

19

2009年11月

把 關 心 傳 開 · 讓 醫 院 有 愛



真心
分享

鄧萃雯：

要坦率的對親人

表達愛意！

打開心窗

當使命遇上愛

解開心結

無藥？可醫

院牧
服務

全人醫治 全人健康
Holistic Healing & Health

要坦率的對親人 表達愛意。

鄧萃雯

“香港人有一句口頭禪：「得閒死唔得閒病！」無論你只求三餐一宿，抑或嚮往名成利就，生活都總是「忙」。身為資深藝人，我早已習慣了娛樂圈內密密麻麻的工作時間表，但即使我熱愛演戲，亦有因為太辛苦而想過放棄，心中也曾疑惑：「咁辛苦，究竟為乜？」”

等待高飛的童年

我自小跟爺爺嫲嫲一同生活，當年由於母親年紀太輕，不懂照顧嬰孩，所以出生後不過幾天，便給爺爺嫲嫲接過回家。更可惜的是父母於我五歲時離異，決定了我再沒有機會與父母一同居住。小時候雖然思想簡單，但有時候也會感到不自然，為甚麼同學常常牽著父母的手上街去，而我牽著的卻是爺爺和嫲嫲呢？同學的手冊都由父母簽名，為何我的手冊上卻簽滿了爺爺嫲嫲的名字呢？

小時候與許多叔伯長輩住在一起，起居習慣自然模仿成年人，而屬於我的玩具亦屈指可數。印象中很少機會收看卡通片集，卻常常要跟著爺爺到戲院看《紅色娘子軍》之類的樣版戲。大概小學四年級開始，更要負責做各種家務和煮飯。今天回想，偶爾也會感到惋惜，年紀小小已經過著成年人的生活，缺乏了童真的歡樂。

不能夠與父母同住，讓我自小便懷著一點的不忿，雖然與父母一直保持接觸，但總認定自己被他們拋棄了，加上爺爺思想傳統，管教非常嚴厲，心裏常常覺得委屈，盼望著可以早日獨立成長，遠走高飛。中學畢業後，我急不及待的找工作，更希望可以飛得最遠。我想投考空中小姐，不過由於當時年紀不足，才放棄了。碰巧無線藝員訓練班招生，當時我的如意算盤很幼稚，以為入娛樂圈當個明星很容易，既名利雙收，更重要的是可以因為工作而無須回家。於是我鼓起勇氣，大膽地瞞著家中兩老報名。結果真的被取錄了。



由於我估計爺爺不會贊成，打算完成訓練班才再作交代，誰知無線寄來我家一封通知信。嫲嫲收信後大為緊張，質問我究竟在攬甚麼鬼！結果只有和盤托出，還找來知情的父親幫口，期望坦白從寬。當時由於爺爺已經年邁，身體受病痛折騰，常常要出入醫院，這令他的脾氣變得更壞，更難相處，所以當時也作了最壞打算——就是放棄。但不知嫲嫲最終用甚麼方法向爺爺「稟報」，他竟然沒有大發雷霆，我在娛樂圈的第一步便這樣踏出了。

明白、遺憾、學懂

從幼稚園至中學我都在女子學校念書，生活淺薄，思想單純，初入娛樂圈，聽見一兩句粗言穢語已怕得想躲起來，這才認識自己是如何膽小無知，亦慢慢明白爺爺之所以管教嚴厲，都是為了保護我。藝訓班畢業後，我立即當上女主角，而男主角正是爺爺最喜愛的萬梓良，我急不及待的把這個好消息告訴爺爺，並期待劇集播映時，他會又高興又安慰的欣賞。很可惜，劇集還在拍攝期間，爺爺已因病過身，剩下我和嫲嫲相依為命。更可惜的是，這段日子亦沒有維持多久。

爺爺離開後，有一天嫲嫲對我說希望修整自己的牙齒，又提議大舉更換傢俬與電器，好讓我有一個整潔的環境招呼朋友。聽到後覺得既高興又奇怪，因為這麼多年來，家中長輩少有遷就我這個「小朋友」，一向很節儉的嫲嫲竟然為了我而願意大灑金錢，真的使我受寵若驚。



“不管是面對面的一句說話，抑或是一個手機短訊，坦率地對親人表達愛意是多麼重要和有果效。”

又有一天，嫲嫲感到有點不適，大伯便陪伴她到醫院見醫生，醫生認為沒有大礙，便放心回家休息。當天我如常地工作至凌晨四時才下班，九十分鐘的休息時間，勉強夠我回家匆匆梳洗一番，出門前仍不忘向嫲嫲問句安，當時嫲嫲表示想我留下來多聊一會，只因為要趕及五時半回錄影廠，沒法應她的要求，便上班去了。想不到當日嫲嫲突然中風送院，之後一直不醒人事，多次到醫院探望她，但每次都失望而回。大約一個月後，有一天她終於略為清醒並認得我，我以為這是她康復的跡象，便放心地上班去，當我離開醫院不久，她竟永遠的離開了我。

以往我視爺爺嫲嫲為管牢獄的，常常期待著離開他們過自由的日子，沒料到才開始學習自立，他倆便先後半年內離開了。爺爺離開之後，我才醒覺應當好好報答他們養育之恩。自己的演藝事業有不俗的起步，又以為將有許多機會與一向身體健康的嫲嫲分享成就，可是她卻又如此突然地離開了，離開前只僅僅看過一齣我主演的電視劇。究竟那天是她自知時候快到，所以很想和我多聊一會；是她知道要離開了，所以才盡力甦醒過來與我告別嗎？然而我卻忽視和錯過了！相信這些問題永遠不會有答案，要追悔亦無意義，但這些經歷讓我知道，以後別再錯過向親人表示關心，要珍惜每一次的機會，才不致有遺憾。

重建融洽關係

爺爺嫲嫲離開數年後，我的經濟也比較穩妥，便決定與從未同住過的母親一起生活。雖



然這是自己的選擇，但內心卻仍是感到不自然。不過理性上既認定這是自己當盡的責任，就勇敢踏出一步，好回應當年婆婆的託付。

那是在中學三年級的某天，媽媽帶我探望婆婆，印象中婆婆非常熱心助人，也是一位虔誠基督徒。我跟婆婆並不稔熟，但一向也尊敬她。當天婆婆語重心長地向我說，她明白父母離異為我帶來苦痛，但其實媽媽也同樣受傷，希望我懂得從媽媽的角度來了解她的無奈。彼此畢竟是親人，希望我長大以後，可以放下包袱，愛惜和照顧媽媽。當時我還年輕，怎懂得易地而處，體諒父母的內心感受呢？但十分奇妙，聽罷婆婆的話，我雖然不懂得怎樣回應，卻不知不覺地牢記在心。今天我相信是上帝透過婆婆來教導我，這就是包含著恩慈的愛。

