18
2009年9月

把關心傳開．讓醫院有愛

關心

真心享分

黃愛恩：瑕疵其實也是樂章的一部份

醫心直說
寶貴的一課

關心健康
皮毛不膚淺

院牧服務
全人醫治 全人健康
Holistic Healing & Health

瑕疵其實也是樂章的一部份。

——黃愛恩

自從07年在「星期日檔案」被介紹後，加上去年在殘奧開幕禮上擔任表演嘉賓，有更多的人對我漸感興趣——怎麼只有三隻手指的人，竟然可以彈奏鋼琴，而且還可以在大學教授音樂？

手術是我的暑期作業

由於雙手天生不健全，從半歲開始就要不斷的接受外科手術。雖然當時年幼，許多經歷和感覺都已經印象模糊，但手術室那懾人的格局，每次手術後拆線的痛楚，麻醉藥帶來的副作用等等，如今仍然記憶猶新。最難忘的是，當年在醫院拆線時，每次護士從剛癒合的傷口中拔出縫線，那種皮肉之苦，今天憶起仍然讓我寒毛直豎。總之，每年暑假一到，我便要入醫院，為雙手的缺陷作出補救，然後帶著紗布包裹著的雙手過暑期的日子。每年如是，直到我進入初中才停止。

我曾經埋怨上天，為何要選中我，為何妹妹有纖巧的雙手，而我卻十指不全？打從幼稚園開始，我最不喜歡收到的禮物就是——手襪。但我亦曾經悄悄的將一雙手襪的指頭塞滿紙屑，然後穿上它，幻想自己擁有十隻手指的感覺。

手上那數不清的疤痕，記錄了那數不出次數的手術。年紀漸長之後，聽人說手掌上有甚麼「生命線」、「愛情線」、「事業線」等掌紋，但我手中甚麼線都被割得支離破碎。從斷了的生命線，我更無知地擔心自己只有二十歲壽命，但卻已經花了十多年來做手術。餘下只有幾年的生命，夠我完成多少個心願呢？

學琴是為了「叮噹」

但不斷的折磨反而令我生出更大的勇氣來。由於不甘心自己的時間與自由多年來被剝奪，有一年留醫的時候，我立志將來要實現三個願望：第一是環遊世界，第二是去迪士尼樂園，第三是要學鋼琴。當年呆在醫院裏，雙手包著紗布，甚麼也做不來，每天陪伴著我的就只有卡通片，學琴的志願就是為了彈奏我最愛的卡通片主題曲。

環遊世界和去迪士尼樂園對一個小孩子也許太遙遠了，但我要學琴卻是可能的。只是按我的情況，難免要面對許多客觀上的困難和限制，單是找老師就已經不容易。但由於我有興趣，家人也極力支持，加上老師悉心教導，我彈琴的進步仍算理想。沒有多久，彈奏「叮噹」和「小忌廉」主題曲的願望已經達成了。

雖然雙手有缺陷，但由於自幼已經習慣，所以除了動手術的日子，日常生活其實並不如想像的不便。例如執筆、用碗筷之類的日常動作我也能應付自如，所以向來沒有因此在人前表現得畏縮，相反更因著家人和朋友對我的體諒和照顧，不知不覺的恃寵生驕。以前我跟妹妹的關係非常惡劣，一方面我妒忌她有一雙美麗的手，卻又瞧不起她學琴的表現不及我好；另一方面她亦不滿父母偏愛我，但基於我有缺陷，又不得不對我的「欺凌」忍氣吞聲。童年的我，就像大雄和技安的混合體，又整天想做叮噹。

大學畢業之後，我向餘下兩個心願進發，決定要到美國繼續進修音樂，並要暢遊迪士尼。為了有機會踏足世界其他地方，我更特意選擇研究世界民族音樂。但要隻身到美國生活，父母當然非常擔心，然而若非孤身上路，我也不會發現自己原來

一直十分倚賴別人，尤其是家人。初抵美國，適應文化差異之餘，更要學習獨立，突然出現的一身家務，讓我知道過去對父母多麼倚賴；加上又有一位非常嚴謹的老師，令我發現自己做事原來並不是盡心盡力。以往我自以為是，即使有長輩善意的指出我內心的自我形象其實很低，但我堅拒認同；直至離開了生活的倚賴，才發現自己原來真的並沒有完全接受自己。種種有待琢磨的性情和品格，在美國的七年間漸漸得到改造。

原來自己可以如此被接納

在美國進修的日子裏，我經歷了許多轉變，其中最重要之一，是和妹妹關係的復和。隨著年紀漸長，加上信仰的啟蒙，我和妹妹之間的磨擦其實已成過去，但我始終沒有為著過往對她的惡劣態度向她道歉。分隔兩地，與妹妹多數透過電話聯絡，由於沒有面對面的尷尬，有一次我終於鼓起勇氣，認真地對她說：對不起！怎料她回應說：「不要緊，其實我多年前已經沒有再生你的氣。我曾經向天父祈禱，向祂申冤，投訴姐姐你怎樣欺負我，但天父卻教導我要原諒你，因為祂愛我也愛你，包括你在別人眼中一切的缺陷和缺點，所以我也要一樣地愛你。」

