

~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@gmail.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) 香港醫務委員會業外委員選舉，本會已註冊為選舉人，主席周偉良為授權代表。
- (二) 本會過去數年均參與中文大學醫學院學生訪談病友計劃，是年度得會員關榮祥、林桂洲接受訪談，謹此致謝。
- (三) 本會與瑪麗醫院病人資源中心、言語治療部、專科門診部合辦之「腦損病人復康社區支援計劃」已於7月10日完成。參加協作計劃之義工及學員將參與18/12醫院聖誕報佳音活動及明年3月西聯網義工嘉許禮表演。
- (四) 本年度周年大會晚宴已定於11月25日晚上假北角富港海鮮酒家舉行，請會員預留時間並歡迎捐贈禮物抽獎助慶。
- (五) 腦友心於8月舉行第四屆委員選舉，本會委員溫傳滿華連任主席，劉玉冰連任財政。
- (六) 11/11 為國際復康日，凡持有「殘疾人士登記證」的殘疾人士，可與一名照顧者免費乘搭各種公共交通工具及免費參加康樂及文化事務署設施。

《腦同盟第十八屆第二年度會員大會暨晚宴》



日期：2018年11月25日(星期日)

時間：下午5時至晚上9時30分(5時正接待，7時30分開席)

地點：富港酒家

香港北角英皇道668號健康邨第二期地下

人數：200(名額有限，會員優先)

費用：會員：\$130 非會員：\$160 綜援會員：\$100
(獲無名氏會員贊助部分餐費)

對象：腦同盟會員及其家屬(每家庭最多4人)



報名日期：2018年10月24日至11月7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。



中風或腦損後的發音問題

如因中風或創傷性腦損導致負責控制口部肌肉的腦部區域受損，患者可能會出現運動性言語障礙。運動性言語障礙包括構音障礙及失用症兩種。

(1) 構音障礙

某些中風或腦損患者的口肌(包括面部、唇、舌、下顎及軟顎肌肉)會出現不同問題，如麻痺、活動範圍減少、無力等，這些問題可影響呼吸、發聲及咬字發音，導致構音障礙。構音障礙患者同時可能也有面部不對稱，流口水或咀嚼、吞嚥的困難。患者因受損的程度及位置不同而出現不同的構音問題，如：

- 說話時不夠氣，對發聲感吃力
- 咬字不清，如語音含糊、音節錯誤
- 鼻音過重或過輕
- 聲綫沙啞
- 聲量，語速，音韻控制失調

針對構音障礙的言語治療



香港復康會適健中心言語訓練應用程式

左圖為語速控制練習：練習裏的影片像‘卡拉OK’一樣，按節奏顯示文字，引導患者用適當的速度說出各種日常語句。

右圖為音調練習：練習裏的視覺提示引導患者說話時展現適當的高低音調變化，並加強對音調改變的警覺性，以提升說話的自然度。

(2) 失用症

失用症患者口肌能力大致正常，但大腦向各發音器官發出指令時出現問題，影響肌肉移動的次序、距離及速度，所以無法準確說出自己講的話，以致出現與構音障礙不同的

發音問題。失用症的病症包括:

- 說話時唇舌有「摸索」的動作，像在搜尋正確的口型
- 對說話感到費力，尤其是句子第一個音
- 發音錯誤沒有特定的模式（例如重複說同一個詞語數次，每次都有不同的發音錯誤）
- 說一些常用自動語時表現較好（如：「恭喜發財」，「春夏秋冬」，自己的姓名等）
- 要自己計劃說話內容時表現較差

針對失用症的言語治療



香港復康會適健中心言語訓練應用程式
左圖為單字至多字詞語的失用症發音練習；患者依照影片中治療師的口型一同說出由不同音節組成的詞語，以逐步提升說話清晰度。

一般有助提升說話清晰度的技巧

- 1) 多用簡化語句，讓自己更容易穩定地控制語速、音量及咬字發音
- 2) 有需要時可以文字或動作來輔助表達，改善溝通效能
- 3) 構音障礙患者說話時應坐直，發聲前先充足吸氣，呼氣與發聲同步進行，以幫助提升音量
- 4) 失用症患者重復別人說話時多留意口型，當搜尋動作變得嚴重時，應稍作休息才再嘗試

結語

不同患者會有不同程度的表徵或對治療方法有不同的反應，以上的建議及方法只供參考。若希望全面了解自己的言語能力及接受針對性的治療，建議找言語治療師作詳細評估。

筆者介紹

筆者為香港復康會適健中心言語治療師，致力為患有溝通障礙及吞嚥障礙的人士及其照顧者提供訓練，以改善他們的生活質素。如欲查詢適健中心的言語治療服務*，歡迎致電 2534 3533。