我時常反覆記起這番說話，日子久了，雖然仍未完全放下過去不愉快的回憶，但卻能鼓起勇氣履行婆婆對我的託付，與媽媽一同生活。然而，要解開多年的心結，卻非一朝一夕的事，但隨著時間過去，彼此也在成長，加上上帝對我們的教導幫扶，今天我與媽媽相處得極之融洽，全無隔膜，實在是以往無法想像。

爸爸，我捨不得你走啊！

雖然我與媽媽同住，卻也常常與爸爸聯絡，由於他一向從事酒店餐飲行業，當我出埠工作時，偶爾也會邀他同行，他亦樂於和我到處體驗世界各地的酒店服務。曾經有一段時間我要長期留在國內

拍劇，被內地冬天的氣候折磨得要命，心裏喊著：「為乜也要咁辛苦？」只好急急的請熟悉國內環境的爸爸到來「救駕」。他竟義不容辭地趕來，並立刻幫我解決了好些生活困難。由於當地的天氣實在太惡劣，而膳食又不合我的胃口，惟有請求爸爸繼續留下來當我的「御廚」。

以往我從未試過和父親如此長時間一起生活，這次有他相伴，還為自己準備飯菜湯水，讓我感受到從未嘗過的家庭溫暖。我向來缺乏家庭觀念，但這次讓我體會到原來家人對自己可以帶來無窮的支持力量。雖然爸爸不會在我拍劇的現場出現，但每當我感到乏力難耐時，一想起他正在酒店房間為我做飯，便有力提起幹勁，應付眼前的難關與挑戰。那次的拍攝日子真的很長，爸爸表示要回去照顧生意，但我實在不能沒有他在旁支持，忍不住將心底的話直接對他說：「爸爸，我捨不得你走啊！」他原本還在叨嘮著一大堆要回去的理由，聽到後臉上立即綻放出窩心的笑容，馬上便把機票延期了。

其實我和傳統的中國人一樣，從來也不會這樣向親人表達。然而與爸爸相處的一段日子使我深深明白到，不管是面對面的一句說話，抑或是一個手機短訊，坦率地對親人表達愛意是多麼重要和有果效。過去我曾經因為錯過了跟嫲嫲聊天的最後機會而留下遺憾，但慶幸我今日已經學會把握時間與親人交心，亦不會怕「肉麻」。希望你也勇於表達對親人的愛，即使你像我一樣已經「大人大姐」，亦無需害羞。只管及時，永不怕遲！



Never forget.

◎羅杰才

年少時，既曾習武，也愛看武俠小說。小說是買不起的，只能在街邊的書檔租來看。一角錢先換若干個蓋了印的小紙牌，每一個小紙牌可租一本，試過一天花了二十個紙牌，可見「讀書」的用功程度。其實當時家長也不贊成花太多時間去看武俠小說，但謀生艱難，也管不著了。還幸看武俠小說比看電視的武俠劇集有益得多。

首先，看小說是和文字直接接觸，而且武俠小說的文字也實在不壞；其次是小說比電視有更大的想像空間，忠奸善惡、喜怒哀樂的感受和思考也更實在，所以算是開卷有益。相信我們這些在五、六十年代長大過來的人，除了有上一代的教化之外，武俠小說的影響總是有的。

但由於疏於練習，怠於思考，武術的招式和小說的情節都忘得差不多一乾二淨了。最近收到陳佐才牧師贈送的新著《武俠靈修——金庸筆下的心靈超越》，翻卷細看，才知道高人眼下，武俠小說也可以看出如此之多的人生哲理。書之首頁，譚沛泉博士的序言更是一語開竅，他說：中國人習「武」，除了健身，防身之外，還為了修心、養性。

被稱為「俠」的人，是富正義感、人情味濃厚，又有入世但超越的氣質。「武」「俠」加在一起，就是既人性又靈性的共融……「武俠小說」述說的，其實是大道理。

原來生活中看似平凡尋常的事物，當中竟有那麼豐富的智慧。自知不能像陳佐才牧師那樣，能從金庸筆下看出那麼多的心靈圖畫，但有一幅卻是至今不忘的。《倚天屠龍記》中張三豐授太極劍給張無忌，第一次之後，他問張無忌是否記得，張無忌答：「記得了。」但張三豐卻說：「要忘記。」如是一而再之後，張無忌終於「完全忘記了。」因而領悟到真正的秘訣是：神在劍先，綿綿不絕。

這一段情節教我領悟到，原來學劍與學道是同一道理。學劍要「神在劍先」，學道則要「愛在道先。」一本聖經，內有千條道理，但「沒有愛，仍算不得甚麼。」學道、求道、講道之人，如果沒有愛，怎能像活水江河，綿綿不絕？只會是一潭死水，越來越臭越乾。如果能藏道於心，而不是只用頭腦裝載，真理與生命結連，又怎會忘記了？



當使命遇上愛

◎盧美玲

每一個來到世界上的人，都帶了使命，要奉獻給這個世界。

數年前在埃及居住了兩個月。當時有機會參觀了中東最大的一間孤兒院，人數有六百多人（據說在高峰期曾達到一千多人）。他們自供自足，製作麵包、種植葡萄等蔬果、飼養動物等。裏面也有牙醫診所，每年都有志願醫療隊伍前來提供服務。

事隔多年，連孤兒院的名字都想不起來了，但有兩件事情卻非常難忘。第一是關於他們的創辦人，乃是一位來自美國的女子。不記得她的名字，也忘記了她是哪一年去到開羅的；然而人人都知道，當時她非常年輕，從上帝領受了前往中東開辦孤兒院的使命，可惜無法獲得未婚夫的認同。

結果，她寧願放棄這段感情，隻身去到開羅，實踐現了這個使命。一位異國女子，為了生命的託付，不怕壓力與艱辛，衝破一切難關，甚至放棄至愛與婚姻。她的生命帶著火，燃燒自己，照亮別人。

第二件難忘的事，乃是看見許許多多在這間孤兒院長大的孩子，不但在基本生活上獲得照料，更有機會接受教育。他們完成高等教育之後，回到這間孤兒院，參與各種的服事與工作，讓這間孤兒院可以繼續發展，繼續收容孤兒。