聽罷，我立時感動得眼淚直流，哭了整整一個小時。原來自己是可以如此被接納、被愛。那麼我又該如何對待自己？我接納自己嗎？我愛自己嗎？從那天開始，我再沒有嫌棄自己，我更清楚告訴父母親，不用再為著我的先天缺陷而覺得對我有所虧欠，我既已接納了自己，就不再埋怨誰。由那時開始，我就能真誠地面對自己，因為這就是我。

今天，有人因為我能用三根指頭彈奏鋼琴而覺得我了不起，其實這根本算不得甚麼。在美國時，我曾經見過一位來自瑞典的女士，她的名字叫蓮娜瑪莉亞 (Lena Maria)，她天生四肢有不同程度的殘障，卻可以用一長一短的雙腳駕車、編毛衣、彈鋼琴、用電腦……還在殘奧運動會游泳項目奪得獎牌；曾經來香港演講的力克 (Nick) 可說是完全沒有四肢，但仍可以享受游泳、航海和騎馬的樂趣。相比之下，我面對的問題其實算不得甚麼；即使今天能彈奏鋼琴，也算不得甚麼成就。反而從他們身上可以看到人的潛能其實遠超我們所了解，只要不再著眼自己的困難，願意努力的把握機會，人生仍是充滿了可能。

醫生與病人之間，原來是這麼互動

離開了醫院的手術室十多年，終於達成了當年的三個願望。當年看著我長大的醫護人員的臉孔和名字，卻早已忘記得一乾二淨了。有一天媽媽無意中在電視節目裏看見我當年的主診醫生——梁秉中醫生，媽媽告訴我，他就是當年為我雙手做了無數次手術的醫生。為了感謝梁醫生多年的醫治，我透過電郵嘗試聯絡他，還把我彈琴的照片傳給他。雖然女大十八變，但為我開刀十三年的梁醫生卻憑著我的雙手，一眼便把我認出來，還立刻致電給我，談了大半個小時。這叫我非常意外，因為那時自己年幼，不會關心每次手術的作用與風險，只覺肉隨砧板上，醫生正是操刀人。如今才發現原來醫生對我這個病人是那麼在意，以致對我十多年後的情況仍是如此關心。

> “原來自己是可以如此被接納、被愛。那麼我又該如何對待自己？我接納自己嗎？我愛自己嗎？從那天開始，我再沒有嫌棄自己……”

我們馬上相約見面，重逢時梁醫生第一時間捉著我的手，仔細檢查一番，「這個關節你竟能活動麼？」「手術的疤痕不算難看啊！」他滔滔不絕的跟我重溫當年手術的經過，更對我今天能彈奏鋼琴感到非常興奮。原來當年梁醫生所開的每一刀，都經過仔細的分析，他們花了十三年的心機，我到今天才明白過來。沒料到梁醫生忽然對我說：「其實醫生所做的都很微小，最重要的還是病人自己的努力，和家人的支持。你多年來努力彈琴，就是最佳的物理治療。其實你今天的表現，給我們醫生莫大的鼓舞，你明白嗎？」我想梁醫生是太謙虛了，我是衷心來感謝他的。但他說我多年來的努力是對他最好的回報，卻又使我明白，醫生與病人之間，原來是這麼互動。

瑕疵其實也是樂章的一部份

梁醫生表示很希望欣賞我現場的演奏，所以我在殘奧開幕禮上表演時，特別的邀請了梁醫生，也作為報答。為了這次只有十分鐘的獨奏，我花了半年時間預備，在開幕禮前三個月，每天最少要練習八個小時。音樂上我追求完美，每個拍子，每個音符我都不容有失，加上這次是代表香港在全世界觀眾面前演出，所以我承受著前所未有的巨大壓力，甚至身體也出現了不適的反應。但在一次禱告中，我領悟到無論我多著緊地苦練，當晚在台上的演出最終仍可能會有瑕疵。只要已經盡力，更重要的是已經盡心，瑕疵並不是一個缺陷，瑕疵其實也是樂章的一部份。從那一刻開始，我就把演出交托上帝，直到演奏完成。

* 黃愛恩將於 09 年 10 月 3 日在一個慈善音樂會獻奏，有關詳情可瀏覽 www.obhk.org

浪子回頭

◎李錦洪

香港是個缺乏故事的城市，「正生書院」的小島傳奇，演譯了現代版的浪子回頭，真正地張開雙手，接納那些在人生的青春路上中失足的年輕人。歸家，可以有路；改過，可以有空間。

不同的宗教典籍都有浪子回頭的記述。當人陷入萬劫不復的處境，世界彷彿都成了絕路，人們可以寄望天地的主宰，以超越人性的狹隘，無可比擬的大愛慈悲，讓人可以有回轉的機會。

