

### ~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) 本會第廿二週年會員大會暨晚宴於 2014 年 11 月 16 日假新星海鮮酒家舉行，當晚筵開 20 席，有樂隊助慶，氣氛熱烈，出席嘉賓有本會贊助人方津生醫生、中風基金會主席方道生醫生、港島西醫院聯網總監陸志聰醫生、香港復康會總裁伍杏修先生等，在此本會非常感謝各位嘉賓對本會的支持，感謝各會員的出席及捐贈禮物。
- (二) 本會參與基道小學小五學生服務學習計劃，於 2014 年 12 月 6 日與該校 30 多位學生參觀香港懲教博物館，藉此予學生認識及服務腦損康復者。
- (三) 2014 年 12 月 4 日腦友心於九龍白田舉行腦中風教育嘉年華會，本會負責「血壓站」，下午負責歌唱項目及體操示範。
- (四) 2015 年 1 月 11 日本會舉辦南生圍觀鳥生態遊，是日天朗氣晴，惟南生圍路段車路狹窄，阻礙行程，幸得眾會員發揮互助精神排除困難，各人得飽覽自然生態美景，下午一眾會員假錦田鄉村俱樂部享受盆菜午膳，盡興而回。
- (五) 會員莫關雁卿女士 (Edith) 最近獲香港特區政府頒授榮譽勳章，表揚關女士於推動數碼共融之貢獻，本會謹此道賀。
- (六) 羊年將至，預祝各位會員新春如意，喜氣洋洋，龍馬精神。



# 新春團拜2015



日期：2015年3月6日(星期五)

時間：下午2時15分

地點：皇室①號禧臨門

香港銅鑼灣告士打道 250-254 號伊利沙伯大廈 6 樓  
(乘坐電梯可在謝斐道進入)

費用：每位：\$ 40

對象：腦同盟各會員及其家屬(每家庭最多 3 人)

報名日期：2 月 2-13 日

查詢及報名：2560 2102



備註：1. 是次活動沒有復康巴及旅遊巴接載

2. 報名一經確實，無論參加者當日出席與否，**都必須全數繳付是次活動費用**，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. 如有爭議，本會保留最終決定權



# ~會員大會暨晚宴相片~



## 《第廿二週年會員大會暨晚宴》收支

日期	活動名稱	參加者收費 (\$)	總支出 (\$)	本會補貼 (\$)
11月16日	2014年第廿二週年會員大會暨晚宴	21,300.00	55,030.50	33,730.50

# 《天空海闊燕飛翔》

何雨本

「意外」就是一些事情的發生，是在人的「意料之外」。如果事情的發生，都是在人所能預測和掌控當中，就沒有人因此而變得像熱窩上的螞蟻了。在 2000 年的一個晚上，我和平常一樣和家人吃飯及料理家務，但後來所發生的事，像失去記憶般記不起了，是家人告訴我才知道當晚所發生的事。起先是家人覺得我跟往常不一樣，問我有何不適，但我卻又無法清楚表達，於是就把我送到就近的醫院去檢查一下。起初，醫護人員也無法診斷出我的毛病，於是建議到附近另一間有急症室的醫院去看看。大伙兒唯有聽從建議，期望可盡快找出原因和醫治。經過醫生初步的檢查，問題可能出在腦神經方面，於是再建議到瑪麗醫院求診。就這樣，一口氣跑了三間醫院，才診斷出是某處的腦血管有輕微滲血，因此部份功能受影響。醫生為我安排手術，從頸部抽出一段動脈然後接駁到受損的部位，把滲漏的血管切除。手術後幾天我在加護病房裡得到妥善的照顧，過了幾天才甦醒過來。家人把這幾天裡所發生的事告訴我，從他們的神情和語氣，我才意識到事態的嚴重。手術後不久，各種維生指數都顯示正常，也知道手術是成功了，病情也得到控制。雖然如此，我還是要繼續接受物理治療，整整一個月，以改善我的平衡力和步姿。經過密集式的訓練，體能和控制力漸漸康復過來；職業治療師要衡量我的自我照顧能力和其他的功能，要我親手料理自己的飲食，經過他們的品嚐，我才算通過「考試」可以「畢業」回家。後來我才知道原來孫女一直有為我祈禱，求天父醫治我，讓我早日康復回家，過原本正常的生活。