因為一個女人奉獻了自己的生命，便祝福了無數被遺棄的孩子；生命的火，得以代代相傳，繼續燃燒、繼續奉獻。

參觀的時候，有人告訴我們，曾經有其他人在附近開設另外一間孤兒院，結果卻是無法經營，結業收場。我們很驚訝的問，為甚麼？他說：「因為那兒沒有愛。」

使命、奉獻、燃燒，再加上愛，改寫了無數黑暗的命運。奉獻，驅走不幸、創造奇蹟。奮力開拓各種奉獻的空間與方式，就不失為存在的意義與價值了。





他們都像



◎張潔婷醫生

已經是晚上 11 時了。我提起腳步，悄悄的走進病房，看看他們怎麼樣。好極了！他們都像睡美人一般，還邊睡邊奏出規律的聲音；他們可愛的睡姿，就像捲曲在母腹內的小寶寶。噢！還有他，他還未把眼鏡除下便睡了，咀角還有甜甜的笑意。他們每個都睡得如此安寧，如此放鬆和感到安全，一點兒也感覺不到我的出現。

在老人內科病房服務只有短短三個月，以前從沒想過原來老人家是如斯的可愛！他們就像小孩子一樣——天真、單純和需要呵護。接觸了他們之後，我對他們有一份莫名的尊敬，因為他們曾經把青春和力量貢獻給社會、默默耕耘，直至年老體弱；現在豈不是我們有機會回餽的時候，好好讓他們得到保護和照顧嗎？

我很享受當夜班，因為晚上的病房顯得格外寧靜，一切都變得慢下來；當然，有時也有獨自一人孤單和無助的感覺。不過，這一份孤寂的感覺很快就會被病房中的安祥所驅散。因此，雖然晚上巡房並非我的份內工作，但我卻很喜歡走到病人當中，看看他們是否能夠入睡。

醫院對病人來說並不是一個可愛的地方，因為這裏不是他們的家。他們所穿的、所吃的、所用的，所躺著的床，都不是熟悉的，也是沒有感情的。但他們都知道自己有病，需要在這裏受照顧。所以這裏對他們來說是一個既提供安全感，卻又讓他們有點不安的地方。在這裏，他們連僅有的私人空間也沒有，甚至要面對無法預知的未來。他們不能再掌控自己的健康，甚至起居飲食，差不多每一樣都要假手於人。每每想到，他們竟然如斯的信任我們這些年輕的後輩，把自己的生命交給這些從來都不認識的年輕人手上，任憑我們替他們診斷、醫治和照料，我就不得不更小心和謹慎了。

睡得好，對一般人來說，是一件很平常的事。但對病人來說，能夠安然合上眼睛，徹夜入眠，實在是一件很難得的事。因為疾病帶來的是不安、困惑、疼痛、埋怨、恐懼、甚或是絕望。所以每當夜瀾人靜的時候，病人的思緒或會更加起伏，往往難以入睡。所以每次當我深宵巡房時，看見他們一臉安睡的樣子，都會帶給我莫大的滿足和欣慰。

我很慶幸自己能夠在醫院遇上這些可愛的老人家。他們時常提醒我要以三個“P”作為自己的座右銘：Proficiency（精湛的醫術）、Passionate（火熱的情懷）和 Perspective（清晰的目標）。但願每一個醫院的病人都能夠對我們這些年輕的醫生有更多的信任，並且安心地接受我們的照顧與關懷。■

歡迎投稿：請參 P.9 頁 *



有人明白和支持 是那麼重要！

◎芬



2000 年因為自己精神壓力太大，整個人崩潰下來，最後入了醫院。在住院期間，遇上了張院牧，她知道我心裏有很多鬱結，於是很主動的與我傾談。最初我也不大願意分享自己的故事，但她卻很有耐性地等候和引導我，漸漸地我開始與她談及我的過往，她很用心地聆聽，雖然我常常重複又重複地說，但她卻依然耐心地開解我。我不是信教的，但也不抗拒她為我祈禱，因為每次祈禱後心裏都會平靜多一點。我總覺得張院牧的出現是上天的安排，因為到了 03 年，我的身體出現了罕有的病，纏繞我至今天，幸好有張院牧一直與我同行。

我所患的病俗稱「硬皮症」，屬於結替組織科，病徵類似紅斑狼瘡或類風濕病，總的來說就是免疫系統失衡。最初發病時，還以為自己只是患了嚴重的感冒，漸漸發覺手腳無力，全身骨頭痛得要命。醫生知道情況不是想像中那麼簡單，於是為我照肺驗血，並且初步懷疑我患的是紅斑狼瘡病。由於我的關節持續地痛，醫生說不排除我有退化性關節炎，於是不斷地吃消炎止痛藥。

直至 05 年，醫生才確診我患的是硬皮症。由於這病比較罕見，更可以說是沒有絕對的良方，所以也是邊服藥邊觀察。西醫以外，我又試過中醫、針灸、水療

等，但都幫助不大。由於關節太過疼痛，晚上不能成眠，整個人疲倦不堪，心裏的苦澀更是難以形容。

雖然我沒有住院，但張院牧說過若有需要，可以聯絡她；所以當我情緒低落時，便會致電給她，向她傾訴我的苦情。她很明白我的感受，並且多加安慰，還鼓勵我不要放棄。若不是有她的開解，恐怕我也無法行過這幾年黑暗無光的日子。原來在病患中，有人明白和支持是那麼重要！

除了張院牧，我也要多謝我的家人。由於骨膠原失衡，令到手指經常痺痛，醫生叮囑我不要濕冷水和接觸冷凍東西，所以丈夫分擔了不少家務和煮飯等工作，讓我可以輕省一點。

多年來吃不同的藥，身體出現了很多副作用，心肝脾肺腎都有或大或小的毛病，連眼睛也有問題，總之全身都不妥當，現在更要定期到醫院做物理治療。我知道這個病不會離開我，我只有與它共存。還幸我仍能樂觀面對，我常常安慰自己，現在還行得走得，已是一份禮物。從前因為家庭的問題帶給自己很多煩惱和壓力，經歷這幾年的大病，我也學會了盡量放開；或許這也是上天的安排，原來人生確實有學不完的功課！■

*歡迎投稿

「醫心直說」和「病癒隨心」是醫療人員和病人分享心中情感的專欄，藉此對映出醫者的堅持和關心，病人的勇氣和期盼。

● 來稿字數 800 字為限 ● 來稿需付真實姓名 ● 不設稿酬及退稿 ● 請繕寫清楚，中文打字更佳。
● 傳真：(852) 2339 0966 ● 電郵：wecare@hospitalchap.org.hk ● 郵寄：九龍樂富杏林街4-6號地下 香港醫院院牧事工聯會
查詢：(852) 2339 0660 梁小姐 (Edith)



無藥？可醫！



◎ 江嘉偉（臨床心理學家）

濫藥問題近來成為城中熱話，每天翻開報章，各大小新聞中都少不免出現一兩則關於「索K」或驗毒的報導。冰封三尺，非一日之寒，濫藥問題其實多年以來一直存在於我們的社會之中。