聖經路加福音記載耶穌講述的浪子比喻，是許多基督徒耳熟能詳的喻道故事。著名的神父作家盧雲在 1992 年撰寫的《浪子回頭——一個歸家的故事》，卻能產生更大的觸動，將聖經記載的三個人物——父親、大兒子、小兒子的心理狀態與靈性深度作仔細的描繪。據作者自述，是從荷蘭籍畫家林布蘭的畫作「浪子回頭」得著靈感，相隔兩個多世紀，人畫相遇，綻開出生命最深沉睿智的思考，引發人間最常遇上的美麗與哀愁，讓讀者在其中，找到自己 —— 是慈祥悲憫的父親？怨恨狹隘的大兒子？抑或浪蕩不羈的小兒子？

這幅名畫珍藏於俄羅斯聖彼得堡的博物館內，去年曾到此一遊，在畫前企立觀賞，竟有知己重逢的感覺。

生活中總有些東西，若即若離，似虛似真。在別人的故事，常會找到自己的影兒。正生遷校的故事，也刻劃出社會與人的真誠與虛偽，是大兒子與小兒子的寫照，社會上更需要的，仍是那位慈憐悲憫、包容接納的父親。憑著愛，每個人都可以成長蛻變。今日的浪子，可以成為明日的慈父。

一點小事

◎周淑屏

到快餐店吃早餐，看到一位負責收拾杯盤的員工一直臉帶笑容，對每一位顧客也十分有禮貌，顧客亦多以笑容回報，因此「你好」、「謝謝」的聲音不絕於耳。

一個面帶笑容、彬彬有禮的員工，就可以令一間食肆的環境、氣氛改變，使顧客有如沐春風之感。這位員工不僅不以清理食客留下的賸菜殘羹為污穢，也不認為清潔工作是低下的，反而令人感到她以服務顧客為榮；因為她尊重自己的工作，客人也對她尊重有加。

人與人之間的互相尊重、互相欣賞，的確是十分重要。記得在我教的寫作班之中，我曾以投訴信或表揚信為題，囑學生寫作，結果全部學生都選擇寫投訴信。為甚麼呢？也許這是社會氣氛使然，傳媒中散播的挑剔、謾罵、對抗氣氛太強烈，令年青一代也在不知不覺中受到影響。當時我想：假如青少年自少就在互相欣賞、鼓勵的環境中長大，他們長大之後，也許就能創造出很不一樣的社會氣氛了。

我常去做運動的體育館，甫踏出電梯就看見一塊大壁報版，上面展示著一個很「搶眼」的員工表揚榜，將服務使用者對優秀員工的表揚貼出來。表揚榜旁邊還有一大疊表揚表格和筆，供大眾取用。

起初，我對這表揚榜感到有點納罕，內心一直嘀咕：為甚麼只有表揚榜，卻沒有投訴榜呢？後來想到，也許這是主管的一番心意，試想想員工每天一上班就看到別人對自己的表揚，他整天將以愉快、積極、投入的態度工作，表現會愈來愈好，服務使用者對他的滿意度也必定大大提高。

我們每個人也可以做一點小事，去改變我們身處之地的環境、氣氛。一個笑容加上欣賞的目光，或一兩句衷心讚美的話，就可以令身處的環境變得更和諧、美善，使人愉悅、得著力量……

◎冼穎然醫生

在內科病房工作，最常接觸到的病人是長者。有不少長者因著長期病患，又或者年紀漸長患上老人痴呆症，不但失去活動能力，更需要長期卧床，甚至說話能力也失去。他們需要很多護理，但卻因不懂表達自己的需要，往往成了醫護人員感到難以「照顧」的一群。剛剛成為醫生時，每次見到這類病人，心裏總是有些不安。面對這些不能溝通的病人，生病時往往被冠以「情況轉差」的診斷，斷症也不容易。那時總是希望病房裏的都是會走會說話的病人。直至一次遇上一位病人，讓我上了寶貴的一課。

他是一位中年的男病人，身體一直很壯健，因一些糾紛離開了家庭，有十多年時間獨自跑到東南亞做生意。後來他因為嫖妓而染上愛滋病，病發後身體逐漸虛弱，唯有返港就醫，最終由朋友送到醫院。他的抵抗力十分弱，先後感染不同細菌、病毒，每當情況稍為好轉，他又得了新的感染，教我們束手無策。

他留院的數個月裏，一直為自己的病情擔憂，再加上沒有家人探望，心情十分抑鬱。在巡房以外我有空的時候會去探望他、鼓勵他，因而跟他熟悉了。他很掛念他的兩個兒子，卻因為過去自己做了一些錯事，家人不原諒他，十多年來跟兒子失去了聯絡。他得了重病不能工作，卻又無依無靠，實在是雙重打擊。聽見他的困難，除了轉介社工跟進他生活上的問題，就只能為他禱告。

