間便消失了，所以不以為意，直至數年前才知道這感覺是中風的徵兆，但這次天旋地轉的感覺一路延續下去，一兩秒後，我更不停咳嗽、冒汗、噴口水及全身動彈不得，這時，兒子在廳中打電腦，我也不能開聲求救，我心想我是不是中風呢？人隨着漸漸失去知覺。

幸好，不久太太回家，發現我陷入昏迷狀態，立刻召喚救護車將我送去東區醫院。經急救後，第二天才甦醒，經過兩次電腦掃描，醫生也找不出病源，最後，經過磁力共振後，才發現我右邊腦幹閉塞，即俗稱塞血管或缺血性中風，病情相當嚴重。

在東區醫院住了十多天後，病情好轉便送東華東院療養，這時，多種中風所引起的不便陸續出現，如半身不遂、眼簾下垂、重影、吞嚥困難、歪咀、流口水、說話不清及手震等，心想我不吸煙和不飲酒，自1997年退休後，我恒常保持運動，每星期行山，緩步跑等，竟然會中風，所以心心不忿，心情極度惡劣及低落，腦中常浮現羅文所唱「小李飛刀」中的一句歌詞「何必偏偏選中我」，因為病情影響，我很容易落淚，不想見其他人，同一病房的病友及醫院工作人員都叫我「周星馳」，有些更稱呼我做「星爺」，這是我「花名」的



由來。在東華東院期間，我更養成早睡早起的習慣，因每朝五時，便遭阿嬤叫醒，隨即抹面，等候食早餐，每晚八時許，當探病的家人離開後，因為重影關係，我不敢睇電視，一早睡覺，這種習慣到現在還維持落去。

在東華東院住了四十多天後，終於在2004年端午節前夕出院，但繼續每星期三回醫院做各項物理治療，因為手震後遺症關係，在醫院物理治療中心不停學習寫字。現在簽署提款單也可以到銀行提款了。在醫院期間，我參加不同自助組織所舉辦的講座，包括「復康會」的「風雨同行」分享會等。經思想過後，認為中風是已經不能挽回的事實，祇有努

力運動，盡力做好自己，心情也好轉些。

2004 年尾，我加入「復康會」及「腦同盟」為會員及投入義工行列，除參加「復康會」所舉辦與中風有關的課程外，更與「復康會」社工到各醫院進行分享會，由以前「風雨同行」參加者的身份轉變成為講員，與各同路中人分享得病的感受及鼓勵他們振作，因大部份中風病人都像我以前一般的情緒低落。

2007 年尾，我加入「腦同盟」委員會為委員，擔任秘書一職，除家訪及醫院分享外，更參與友會所舉辦的健康講座及各類活動，當中擔任義務工作，盡自己能力為一眾同路人獻出綿力。

於 2010 年，經「腦同盟」委員會推薦下，獲「復康會」頒贈「默默耕耘」獎。

今天中風已經踏入第八個年頭，經過自己不斷努力運動，四肢活動能力已恢復七至八成，想十足回復到未中風前的體能，簡直是奢望，惟有盡力做好自己，希望能更進一步。

在此我要感謝一個重要的人，就是我太太，因為她對我的支持、鼓勵和不離不棄，事發後衣食住行都是有賴她的照顧，關懷和激勵，才能夠有今天的康復，融入社會，自我照顧，還可以做義工，分享我過去的經歷和康復的過程。2010 年她更贏得「復康會」頒贈「最體貼入微」特別大獎。

以下一段話是我太太的感受和心聲：



“我是一個護助者，我和我先生都是退休公務員，本來衣食無憂，過着優悠自在的生活，但世事難料，我先生突然中風。初時真是很難接受，惟有保持冷靜，鎮定接受事實，憑我們的信心、毅力、意志及不屈不朽精神來克服這難關，現在我們達到了，雖然作出很大犧牲，但是現在結識了一班中風朋友和護助者。自從我做了義

工後，以過來人的經驗和大家分享、交流，能夠幫助病患者和護助者，就是我最值得的回報，我覺得我的犧牲是不會白費的，過去我們經過的困難和艱苦，非筆墨所能形容，祇有我們齊心合力，攜手渡過這艱辛的日子。看見我先生一天比一天進步，健康快樂，重新融入社會，真是有一種用錢也買不到的喜悅。在此，我願望大家不要氣餒，更不要放棄，所謂一分耕耘，一分收穫，一起渡過難關，天天都是晴天，祝願康復中的朋友健康快樂，天天進步，心想事成。”

克服困難，創新天

楊克漢

十八年前，我是一位冷氣、水電師傅，自己經營生意。但天意弄人，中風奪走了我的一切。

一九九三年一天，我駕車帶著學徒前往工作地點。到目的地時已是黃昏六時，學徒準備下車搬運東西時，我很頭暈，跟學徒說：「我很暈想睡一陣」。至七時半，學徒見天黑了，及叫我都未能甦醒，他眼見情況不妙便馬上報警，之後，我被送到九龍明愛醫院，隨即轉送到廣華醫院，經診斷後，證實我中了風，原因是我有先天性腦血管畸形，加上我生活混亂，經常玩到天光，四、五點才返屋企睡，七、八點便起身返工，當時我才 110 磅。因我的血管與所爆血管位置接近，不能動手術，只能讓它自然好起來。中風嚴重影響我的身體：右手、右腳、說話能力、眼睛沒有淚水、眼花，醫生說我終身要與輪椅為伴，我在廣華醫院住了三個月，之後，轉到尤德夫人健康院，又住了三個月才回家。

直到三年後，我的媽媽不論炎夏寒冬，每天晨早三點幾陪我到屋企樓下學行，最初我三個幾鐘頭

只能行十個圈，到現在可以行幾十個圈。從當初坐輪椅，用四腳叉、手杖助行，到現在什麼也不用，去那裡都自己去。現在我能來去自如，真的要感謝我的媽媽，媽

媽幾年前已回到天家，我很掛念她，她是我生命中最愛，我會以她為榜樣，幫助別人，以生命影響生命。另外，我還為自己增值，曾參加了回聲谷的攝影班、英文班、日文班、玩讚美操，藉以發掘自己潛能及肯定自己。最近，我在回聲谷的藝術展中，展出我的攝影作品。

最後，我深信我是殘而不廢，我要用的攝影去觸動人心。



【最新報告】

新會員名單：黎再恩 邵韻絃 廖家欣 葉秀珍 蘇志恒
蘇穎琪 郭楚明 黃梁潔雲

捐款者名單：壹萬元以上 ----- 無名氏
壹仟元以上 ----- 敖麗芳女士 蕭霞容女士
Mr Choi Hah Cheung
壹佰元以上 ----- 劉偉光先生 田鴻維先生
陳啟康先生 鄭雄偉先生

~~~~~

**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。下期的通訊站將於二零一一年十月出版，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：方津生醫生

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

名譽核數師：趙雅穎先生

## 第十四屆委員名單

主席：周偉良先生

副主席：陳浩泉先生

秘書：溫星池先生

財政：劉玉冰小姐

委員：梁耀明先生 戚健生先生 張燕燕女士 溫傳滿華女士  
黃海燕女士 李慕雲女士 梁智鈞先生 吳凱琪小姐

區長：柴灣、筲箕灣、鰂魚涌區 — 溫傳滿華女士、溫星池先生

北角區 — 劉瑞初先生、林文清女士 灣仔區 — 張燕燕女士

中西區 — 吳凱琪小姐、梁智鈞先生 南區 — 梁啟芳女士、梁耀明先生

通訊站編輯：周偉良、溫星池、吳凱琪



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