*有經濟困難人士可申請資助，歡迎查詢。

『樹大招風』

李樹人

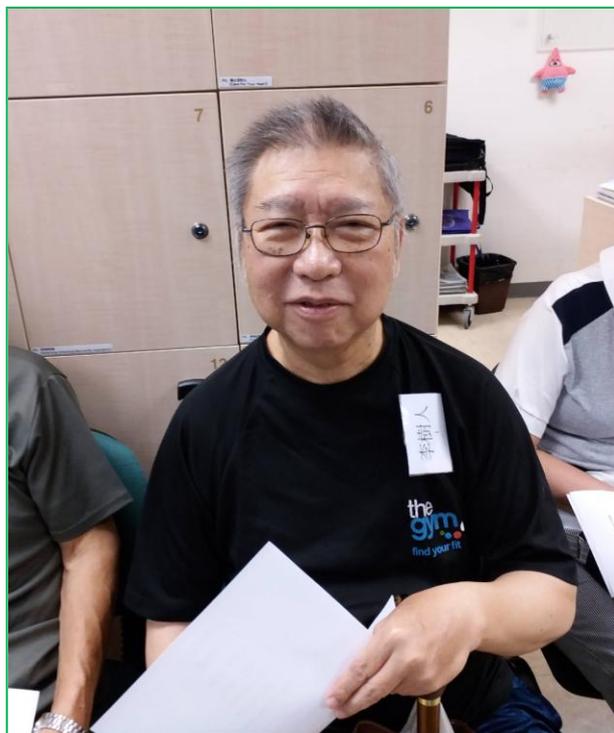
編者按：初認識樹人，只見他常常笑容滿面，與他熟稔後，方知他背後有一段辛酸的經歷。

上世紀八十年代我在內地設廠，2003 年第一次中風，之後我已很小心飲食。

2008 年全球出現金融海嘯，經濟不景，因心情惡劣，心理壓力很大，我再次入院，之後不良於行。由於沒有精力照顧工廠業務，2009 年欠下巨債，眼看苦心經營的心血化為烏有，心情極其難過，再加上並肩作戰多年的老伴亦下堂求去，整個人頹然倒下，欲哭無淚，因而誘發再次中風，嚴重影響行動及說話，幸經物理治療後重新生活。

但好景不常，三年後第三次中風，行動更為困難。由於國內經營困難，租金、人工原材料上漲，再加上日益提升的勞工維權意識和嚴苛社保條例，於是將工廠結束回港。因行動不便而住在老人院，由高床軟枕到居住僅 36 平方呎斗室，內心感受可想而知。但生活一樣要過，惟努力將心情放開，學習以平常心過日。

我 2014 年開始參加腦同盟活動，認識多位同路人，做義工，生活圈子擴闊，之後獲邀為執行委員，生活變得多姿多采，以感恩心情過每一天。



活動快拍



【腦友齊齊練】

~~運動篇~~



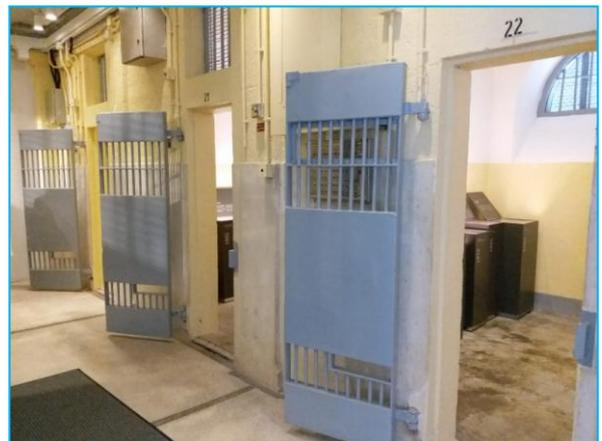
鼓勵康復欠佳會員，學習正確及安全運動原則及方法，教授上下肢的簡易運動，定立個人運動計劃以改善健康。



【參觀大館】



大館工藝社



大館位於中區警署建築群，包括三項法定古蹟—前中區警署、中央裁判

司署和域多利監獄，是香港其中一項最重要的歷史古蹟活化計劃。

【最新報告】

新會員名單：樊文權 張翠瓊 樊恩綾 梁達仁 黃靜儀

捐款者名單：壹仟元以上 --- 許泓瑄小姐 區璟梅小姐

壹佰元以上 --- 梁正龍先生 蔡武漢先生 陳嘉霖先生

~~~~~

**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 **2019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

## 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 呂偉文醫生 浦勤孫醫生

黃震遐醫生 方道生醫生 李禮峰醫生 李樹梅女士

周惠萍小姐 陳欽亮先生 鄭敏慧女士 區潔萍女士

鄭國華先生 林秀菊女士 溫潔貞女士 陳婉玲小姐

呂幼蓮女士 王許秀蓮女士

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

## 第十八屆委員名單

主席：周偉良先生

副主席：張燕燕女士

秘書：李樹人先生

財政：劉玉冰小姐

委員：何雨本先生 黃海燕女士

李慕雲女士 溫傳滿華女士

何鳳女女士 譚淑冰女士 伍寶友女士

區長：南區 — 李樹人先生

中西區 — 李慕雲女士、譚淑冰女士

灣仔區 — 張燕燕女士

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、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