他的病況每況愈下。就在他離世前幾天，他的一位朋友居然聯絡上他的兒子。他達成了他的心願，與兒子在病房裏重聚了。第二天他興奮地多謝我為他禱告，說如果還可以出院的話將來要請我上茶樓吃飯來答謝我。我為他感到高興，連忙鼓勵他繼續積極面對病魔。然而我心裏知道他痊癒機會不大，沒幾天他就離世。

這位病人叫我想到，我們所付出的關心有病人受落固然是對我們的鼓舞。然而平日我所照顧的病人有很多是不能說話的，更不要談說道謝了。正因如此，他們才是最缺乏的，也是最需要我們照顧的一群。我們的工作亦因而顯得更有意義。聖經的一句話說得好，就是「施比受更為有福」。這也是我們需要不斷學習的功課。

歡迎投稿：請參 P.9 頁 *

過了六個月 還有六個月

◎ 伍寶儀

我是一間大公司的財務經理，每天工作十二小時，一年出外公幹幾次。工作帶給我很大的滿足感，但同時也佔據了我大部份的時間，甚至犧牲了家庭的生活。直到有一天，知道自己患上乳癌及要施手術的時候，我像從高處跌下深谷，並且開始認真面對和思考死亡。當時腦海裏出現了聖經的說話：「人若賺得全世界，賠上了自己的生命，有甚麼益處呢？」這節經文豈不正是我的寫照？以下分享的是我過去六個月治療的心路歷程。

隨著手術的成功，我開始了漫長的跟進治療。和每個病人一樣，我不知道自己的身體對藥物的反應和承受能力如何，所以可以說是一步一驚心。由於每個人的病情不同，藥物的劑量有別，所以不可以和別人作比較。但我知道要放鬆心情、並要有均衡的飲食和適當的運動，這樣才可幫助身體快些復原，好能應付下一針的化療。

回想起來，我真的非常幸福，因為媽媽每天都打電話來，噓寒問暖。除了丈夫和兒子的悉心照顧，更有在港及海外的兄弟姊妹連續不斷的電話問候和電郵。還有同學和同事的關懷，他們都給我莫大的的支持和鼓勵。儘管如此，人對人的安慰始終有限，我仍要獨個兒面對每次治療的恐懼和不舒服。記得當我把身體的不適告訴丈夫時，看見他一臉擔心的神情，我知道他是既難過又無奈。事實上，人在困境中要做到處之泰然又談何容易，更何況眼看自己所愛的人受疾病的煎熬而愛莫能助，那種苦澀的滋味真的難以形容。所以我倒安慰他，並且告訴他我所相信的上帝必會賜我力量，完成所有的療程。「人的盡頭就是神的開始」，在接受治療的日子，我深深體會了這句說話的真實！

四個多月的化療結束，隨之而來的就是電療。足有五個星期，每天定時返醫院治療，十分有規律，感覺好像返工一樣。與化療相比，電療的殺傷力要算是小得多。除了少許疲倦外，基本上沒有甚麼不舒服，但心理上仍有點恐懼，可能這就是長期接受治療所產生的自然反應。但感謝放射治療的醫護人員，他們的態度親切，而且耐心解釋電療後要如何護理皮膚，對我來說這些都是很實用的幫助。

很快地五個星期又過去了。

回想過去六個月，由開始時心有不甘失去工作，到現在享受不用上班的日子，我深深體會健康的可貴和重新認識自己的需要。雖然我已安然經過了化療和電療，但前面還要接受六個月的標靶治療。不過，我深信天父會保守我順利完成。

若你也是同路人，盼望我的分享能給你點點鼓勵與支持。我在這條抗癌的路上有主同行，所以不覺孤單。我也深盼你能在病患的痛苦中經驗和體會天父的慈愛與看顧。

*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)

「傷」癒有時

◎ 曹韻芝（臨床心理學家）

一天，外面下著大雨，還打著雷閃著電，我一邊慶幸自己能及時回到辦工室避過這場大雨，另一邊立刻取出當天早上要會面病人的檔案，以作準備。這是一個新症，半年前遭遇到交通意外後出現睡眠問題及害怕乘車等徵狀。我打開門請病人內進時，見到一個神色驚慌的中年女士，怔怔的看著我，她手緊緊地捉住坐在她旁邊的另一位中年女士。進來後，她十分警覺四周的一切，好像要察覺任何風吹草動，以便作出即時的反應。後來知道那陪著她來醫院的是她姐姐，原來自意外後，她從未試過獨個兒外出。而在她遇到交通意外當日，也是下著大雨，就像當天會面時的天氣一樣，所以她感覺很不安，好像回到意外發生當刻一樣，難怪她表現得那麼驚慌。她告訴我，除了不能安睡和發惡夢，意外的畫面總是揮之不去，不時會出現在她的腦海。不難想像，當天她問得最多的問題是：「我喺咪痴咗線？我喺咪以後都會喺咁嘢喇？咁我點算呀？」