在麥理浩復康院做職業治療時認識了「橙 Sir」- 陳文泰，他向我推介腦同盟，建議我參加她的活動，藉此認識一些同類病患的過來人，彼此互勵互勉。到如今，不經不覺就過了十多年了，當時腦同盟才成立了幾年，組織和運作尚未十分完善，但人情味相當濃郁，當某個分區欠缺人手時，其他分區會即時伸出援手，派人幫助的，正所謂「患難見真情」，讓人再三回味。「享用」過腦同盟的「服務」時，跟著自己就要投桃報李了，更覺得自己的經歷也算是不幸中之大幸，好應該善用自己餘下的光陰去服侍其他病患中的朋友。

同時，今次患病可以說是與死亡擦身而過，有機會反省自己的過去與展望將來。女兒的教友探訪我時，和我分享她的信仰，邀請我和她一同祈禱，讓我感受把困難交托給天父之後所帶來的平安。之後，她邀請我參加教會的佈道會，牧師講道的內容我都忘記了，但我還記得當牧師邀請願意真心信主的人舉手時，我的確是真心真意的。信主之後，開始參加教會崇拜和聚會，教友們都很友善，一聲招呼、一句問候，很自然、很溫馨，真有「家」的感覺。但願在這個「家」裡，亦可以用自己的生命故事去勉勵其他患難中的教友或他們的家人。

古語有云：塞翁失馬，焉知非福。這次中風的經歷竟然成為我的祝福，擴闊了我的生活領域，修正了我的人生態度，以致我可以邁向豐盛，咒詛反成了祝福！



## 2015 年活動預告

日期	內容	地點
6/3 (五)	新春團拜	皇室①號禧臨門
26/4 (日)	日營	烏溪沙青年新村
14/6 (日)	醫學講座	康山中心
25/7 (六)	自助餐	待定
19/9 (六)	中秋茶聚	待定
15/11(日)	周年大會	待定
12月	聖誕聯歡	待定

### 如何參與自助組織：病人角色

香港復康會社區復康網絡

病人互助發展中心

陳梓曦

#### 病人角色 — 被動 VS 主動

社會上普遍定義病人角色是指社會人群中與醫療衛生系統發生關係，就如有疾病、求醫和治療的人。以往，一般社會人士認為患病是一個被動的處境，病人只能期望專業人士提供醫療及他人的關懷與支援。這傳統的醫療模式觀念，促使病人被定型為社會上弱者的角色。

而自助互助理念所倡議是由被動變主動的文化，患者不一定只是以求助者身份出現。從病人自助組織的會員可見，他們不再被動地接納專業人士的幫助，正所謂久病成醫，透過患者本身掌握病情變化，整合患病歷程再與醫護人員交流，從而讓治療有更佳的效用。此外，他們會主動尋求方法解決患病對生活帶來的種種問題，更通過同路人互相聯繫、定期舉辦互助小組而可以互相支持、交流經驗及資訊。更積極的就是向相關人士或部門倡議社會可如何支援他們的方法。

在這個由被動變主動的過程中，最重要的得益者是患者及家屬本身；但他們在當中必須投入參與，透過交流過程滿足大家的需求，同時經歷既是受助者，也是貢獻者的雙重身份。會員作為同路人是組織最重要的持份者，若沒有了同路人的參與，組織本身便失去了意義及功能，因為組織是一個讓會員參與互助及體現自己的平台。無論是擔任執委／理事、區長／組長、探訪員、與其他有需要的患者分享經驗等角色都是同路人身份可以參與的。無疑同路人是組織的生存的泉源，支持著組織的日常運作，發展和流動。但更重要的是通過這些參與，患者能重建自信及自我肯定、增強自我面對病患的能力、情緒上有所寄托，這些都是通過主動參與得到的益處，就是我們常說自助與互助那「互為因，互為果」的關係。