濫藥的歷史

翻查歷史，現今毒品中有紀錄的第一種，應該是提煉自罌粟的鴉片。人類早於新石器時代（公元前 9400 至 3500 年）便懂得利用它的鎮痛效果。鴉片直至十四世紀才開始被用作非治療性的娛樂性用途，十八世紀更傳遍世界。九十年代以前的香港，鴉片類毒品（包括鴉片煙和海洛英）幾乎是唯一選擇。其他各式各樣的毒品，包括大麻、咳藥水、甲基安非他命（俗稱“冰”）、安眠藥、氯胺酮等等，一直到九十年代開始才較常被濫用。

自古至今，被濫用的藥物都有一個共通點，當他們被適當運用時，都是一些可以造福人群的醫療藥物。在濫藥這個問題上，藥物是一個媒介，一種被人利用而達到某些期望中效果的物質。當然很多被濫用的藥物於生理上會造成一系列上癮反應，但濫藥者本身於這個問題中亦扮演一個重要的角色，這就是從心理學去研究濫藥問題的出發點。

心理成癮之路

濫藥者在未接觸藥物前，由於成長經歷和身邊環境，對藥物所帶來的後果都有一定期望和理解。有些人期望用藥物來逃避負面情緒，有些人則用來提升正面感受，更有些人認為用藥會帶來身邊朋輩的認同。因此藥物被利用成一種能改變經驗和人際關係的工具。研究指出，一旦對藥物產生期望，無論是正面或負面，這些期望會令用藥者較集中和記得合乎他們期望中的反應，因而塑造了用藥後的主觀經驗。

當濫藥者接觸過藥物後，而藥物亦帶來合乎期望中的即時效果，由於「經驗影響行為」的道理，濫藥者往後用藥的機會便會增加。更甚是，濫藥若被用來暫時逃避問題和減輕負面感覺，藥物便慢慢成了心理上的倚賴，並利用作為「解決」問題的工具。每遇問題，都會尋求藥物來「解決」，慢慢形成一種習慣。當濫藥行為變成習慣，濫藥者的生活各個層面都會圍繞著這個濫藥問題而改變，令濫藥行為成為生活中不可或缺的一部分。

事實上不少濫藥者起初都是基於「玩玩吓」、「我玩藥」的心態，其後慢慢步上越吸越多、越吸越密的倚賴之路。不止一位濫藥者告訴我，他們濫藥之初大都是週末逢場作興時才「索吓K」，後來越「索」越密，到了

每天以至每小時皆不能沒「K」的地步，甚至比喝水還頻密。

當然，長期濫藥會帶來種種不良後果，但何解這些負面後果卻影響不了濫藥的行為呢？原因是當這些因濫藥而起的問題出現時，濫藥者反過來會利用藥物幫助他們即時（雖然只是暫時）「處理」這些問題，結果造成了惡性循環的出現。

心理上的治療和康復

從行為改變的角度看，要改變一個習慣和拆解其背後種種因素和惡性循環，足夠強的動機以及有效的技巧和支援是必須的，心理治療更可扮演催化改變的角色。當濫藥問題的程度較嚴重或引伸出的問題範圍甚廣時，專業介入就能發揮更針對性的作用。

當濫藥者尋求臨床心理服務時，臨床心理學家可以：

- 對其問題作出深入的評估
- 按著評估中所得的資料，攜手與濫藥者一起訂下改變濫藥道路上的目標
- 利用心理治療所發揮的功能和提升動機的技巧協助濫藥者釐清內心的矛盾和堅定自己的信念
- 教導濫藥者管理情緒、思維、心癮和實際問題的技巧，從而提升他們處理高危情況和預防重吸的能力

- 若果濫藥者出現其他精神心理問題（如抑鬱症、焦慮症、人格障礙問題等等），心理學家亦會「對症下藥」，安排適當的心理治療

除處理濫藥者個人之外，濫藥者身處的環境對他的影響亦需要注意。從現實層面看，和濫藥者接觸得最多的通常都是他們的家人或身邊人。外國就有心理學家致力研究透過這些「關懷且重要的人物」(Concerned Significant Others; 簡稱 CSO)，提升他們處理與濫藥者之間關係的技巧，從而令濫藥者的無藥生活比濫藥生活更吸引。從經驗上看，這些「關懷且重要的人物」往往都有很大的動機去幫助濫藥者，而不少濫藥者其實都很重視和他們的關係，甚至會對他們感到內疚。由此可見，重新給予濫藥者和他的家人一個重建關係的機會和方法，對濫藥問題的治療和康復有事半功倍的效果。

你我一分力

以上談到有關濫藥問題，都是從心理學角度分析的層面。要清楚了解和針對濫藥問題，我們需要有更開闊、更全面的角度。濫藥問題牽涉的範疇其實甚廣，沒有人能在這問題上獨善其身。當我們下一次從報章、從其他媒體、又或者從身邊的親友同事聽到一些有關濫藥的事情時，試試從不同角度去理解。就讓我們一起攜手，共同關懷濫藥這個社會現況。🍊

親愛的 Mary：

今天下班，回家途中，傳呼機嗶嗶響起來，即時拿起手機回電。聽筒傳來你清脆喜悅的聲音：「我不在醫院，我現在是在家裏。院牧，你記得上次在醫院的走廊嗎？當時你用輪椅接我到二樓餐廳去吃下午茶，期間有人在走廊採訪及拍攝，你還告訴我，他們距離我們那麼遠應該拍不到的。昨晚我看電視，原來我們做了佈景板，我即時用手機拍了下來，下個月我返來覆診時拿給你看…」

真的很開心接到你的電話，更因為你想告訴我那天在走廊的趣事。

收了線之後，腦海浮現一些片段。認識你差不多十年了，那次你因急症回來看病，但等待又等待，經過了一個漫漫長夜，再過了一個上午，仍在等待的你發出求救，求救聲來到院牧部，我如空降兵在急症室四處尋找你。相遇的一刻，只見又倦又冷又餓的你瑟縮在一角，你需要一碗熱辣辣的湯麵、一杯熱茶及一位熱情的救星。

自此之後，你每次入院，都會主動告訴我。我們分享家事、生活事和信仰事，然後一同祈禱。可是後來你不再告訴我你入院了，就是巡房時遇上你，你也請求我只要細細聲為你祈禱，因為你不想別人知道你是基督徒，聽到你的心聲，我心裏很難受。