除此之外，她亦告訴我她不敢坐車、聽到引擎聲會整個人「彈起」，而且發覺自己脾氣愈來愈懷，動不動就發脾氣，首當其衝的便是接觸最多的家人了。她對自己的「改變」感到十分無奈。慢慢地她開始害怕見人，怕控制不了自己的情緒；也害怕出街，因為怕坐車或聽到車聲。她的活動範圍愈縮愈小，常常困自己在房間，腦海裏滿載了負面的思想及不同的擔心。那些思想包括：「為甚麼會是我？我以前唔係咁呀？咁我將來點算？我可唔可以返到工？返唔到工咁點呀？……」

創傷後心理壓力反應

其實意外事故後，包括交通意外、工業意外、高處墮下、受襲等，出現心理壓力反應是很常見的，反應及程度因人而異。這些反應可能包括重複想起意外情景、避免接觸和意外有關的事物、強烈情緒反應、思想負面及精神過敏等。這些反應和我們人類求生的本能有著密切的關係，而且它們往往有助我們意外後的適應。例如意外後初期，我們可能會對四周環境特別敏感，因為身體要準備一旦危險的狀況未過去或再次發生時，好讓我們能更快地察覺到危險及立刻作出適當的反應，這對人類的生存是很重要的。試想想，如果我們遇到意外後，還身在危險環境，但我們一點警惕都沒有，這是多麼的危險呢？這些自然的心理壓力反應通常會隨著時間慢慢減去，所以不要因為在意外初期有這些心理壓力反應而過份擔心。

在這段時間，亦有一些自助紓緩方法可供參考：

1. 提醒自己，意外後有短暫的壓力心理反應是很常見的，不要過份擔心。
2. 可以將自己的想法和感受向信任的人表達出來，亦可聽取他們的意見。
3. 鼓勵自己多參與合適而能夠幫助自己減壓的嗜好或活動，例如放鬆呼吸練習、運動、社交活動、聽音樂等。
4. 在安全的情況之下，可以按部就班地鼓勵自己面對及克服意外後的恐懼及抗拒。例如在交通意外後，在身體狀況許可及安全的情況下，可讓自己續步面對橫過馬路或乘坐交通工具，減少逃避行為，讓自己慢慢對橫過馬路等重新建立信心。
5. 留意自己有沒有一些歪曲的負面思想，如：「過馬路很危險呀，十居其九都會發生意外！」如果發覺自己有歪曲的負面思想，可嘗試以較理性的思想去提醒自己，如：「大部份時間，大多數人都能夠安全地橫過馬路。」

但是，如果這些壓力心理反應過度强烈、意外後久久沒有減退，甚至影響到日常生活與及社交和工作等，便應尋求專業的協助。而現在已有研究證明一些有效治療創傷後壓力症的心理治療方法，例如認知行為治療法及眼動減敏重整治療法等。

創傷後的成長

很多同事及朋友都曾經問過我：「你們時常接觸意外病人，你們的心情會否受到負面影響？」其實研究顯示，大部份遇到意外的人都能自然復原，所以我們不能小看人類面對逆境時的韌力。反而眼見創傷後壓力症病人在治療中的努力、堅持及成長，更讓我感動。最後讓我以以下節錄的説話作個結尾，它們不時都會從病人口中出現：「與其花時間怨天尤人，不如好好珍惜現在擁有的！」「意外教曉我世事難料，我不想只是計劃將來要怎樣孝順父母，我現在便要行動！」「意外後我發現原來家人那麼著緊我，我們關係比以前緊密了，我現在知道甚麼對我才是最重要的！」「出事後很感動，原來世界有咁多好人！」「以前我很性急，每天都衝呀趕呀的，意外讓我停下來，回想起來，不明白以前那麼心急為的是什麼，車走了，便等下一架吧！現在這樣的生活態度令我輕鬆多了。」

麗容：

你好嗎？身體情況怎樣？自從出院後，至今未有機會見面，很是掛念。

記得初次在病房遇見你時，你呆坐在床上，沒精打采，也不大願意說話。你頭髮稀疏，頸上包著紗布，辛苦的樣子觸動了我，不期然的心中默默為你禱告，求耶穌幫助你。

經過多次的探訪之後，你告知我你是基督徒，但已很久沒有讀聖經，因沒有精神，更沒有心情，也感受不到耶穌在你身旁。你開始講出你的困擾和掛慮。由於乳癌擴散至淋巴及腦，使你經常感到頭痛；經接受電療，又弄至皮膚潰爛，非常辛苦。你本在澳門居住，在港的親友不多，而丈夫只能在週末到醫院探你，兩歲的女兒又要交給媽媽照顧，因此很是牽掛。當時你邊說邊流淚，使我感到你孤單、寂寞及無助，而最令你失望的是白血球指數未能達到可返回澳門的醫院接受化療的水平，令你擔心經濟的負擔，使你感到非常焦急。