以下我們將進一步介紹您如何參與同路人的工作，及了解同路人有什麼的身份和角色。

## 病人在組織內的角色 – 會員身份

### • 其他會員的聆聽者

患者於組織活動內可分享個人經驗、困難，並尋求其他病友會員的明白、認同及支持。在組織的小組聚會中，是一個安全、舒適及被接受的環境讓會員去分享個人感受。每一位會員的耐心聆聽、衷心的回應對於不同參加者的患病歷程有著重要影響，因為自助組織是病友最主要可找到「同路人」的地方，因此扮演聆聽者是您很重要的一個參與。

### • 其他會員的例子示範

由於組織內會有處於不同發展階段的病友會員，對於剛確診的病友，其他病齡較長的會員不單是聆聽者及明白自己感受的同路人，更是他們的「真人示範」。同路人以往應對病患的知識、經驗、努力等，不單能給予其他會員作為參考，亦是他們對於未來康復及將來生活發展的希望，可透過定期同路人的分享，促進之間的交流。

### • 其他會員的幫助來源

會員各有所長，擁有的社會資本亦有所不同，如知識、技能、人際網絡等等，透過集合及分享各會員的社會資本，發揮互相幫助的精神，不但協助會員處理生活及病患上的困難，亦有助加深會員間的關係，令組織內產生凝聚力及歸屬感。

### • 作為其他會員的參考

對於自助組織的會員，每天都有機會遇到新的情況及問題，而這些問題雖然於病友之間可能是大致相同，但發生的先後次序不一。所以，對於病友的困擾，其他會員可能於以往已有類似的經歷或克服的方法。透過會員分享各人的經驗和方法，有助病友面對及接受病患，讓會員更有生存的希望。

### • 參與自助組織運作的持份者

雖然自助組織是一個自務團體，架構也簡單，但仍需一些成員作出管理及運作。執委會人數及能力有限，需要其他會員不分彼此，為會務出一分力，如聯絡及關心其他會員、為下次聚會作準備等，以至活動策劃的事務，包括聚會的內容、地點、方式等的決策，都可以由會員共同分擔及商議。其次，組織可能會因應不同的事務而成立工作小組，讓不同的會員分擔組織會務工作，如周年大會籌備委員會，這時您可以按自己的興趣、經驗和能力參與小組的工作。當然更可成為執委會的成員擔當管理的工作。

### • 履行執委會選民、提名人及參選人的責任

執委會按照自助組織的會章定時換屆，各個會員均有參與選舉、提名其他參選人及選舉投票的權利。當有新會員入會時需解釋清楚，這是會員的權利，也是責任。

在自助組織裡，若只作為一位單純的活動參加者，您得到的只是一小部份的益處，我相信只要您由被動變為主動，參與於組織中的各個環節，您定有一個嶄新及有價值的體驗。

## 【最新報告】

新會員名單：李樹人 蔡南華 蔡衛真 葉淙發 李國芹 吳南安  
沈蕊芬 方嘉琪 丘文標 袁月明 李小玲 蔡家偉  
鄭亞根 梁靜文 鄭麗萍 李和添 鍾新潤

捐款者名單：壹萬元以上 ---- Ms So Siu Ching

壹仟元以上 ---- Dr Fung Ching Fai Mr Tse Sai Kit 關偉安先生

Mr Chan Man Tai 區環梅小姐

壹佰元以上 ---- 吳子強先生 黃少芳小姐 Mr Yu Shun Ting

伍杏修先生 劉偉光先生 Mr Tin Hung Wai

去世會友：宣稼瑾女士

~~~~~

**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 **2015年4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 **3 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  
浦勤孫醫生 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  
溫潔貞女士 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、鰂魚涌區 — 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

**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@ymail.com

網址：www.nuhk.org