去年的冬天，你再次入院。憔悴的面容，憂鬱的眼神，一望就讓人感受到病痛帶來的折磨。為了幫助你可以再站起來，當務之急必須先讓你重拾那信心。我想，先由簡單做起吧。除了用心聆聽、陪伴、禱告之外，每天就是鼓勵你進食，還得先了解你喜歡的食物及飲品。還記得有一次，按你的要求，在擺放便盆的椅子旁邊我們一同享用下午茶。看見你開心的神態，我已不再計較了。後來你的身體漸有起色，可以接你到小禮堂參加週五崇拜，再進一步，你可以回家過年了。

幾個月前，你回來覆診，我們在二樓餐廳見面。那次，你告訴我，不要叫你 Mara(從前的名字)，你不喜歡這名字。因你自小就患病，過了多年才知自己患的是紅班狼瘡症。媽媽早死，在年少時，爸爸又不疼愛自己，雖然有姊姊和妹妹，但久病難顧，她們有她們的生活。你要改一個新名字，要重新再來。今天，從電話聽到你的心聲：「院牧，我現在要好好活下去，長期一個人住會很寂寞，有病纏身更感覺孤單，甚至沒有人理會，所以我要返教會，在家要讀聖經，求神不要讓我辛苦，我已經好滿足。」

親愛的 Mary 姊妹，謝謝你的電話，你知道嗎？能夠知道有一個人可以從消極中重拾對人生的盼望，再沒有比這個讓我們更滿足了。

願你常常喜樂！期盼再見的日子。

愛你的院牧 桂蓮
2009 年 11 月



苦瓜與涼瓜

亞澍



聖誕節都嚟緊喇，仲扮鬼？



好悶呀！



好悶？宜家咪嚟同你探熱囉。

仲有量血壓嘛，次次都係呢兩樣，好悶呀！



咁今次打埋針好唔好？



你當我傻咩，醫生應承我淨係食藥得喇。

咁你幫我手同其他小朋友量血壓囉。



車，上次求你都唔肯，你點會俾我玩吓。



係咪你都量到悶呢？



悶？一路量一路同你傾偈，唔悶喔。你地個個好地地咁等我量血壓，我就好開心。

你地D大人就係咁，好似個D明明係苦嘅瓜都要叫做涼瓜。



嘩，你講得咁深奧嫁！

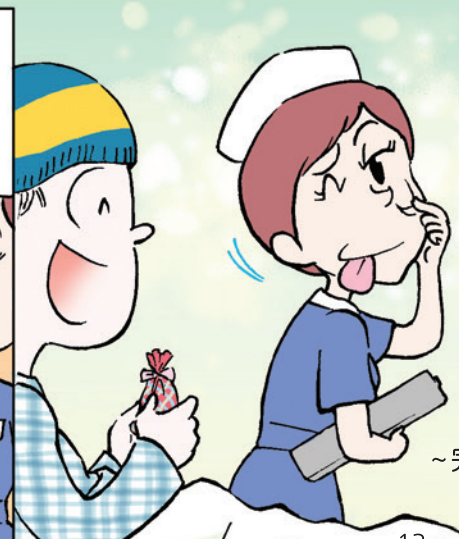


唉，見你咁悶，又就黎聖誕節，送份聖誕禮物俾你喇，苦瓜仔。

有咁好？量多次血壓呀？



咁我唔做苦瓜，你繼續做『量』瓜啦！快D去量血壓啦。嘻嘻。



~完~



女人 50

◎ 陳嵐峯醫生（香港家庭醫學學院）

「心煩、多疑、潮熱……」多年前，有廣告用這樣的詞語，來形容更年期的女性，最後廣告提出的解救方案，是原來大家都需要「靜心」。究竟，更年期是否真的這樣令人心煩意亂？更年期是否如洪水？更年期女性又是否像猛獸？

眼前的何女士，一頭嫵媚的卷髮，高雅的上衣，還配襯著一對晶瑩的珍珠耳環，充滿著成熟女性的韻味，可是在診症室中，她雙眉緊鎖，甫坐下來即問：「醫生，我還算是個女人嗎？」

我被她這個問題弄得不明所以，定定的望著她，她嘆了一口氣：「醫生，我已有半年沒有月經了，我感覺自己已不是一個女人了。」

不少女士都像何女士一樣，早已「風聞」更年期的女性大概會有何徵狀，但當真正面對更年期的來臨時，還是未能接受這些轉變。其實，凡事總有兩面，何女士因月經而來的「身份危機」，對某些女士來說，停經可是「乾手淨腳」的樂事，認為從此免去很多煩惱。

何謂更年期？

所謂更年期，是指女性絕經前後的時期，卵巢的功能，從「最佳」的狀態，逐漸進入「退休」的狀態。而身體亦從性成熟期，進入至不能生育的階段，以絕經為一個明顯的分野。

而月經改變，是進入更年期的重要指標。有些女士可能月經周期延長，如以前每月來經一次，慢慢延長至個半月才來經一次，再逐漸延長至兩個月、三個月等，而行經時間就會縮短，經量愈來愈少，跟著慢慢就會停經；也有部份女士月經周期變得不規則，如行經時間延長，經量多，甚至大出血等；但亦有部份人會突然停經。如果女性連續一年沒有來經，而又沒有其他病理因素，就屬於自然絕經，大部份中國女性都是五十歲左右，就會進入更年期。

期間由於卵巢功能衰退，容易引起一些生理變化，如潮熱、多汗、煩躁、失眠、心慌、尿頻、容易疲倦等，但這些症狀大都屬短暫性的，可以控制或避免，大部份的女性都能平穩過渡。

更年期的煩惱

不過，要留意的是，更年期的女性，由於失去雌激素的保護，的確令生理上出現了一些變化，令患上慢性病的機會增加。例如因少了女性荷爾蒙的「保護」，而令女性骨質流失得更快，因而更容易患上骨質疏鬆症，或更容易出現骨折；而體內的血脂膽固醇，亦會上升，增加心血管病的風險。

聽過不少男士取笑一些脾氣壞的女士，會說她們是「月事到」或「更年期」，彷彿女性的情緒，是受著荷爾蒙的變化而改變。這種論點只能算是部份正確，因為除了生理的變化外，踏入更年期的女性，亦正面

對不少社交上及身份上的重大轉變，因而令她們承受較多的精神壓力。

更年期出現的時間，多是在五十歲左右，那時子女可正值青春期或已長大，進入追尋理想，展開拼搏生活的職場階段。從前在家中吵吵鬧鬧的一班「嘩鬼」一下子消失了，子女對自己的依賴亦減少了，婦女由從前「周身唔得閒」，變成「成日好得閒」，這種「空巢」狀態，確實需要很大的適應。

而孩子離巢，代之而來，可能是年紀漸邁的父母，更需要依賴更年期婦女去照顧；又甚至是身份的轉變，從「媽媽」，升級至「嫲嫲」階段；婆媳相處，照顧孫兒等問題，隨時都成為更年期婦女的壓力點。所以更年期婦女，更容易焦慮、暴躁，甚至患上抑鬱症。