每次探訪，見到你的情緒都受病情的轉變而起伏不定，口腔的潰爛令你不想說話，頭痛令你難以入睡，看見你痛苦的樣子真為你難過，很想安慰你，但卻想不起甚麼話來，只能在床邊陪伴你，給你讀聖經，禱告，求耶穌的保護臨到你，因為聖經說「神的恩典在人的軟弱上顯得完全」。

有時你會懷疑神是否不愛你，每次聆聽你內心的掙扎及對女兒的牽掛，也都使我的信心受到沖擊。雖然我知道神沒有應許天色常藍，花香常漫，但當我們落在苦難當中要仍然相信祂對我們不離不棄，學習將憂慮卸給祂，肯定祂仍顧念我們，而且會晝夜眷佑祂的兒女，實在是很不容易的功課。

人的說話實在太有限，只有靠聖靈親自鼓勵和感動。經過多次的探訪，你的心情似乎多了一些開朗與積極，而你口腔的潰爛亦有好轉，當你精神好一點我們便讀聖經，神的說話漸漸給你安慰，特別是詩篇 121 篇：「我要向山舉目，我的幫助從何而來，我的幫助是從造天地的耶和華而來」。當與你唱這詩歌時，你有點激動，也開始感到耶穌是你力量的來源。

記得有一次探訪你的時候，你表現得很開心、興奮，原來你的母親來探你，也給你帶來女兒的消息。這時你為有愛護你及支持你的家人感謝神。除了家人之外，也遇見有朋友來慰問你，你們談得非常投契、開心。你感謝耶穌了解你孤單、寂寞的感覺，因此差派你的母親和朋友來安慰你。由於你漸漸學會了用感恩和積極的態度面對自己未可知的日子，生命的黑影已經從你的面前轉到背後了。

麗容：雖然你所掛慮的問題未有完全解決，如身體能否復原，將來可否照顧女兒等，仍然沒有確定的把握。但千萬不要忘記耶穌是我們的盾牌、拯救和避難所，更是我們隨時的幫助。

如今你已返回澳門接受治療，但願賜平安、穩妥的耶穌常與你同在，並與你一起經歷每一個難關。

繼續為你禱告的院牧
周碧霞
2009 年 8 月

陽光空氣

亞澍

皮毛不膚淺

◎ 林永和醫生（香港家庭醫學學院）

黃先生因傷風求診，順便請醫生檢查他背後已出現多年的肉粒，看看有否切除的需要。醫生診斷肉粒為良性粉瘤，安撫他毋須擔憂，但也可考慮割掉它，此外，還發現其背部患有汗斑，髮邊有紅疹，手臂的皮膚異常乾燥，還有……

上述個案在門診中甚為普遍。一般市民患有皮膚毛病，若非嚴重，多會先使用坊間的皮膚護理產品或過往曾使用而效果不錯的藥膏，觀察塗後反應才決定看不看醫生；也有些市民像黃先生般把問題留待下次生病時才一併求診。這些做法，有利有弊，但站在醫生立場，當然希望病人及早把問題弄清楚，並在確診後才用藥。

常見的皮膚病

皮膚問題種類繁多，常見的成因包括：**一，感染** — 細菌（暗瘡、膿瘡）、過濾性病毒（疣、水痘、生蛇、麻疹）、真菌（香港腳、股溝癬、汗斑、灰甲）、寄生蟲（疥瘡、頭蝨）及較罕見的分支桿菌（結核、癩病）；**二，過敏** — 濕疹、風癩、接觸性皮膚炎如主婦手；**三，免疫系統失調** — 牛皮癬、白蝕、紅斑狼瘡、斑禿（鬼剃頭）；**四，老化** — 色斑、乾燥性皮膚炎；**五，細胞病變** — 皮膚癌、黑色素瘤，也有部份屬成因不明、與遺傳或其他身體疾病有關。

雖然很多皮膚問題都很顯眼，但也有不少皮膚病甚為穩閉，如股溝癬、斑禿、皮膚腫瘤及在遮蓋部位的皮膚病等，若病人沒主動提問，醫生便可能走漏眼。由此可見，皮膚問題的診斷並不容易，需要病人坦誠合作及醫生的詳細評估。

常見的皮膚病徵包括：**一：**表層病變如紅疹、發炎、粗糙化、起水泡、色素改變及變厚等；**二：**痕癢、疼痛；**三：**腫塊、肉粒、潰爛等。這些病徵大多源自皮膚本身的疾病，但也可以是其他器官或全身性疾病的徵狀，如糖尿病、風濕病、癌症甚至愛滋病等，只是其皮膚病徵易被發現，而其他病徵如疲倦、發熱、關節痛及體重下降等則可能被忽略。所以，醫生在評估皮膚問題時，要仔細查問皮膚病徵、病情的演變及其他身體不適，也要了解病人過往健康、心理狀況、工作 / 家庭 / 環境因素、家族病史、藥物紀錄、病人對其問題的理解、擔憂、治療期望、曾嘗試過的治療及其反應等等。