可見，更年期的問題，並非單純由生理引起，社交及家庭的改變，亦令更年期婦女增加不少壓力，所以要預防更年期的問題，應以全方位從多處著手。

輕鬆面對更年期

首先要明白的是，更年期是人生必經的階段，世界上有接近一半人口，已經或將會經歷更年期的種種變化，既然無可避免，何不坦然面對？用一份新的心情，去接受一個新的身份，或許你會找到失落多時的冒險精神及新鮮感。

也請你記著，你絕非孤軍作戰，遇有問題，不要羞於啟齒。不一定要找專業人士幫忙，與另一半商量，也是很好的舒壓方法。從前將全副心思放在孩子身上，現在他們離巢找尋自己的人生時，亦正是你與老伴展開新的「二人世界」的好時機，與子偕老的，畢竟是你那另一半。

身體方面，萬試萬靈的藥方，就是多做運動，這樣既可保持身體最佳狀態，也有助放鬆心情，減低更年期的徵狀。加上定期找醫生做相應的檢查，如子宮頸抹片、乳房、骨質密度測試、心血管風險評估等等，已是萬全之策了。

如真的發現很多更年期引起的不適，可以與醫生商量，考慮使用藥物治療。如發現情緒有抑鬱或焦慮的情況，亦不妨坦然與家庭醫生商量，數據顯示，藥物或心理輔導，能治療更年期相關的情緒問題。

人生每個階段都不同，但都離不開生理、心理及社交的層面，只要我們存開放的心，坦然去面對，與家人及專業人士商量，定能解決很多問題。❤



尿頻

◎ 陳慧琮 註冊中醫師

正常成人日間小便次數 4 至 6 次，夜間 0 至 1 次。若次數明顯增加則屬尿頻，尿頻是一種症狀。如大量飲水或在冬季，尿量及小便次數亦會增多，此屬正常現象。

尿頻的原因較多，大概可分為幾種。有部份糖尿病患者，除了有小便頻及尿量多之外，還有口渴多飲、多食、消瘦等症狀出現。有些女性因子宮肌瘤增大或妊娠期胎兒子宮增大，壓迫膀胱致膀胱容量減少，也會有尿頻的可能。急性膀胱炎或尿道炎的患者，在炎症刺激下，會同時出現尿頻、尿急、尿痛的不適。有些非炎症刺激，如尿路結石、也有尿頻的現象。還有一種尿頻，就是當精神緊張、焦慮或恐懼時出現，多發生在日間或夜間入睡。其他如腎盂腎炎、前列腺疾病、膀胱癌、膀胱結核等，亦會出現尿頻現象。

有部份尿頻病患者，身體沒有實質性病變，每當過度疲勞，或過食生冷食物時，小便就會頻密，此乃體質虛弱，即中醫所說的脾腎不足，膀胱約束欠佳所致。

積極治療引致尿頻的疾病，平日持之以恆做適量運動，生活要有規律，飲食均衡，遠離煙酒和刺激性飲食，保持良好的情緒等，這樣才可將尿頻治癒。

如果屬於體弱小便頻數，而無其他實質性病變者，可選用以下食療方：

蓮子芡實瘦肉湯

組成：蓮子五錢、芡實五錢、豬瘦肉六兩、生羌一錢

功效：健脾補腎、縮小便

- 蓮子——性味：味甘澀、性平
功用：養心安神、益腎固澀、健脾止瀉
- 芡實——性味：味甘澀、性平
功用：固腎澀精、補脾止瀉、祛濕止帶
- 豬瘦肉——性味：味甘咸、性平
功用：滋陰潤燥、益血
- 生羌——性味：味辛、性微溫
功用：發表散寒、溫中止嘔、解毒除痰

性質：平和

適應證：脾腎虛損之遺尿、夜尿、小便頻數

使用注意：外感、便秘、小便艱澀均不宜

- 製法：
1. 蓮子、芡實用清水浸洗
 2. 瘦肉洗淨切片出水
 3. 生羌去皮洗淨切片
 4. 將所有材料用清水五碗煎存二碗，加鹽少許調味即成。

服用法：飲湯吃渣、溫服



如果家人失去精神能力 該怎麼辦？

◎ 陳榮基律師

首先，我們需要先界定何謂「失去精神能力的人」。這包括：

1. 精神紊亂者至不能管理其財產及事務的人士。
2. 弱智人士（低於智商 70）

以下的兩個案例，說明有一些人會因為失去精神能力，不能照顧自己或辦理事務，因此他們必需有其他人代替他們行使屬於他們的權益。

康仔年屆 35 有多，中度弱智，年老的父母日漸失去能力照顧他。康仔的大姊希望送他反內地，在鄉下替他找一個太太照顧他。但康仔的弟弟反對，認為他留在香港繼續宿舍的生活，在庇護工場工作較好，一家人經常為此事爭吵不停。

黃太患上老人痴呆症，失去能力動用戶口的金錢，但她每月要支付生活及醫療的支出，所以必須向銀行提款並要變賣名下的房屋套取現金。

親友倘若是成年的「失去精神能力的人」，像黃太有現款不懂得去提取，有房屋卻不懂得變賣，既不能給予醫生恰當指示，又或像康仔不懂得安排本身的事務，該怎麼辦？

1. 非正式安排處理

失去精神能力的人因為沒有足夠能力為自己作決定，而需要親屬、專業人士或社會工作者代他們作出決定；只要該決定符合那一位失去精神能力的人的

最佳利益，便是合法和合適。例如社署會接受由家人代替精神病患者簽取綜合援助金。

2. 申請監護

如果非正式安排不能發揮理想效果，例如失去精神能力的人的親屬彼此之間意見分歧，便需要提出監護申請，因為監護人承擔了所有的責任和決定權力。這避免了集體決定容易衍生的衝突，只是由那一位家庭成員作監護人，才是最關鍵。申請可向「監護委員會」提出。但需先有醫生證明受監護者的確為「失去精神能力者」；並由社會福利署社會工作者作調查家訪，最後由監護委員會批准，並委任監護人。

受委任的監護人，可以代表沒有精神能力的人在醫療或財務上作出決定，亦可代他們持有、收取或支付每月款項（現時為最高港幣 10,500 元），作為他/她的供養或其他利益。但監護人有法律責任保存適當記錄及賬目。

3. 產業受託監管人（Committee of Estate）

像黃太的案例，她的丈夫或子女需要向法院申請成為產業受託監管人才可以為黃太的福祉處理她的錢和物業。

產業受託監管人的權力範圍很闊，如經法庭批准可以包括替失去精神能力者投資、買賣物業租賃、簽約等等。他有責任向法院作出報告。

* 本文作者為資深事務律師。



年年都「派糖」

——力抗小兒麻痺症



子女病倒了，父母除了心痛之餘，最頭痛的問題相信是如何逗孩子乖乖服藥。也許藥廠商也了解父母的困難，所以給小孩子服用的藥水總是五顏六色，即使味道難算可口，至少也有利於幻想。若然藥物與糖果真的能夠二合為一，那可真是普天下父母與孩子的一大喜訊！其實這亦非天方夜譚，翻開你小時候的記憶，有否曾經為了吃一粒護士所派的方糖而排過隊？

小生命的大敵人

50 至 60 年代的香港，人口急速膨脹，基層市民居住環境擠迫，衛生欠佳，許多傳染病長期威脅著普羅大眾，除了例如肺結核（肺癆）、霍亂、天花和流行性感冒這些多年來廣為人識的傳染病，一些專針對幼童的疾病常令父母們提心吊膽，小兒麻痺症就是其中之一。

小兒麻痺症又名脊髓灰質炎，該病毒經食道侵入人體後，會隨著血液循環進襲中樞神經系統，破壞肌肉功能。初期症狀包括發熱和全身不適，數天後全身疼痛、肌肉痙攣、四肢震顫、肌肉麻痺甚至枯死。若控制呼吸的肌肉也受到傷害，病人甚至會感到呼吸困難，嚴重者可以致命。由於此病毒經人傳人，若然患者的居住環境衛生欠佳，排泄物處理不妥善，病毒散播的機會便更高。



與別不同的疫苗

政府要幫助市民解除傳染病的致命威脅，除了從改善衛生環境和市民的衛生習慣著手，另一個普遍使用的方法，便是替市民接種疫苗。小兒麻痺症於 60 年代初在香港爆發，確診個案由 1960 年的 148 宗逐年上升，61 年出現 184 宗，62 年則升至 363 宗，患者絕大部份是初生至五歲的幼童，而三年來錄得的死亡個案也同樣上升，分別為 23 人、39 人和 52 人。眼見情況岌岌可危，加上此病並無根治方法，政府急忙於 1963 年一月推出預防小兒麻痺症運動，呼籲家長帶子女到港九新界各醫院、診所、母嬰健康院等接受疫苗，當局另特設流動疫苗分發站，務求方便市民和加強宣傳。

今天為人父母者大都試過多次帶子女接受疫苗注射，每次都是「打在兒身，痛在娘心」。但有別於一般注射式的疫苗，當年政府所採用的預防疫苗，是剛被引進的沙賓口服劑。對於手抱嬰兒，護士會將混和了糖漿的疫苗直接滴在嬰兒的舌頭上，而小童的服用方法則非常有趣，護士會將一塊滴有疫苗的方糖送進小童的口中。這種服用方法真是一絕，不論父母與小孩子都肯定樂於接受。這疫苗的服用程序還有一個特點，服用者必須在第一次服用後八個星期再服第二次，否則無效。

本土個案絕跡

首年的預防小兒麻痺症運動成效立竿見影，1963 年呈報個案頓減至 53 宗，死亡案例也大幅下降至只有 4 宗。可惜，父母們對此病的防範意識似乎未有真正建立起來。事隔一年，在 1965 年首十個月，呈報的小兒麻痺症個案又回升至 128 宗，當中 15 人死亡。其實此病的預防疫苗自

1963 年開始一直在全港各醫療機構免費提供，可惜一些父母沒有好好利用，他們有些會懷疑疫苗的安全性而拒絕服用，而即使有帶嬰兒服用疫苗的 parents，當中仍有 15% 沒有再帶子女回去服用第二次，以致疫苗根本沒有生效。為此，醫務處再次發動宣傳，由醫務官員透過傳媒以真實病例向市民解釋此病的可怕，並呼籲家長帶子女服用疫苗。類似的預防運動亦於往後多年的冬季推行，以助嬰兒抵抗病毒於春夏來襲。

經過社會多年來的努力，香港在 1984 年開始便再沒有出現本土性小兒麻痺個案，世界衛生組織亦於 2000 年 10 月 30 日宣佈，本土性小兒麻痺已在「世衛」西太平洋區（包括香港在內）的 37 個國家和地區絕迹。而使用數十年的口服疫苗，近年已被新發展的注射式混合疫苗所取代，排隊等食方糖的有趣體驗亦已成歷史。畢竟糖果歸糖果，為免小童誤服，良藥始終應該是苦口的好。

1. 用方糖送服疫苗真受小朋友歡迎，看他的嘴巴張得多大，連媽媽和妹妹也似乎很羨慕呢！
2. 未懂得吃糖的嬰兒則由護士將混和了糖漿的疫苗滴進口中，亦免了一針之苦。
3. 為了加強宣傳，當年政府刻意邀請傳媒到復康中心採訪患上了小兒麻痺症的小童，讓公眾加深了解，並積極預防。



請支持 把關心傳開 讓醫院有愛！



*每本經費3元，每期經費6萬元。
捐款回應表刊於封底內頁。

《關心》是一份以醫院定位，專為病人、家屬、醫院員工出版的心靈關顧刊物。出版的目的是——**把關心傳開、讓醫院有愛**。並希望透過《關心》在醫院裏促進積極、和平、尊重、包容、關愛的精神。《關心》免費送閱，每期出版2萬至2萬5千本，由全港醫院院牧室派送有意收閱的病人、家屬、醫院員工，是一份非常受歡迎的心靈關顧刊物。

“我們夫婦倆曾經長時間進出和逗留在醫院之內，深深體會到醫院實在需要多一點的支持與關心。我們都認同《關心》是一件美事，希望你們會和我們一樣支持《關心》，讓醫院有更多的愛。”



查詢：2339 0660 院牧聯會 梁小姐 (Edith)