皮膚檢查也要很詳細。患處要仔細評估，有時還要用上放大鏡及紫外光燈等。例如檢查黑痣有否病變，便要留意 ABCDE 五項 — 不對稱 Asymmetry，週邊 Border，顏色 Colour，直徑 Diameter 及凸出厚度 Elevation。醫生按病情分析，也會檢查其他皮膚部位、指 / 趾甲、毛髮及作相關的器官系統檢查，並根據患病皮膚的分佈，從而作出準確而全面的診斷。例如，真菌很容易經手部接觸由腳部傳播到股溝，醫生遇到香港腳病人時，便應查看有否股溝癬或手癬；評估主婦手時，醫生會檢查其他皮膚部位，若發現手肘前及膝彎後也有炎症，其診斷便可能是濕疹，而非因外在因素刺激手部所引致的接觸性皮膚病。此外，醫生也會按情況進行化驗，如將皮膚碎屑或趾甲樣本作顯微鏡檢查或種菌以確診真菌感染、進行皮膚測試以識別過敏原等。

正確診斷、對症下藥

只要診斷正確，對症治療，很多皮膚問題經藥物、手術、激光或冷凍治療等均能治癒。抗真菌藥膏或口服藥能有效消滅各種真菌，混合使用類固醇藥膏潤膚劑及抗組織胺能治癒大部份皮膚炎；然而，若糊亂使用藥膏，以類固醇塗於真菌感染的皮膚，非但會助長真菌生長，耽誤病情，更可能引致皮膚變薄、微絲血管增生及萎縮紋等。此外，對於一些慢性或較頑固的皮膚病，如牛皮癬及嚴重濕疹等，則要醫生長期跟進，減少誘發病情惡化的環境因素，並須注意病人的心理狀況及家庭關係，作出全面的治療方案來控制病情。

如何護理皮膚

除小心用藥外，在日常生活中更要珍惜你的皮膚，以下是筆者推介的六項保護皮膚的好習慣：

一、防曬 — 使用陽光防曬系數 SPF15 以上的防曬用品，在戶外穿著合適衣物、戴帽、開傘子及避免在正午時分進行戶外活動；

二、戒煙 — 以免皮膚過早老化、生皺紋；

三、請教醫生如何選用合適的潔膚及潤膚用品，不要用過熱的水沖涼或浸浴太久，在沖涼後應立刻塗潤膚劑；

四、使用去綹膏、美白皮膚等產品前，宜先請教醫生；

五、避免在剃鬚時弄傷皮膚，無論怎麼痕癢，也要制止自己抓癢；

六、均衡飲食，戒煙少酒。

從今天起，珍惜你的皮膚，養成以上的好習慣及不要胡亂用藥吧！

踢走「反式脂肪」、保障心臟健康

◎ 劉碧珊（澳洲註冊營養師）

現今香港都市人聞「高膽固醇」也會臉色一沉，皆因三大都市殺手病的心臟病與中風，均與血液中總膽固醇含量超出標準有關。膽固醇其實是脂肪的一種，分別由肝臟製造及由日常食物中攝取。而體內負責運送膽固醇到身體各部分的低密度脂蛋白膽固醇（俗稱壞膽固醇），若血液中的含量越高，便會使膽固醇積聚於血管內壁；慢慢使血管收窄、栓塞及硬化。

而近期的研究指出，罪魁禍首並非主要由含有高膽固醇的食物（如蛋黃、內臟及海產）而影響體內壞膽固醇的含量，可要當心的是每天攝取的「反式脂肪」及「飽和脂肪」及其相關的食物來源。

何謂「反式脂肪」?

「反式脂肪」（ Trans Fat）是植物油經過部分「氫化過程」（ Partial Hydrogenation）而產生的。「氫化過程」是指將氫加入植物油裏產生氫化反應，從而提高油份的熔點，味道的穩定性及延長保質期，使其更適合製造烘烤食品。

天然食物如肉類及奶類，雖亦會含有少量「反式脂肪」，但其實「反式脂肪」的主要來源隱藏於以部分氫化植物油（ Partially Hydrogenated Vegetable Oil）製造的加工食品或材料，包括一般硬身人造牛油（ Hard Margarine）、起酥油（ Shortening）、煎炸油（Frying Oil）、部分花生醬及沙律醬、植物奶精（Non-Dairy Creamer）、曲奇、餅乾、烘烤食品（例如：批、撻、蛋糕等）、油炸食物（例如：炸薯條及其他快餐油炸食物）及零食。

「反式脂肪」是最壞的脂肪嗎？

現時已證實會影響心藏健康的脂肪有兩種，分別是「飽和脂肪」及「反式脂肪」。

「飽和脂肪」多來自動物皮層、肥膏、椰子油、棕櫚油、加工食品如即食麵、薯片等。它會令體內「壞」膽固醇（低密度膽固醇）增加，以致心血管疾病的機會增加。

「反式脂肪」不但增加「壞」膽固醇，還會降低體內「好」膽固醇（高密度膽固醇），與飽和脂肪相比，更容易危害血管及心臟健康。根據世界衛生組織建議，「反式脂肪」每日攝取量不應多於總熱量 1%。成年人每天約需 1,500（女士）至 2,000（男士）千卡路里，換言之，每人每日不應攝取多於 1.5-2 克「反式脂肪」。