電話 / 網絡顯關心

電話收聽：

3678 3588

→ 見證系列，請按 ① →

→ 專題分享，請按 ② → 選擇你想聽的題目！

→ 講道信息，請按 ③ →

題目	講員	類別	時間 (時：分：秒)
每天無憂無懼	余德淳先生	見證系列	52:19
小麥子	陳敏兒女士	見證系列	48:58
在人不能，在神凡事都能	黃愛恩博士	見證系列	22:32
賺得全世界 (中國麥當奴之父的分享)	朱源和先生	見證系列	21:48
張崇德劉美娟夫婦見證	張崇德先生	見證系列	22:32
人生——起落？喜樂！ (張堅庭見證)	劉少康牧師	見證系列	1:05:16
當我所愛的人病了 (1)	楊牧谷牧師	專題分享	30:10
當我所愛的人病了 (2)	陳一華牧師	專題分享	26:01
當我所愛的人病了 (3)	多位講員	專題分享	51:30
擴闊你的心靈空間	何羅乃萱師母	專題分享	1:12:53
在掙扎中成長的操練	溫偉耀博士	專題分享	1:24:23
憂之良品	李錦洪先生	專題分享	43:14
喜樂之源	蔡元雲醫生	專題分享	32:08
拉撒路出來	羅錫為牧師	講道信息	37:34
天堂與地獄	羅錫堅牧師	講道信息	31:36
一生中你找到了甚麼	林以諾牧師	講道信息	35:35
上帝的數學	陳恩明牧師	講道信息	28:08
雙重的醫治 (含程翔見證)	楊柏滿傳道	講道信息	40:41
美妙的人生 ~ 擁有喜樂的生命	吳家駒牧師	講道信息	48:53

• 中止收聽後，如用同一電話收聽同一信息，可選擇由中止的地方開始。

鳴謝：華人教會網絡/新音訊全力支持

網絡登入：church.com.hk

先進入 church.com.hk 的「分類」，然後在「專輯」中選出「關心專輯」，就可以找到你想聽的題目。



與其讓時間白白流過，不如把握機會用心感受。

病人互助組織介紹

疾病，會為病人和家屬帶來身心的痛苦與壓力，面對措手不及的挑戰，可有過來人或同路人予以援手？香港有為數不少的病人互助組織以及社會機構願意與您同行，如欲查詢有關資源，可登上以下網頁：

- 醫院管理局 http://www13.ha.org.hk/healthinfoworld/zone/zone_01.aspx
- 病人互助組織聯盟 <http://www.apmho.org>

如在住院期間，希望聽一些詩歌、見證分享，又或想閱讀一些信仰書冊和病人見證，請與院牧室聯絡。



如果你，或你的親友：

- ☒ 心靈需要支持
- ☒ 面對手術或治療有恐懼
- ☒ 不懂得如何安慰家人／病者
- ☒ 知道不幸的消息，不知如何面對
- ☒ 對治療的進程感到擔憂
- ☒ 有問題未能解決，
希望有人提供意見
- ☒ 希望祈禱／洗禮／聖餐……
- ☒ 希望有人傾訴

請按右面電話聯絡所住醫院的院牧室

院牧部有定期的員工聚會，亦會關顧院內醫護同事。如需約談或查詢聚會詳情，請與有關院牧室聯絡。



院牧部經常都會舉辦病人福音聚會，又會於特別節日，安排義工到病房送上關懷和祝福。如想參加病人聚會，歡迎向所住醫院院牧室查詢。



葛量洪醫院	2814-9088
黃竹坑醫院	2873-7271
瑪麗醫院	2855-3770
馮堯敬醫院	2855-6157
根德公爵夫人兒童醫院	2855-6157
麥理浩復康院	2855-6157
東華醫院	2589-8386
東華東院	2162-6362
律敦治及鄧肇堅醫院	2291-1833
養和醫院	2575-5554
聖保祿醫院	2575-5554
港中醫院	2575-5554
東區尤德夫人那打素醫院	2595-5507
伊利沙伯醫院	2958-7011
廣華醫院	3517-5203
黃大仙醫院	2354-2890
九龍醫院	3129-6956
播道醫院	2760-3494
香港浸信會醫院	2339-8908
香港佛教醫院	2338-9694
基督教聯合醫院	3513-4691
靈實醫院	2703-8797
明愛醫院	3408-7486
寶血醫院	3408-7486
瑪嘉烈醫院	2990-3271
葵涌醫院	2959-8234
仁濟醫院	2417-8076
屯門醫院	2468-5433
青山醫院	2456-8430
博愛醫院	2486-8449
威爾斯親王醫院	2632-3275
沙田醫院	2632-3275
沙田慈氏護養院	2632-3275
白普理寧養中心	2632-3275
仁安醫院	2632-3275
雅麗氏何妙齡那打素醫院	2689-2240
大埔醫院	2607-6607
北區醫院	2671-2732
長洲醫院	2981-9441 Ext.61

香港醫院院牧事工聯會 2339-0660

把關心傳開・讓醫院有愛

- ☐ 本次捐獻
- ☐ 每月捐獻
- 由____年____月至____年____月（□至另行通知為止）
- ☐ _____元支持_____醫院院牧服務
- ☐ _____元支持院牧聯會事工
- ☐ _____元支持《關心》出版
- ☐

☐ 信用卡 ☐ VISA ☐ MASTER ☐ JCB

如用信用咭，可直接傳真：(852) 2339 0966

信用咭號碼：|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|_|

信用咭姓名 (英文正楷) : _____

簽署：_____有效日期：_____月_____年

*若以信用咭作每月捐獻，銀行將按註明的日期每月支付。

- 支票：請寫「院牧事工聯會」或“AHKHCCM”並加劃線。
 - 銀行直接存款：匯豐銀行143-5-014681
(請將銀行入數紙連同此表格傳真或寄回)
- * 捐獻可獲稅局扣減稅項。定期捐獻支持，更助院牧服務穩定發展。**

個人資料： [請用正寫，中文更佳]

(用作寄發收據及通訊，絕對遵守私隱保密條例)

姓名：_____先生/女士

(如有尊稱，敬請列明)

地址：

電郵：電話：

郵寄地址：九龍樂富杏林街4-6號地下 香港醫院院牧事工聯會/或

如有查詢，歡迎致電院牧室或院牧聯會。Tel: 23390660

“家——是我們心靈的殿堂，
是一個洋溢溫馨、愛和寬恕的地方。”

祖魯 雷德

凡事不可虧欠人，惟有彼此相愛，要常以爲虧欠。
因爲愛人的就完全律法。

(聖經·羅馬書 13 章 8 節)

本刊出版經費全賴捐助，敬請支持，讓更多醫院中的病人、家屬和員工得到關心。回應表見頁後。

全年捐助50,000元或以上：



鳴謝本期捐助出版1000本或以上：

吳順珠女士

蔡潔儀小姐

陳淑娟女士

鄭淑兒女士

何樂燕女士

Bematek Ltd.

出版：香港醫院院牧事工聯會 | 地址：九龍樂富杏林街4-6號地下 | 電話：(852)2339 0660 | 傳真：(852)2339 0966

網址：www.hospitalchap.org.hk | 電郵：wecare@hospitalchap.org.hk

顧問編輯：吳思源 | 主編：羅杰才 | 文稿編輯：從心會社 | 統籌：梁婉琴

設計及排版：OpentheClose.com | 封面攝影：黃少凌

版權所有 免費贈閱