踢走「反式脂肪」攻略 —— 購物篇

大家購買預先包裝食品時，可以按照以下原則，以減少攝取「反式脂肪」:

1) 留意含「反式脂肪」的材料，如：氫化植物油、部分氫化植物油、人造牛油、植物起酥油、動物起酥油。材料排序越前，「反式脂肪」含量越高。
2) 部分外國（如加拿大、美國等地）進口包裝食品，其營養標籤會列明每份建議食用份量之「反式脂肪」含量。可以的話，盡量選擇沒有「反式脂肪」的產品。

若產品含有「反式脂肪」，便應注意進食分量，並在日常飲食避免過量進食其他含「反式脂肪」的食物，如植物牛油、油炸食物等。

香港營養師協會屬非牟利組織，會員全屬註冊營養師，主要從事有關食物及營養的臨床諮詢工作，為有需要的人作營養治療，從而改善健康及達致預防及治療疾病的效果。若有需要聯絡請瀏覽我們的網站 http://www.hkda.com.hk。

遺下「囑」福

◎ 陳榮基律師

周生與周太有 8 名子女，周太於 2000 年去世，周生於 2004 年去世，遺下港幣 800 萬遺產。因為周太先去世，所以 8 名子女依法有同等優先權申請成為周生的遺產管理人。但 8 名子女意見不合，其中 4 名向法庭申請成為遺產管理人，另外 4 名則反對。最終法庭頒令委任兩位執業會計師為周生的遺產管理人。子女對簿公堂已花掉不少訴訟費，再加上會計師的費用，最終可分的遺產少了一大截！

我可以自己訂立遺囑？

當然可以！簡單來說，根據遺囑條例第 5 條第（1）款，無論用中文或英文，只要以書面作實，有訂立人和兩位見證人的簽署，便具有法律效力。

如果訂立人是醫院或療養院病人、或高齡長者、或長期病患者，那麼訂立遺囑時，最好有醫生在場，由醫生發出具有效的醫生證明，證明他的頭腦清醒，明白並同意所訂立之遺囑的內容。

是否所有人都須要為自己訂立遺囑？

當然不是。一般來說，如果他除了現金五萬元以外，還持有其他財產，又或許他持有的財產，其現金總值超過港幣十五萬元，那就應該認真考慮了。

訂立遺囑有何好處？

一張具有法律效力的遺囑，不但可以縮短申請遺產承辦的時間和金錢，更可依照自己的意願去分配自己的遺產。

如果我有遺產，但沒有訂立遺囑？

遺產會根據無遺囑者遺產條例設定的優先次序分贈你的家人和親屬。例如你已婚並有子女，那麼全部遺產都會分贈配偶及子女。如果你已婚但未有子女，那麼除了配偶之外，你的父母，甚至兄弟姊妹，都會有機會得到你的遺產。

如果我想自己訂立遺囑，有甚麼需要注意？

必須依照上述遺產條例所說之格式訂立。而內容方面：

1. 受益人及其配偶不能做遺囑見證人；
2. 遺囑見證人不能少於 18 歲；
3. 應委任一位不少於 21 歲的遺囑執行人，在訂立人離世後負責申請遺囑認證及按遺囑指示分配遺產；
4. 如受益人包括未成年人（即少於 18 歲），則最好有兩位遺囑執行人；
5. 如有需要（例如訂立人乃離婚人士），更應在遺囑裏為未成年人委任監護人，代為處理遺產；
6. 以俗稱「長命契」與別人共同持有的物業權益，不能以遺囑方式轉贈給任何人士。

以上簡單的分享，只能看為一般性的法律意見。如有任何疑問，可以請教執業律師，住院病人亦可尋求醫務社工協助。

*本文作者為資深事務律師。

無毒真文夫

毒品的禍害眾所周知，今天我們正為著青少年濫藥問題而憂心和頭痛，然而吸毒問題其實已困擾香港數十年，一些歷史悠久的戒毒機構，也默默耕耘了數十年，為迷失毒海的癮君子打開重生之門。

八個男人一個吸毒

早期香港查獲的毒品以鴉片為主，到 40 年代開始出現海洛英，即俗稱「白粉」。雖然香港並非毒品原產地，但由於香港奉行自由貿易，貨物與旅客進出頻繁，毒販成功偷運毒品進口始終**在所難**免。到了 50 年代後期，本港的吸毒問題卻明**顯地變**得嚴重。由於當**時大量**內地人口湧入，連帶毒販和**製**毒技術也輸到香**港繼續**「經營」。而警方大力打擊鴉片，卻令鴉片吸**食者轉**為吸食海洛英，加上吸食海洛英的器材和技術比較簡單，吸毒人數因而大幅攀升。

按數據顯示，60 年代初期，在英國每 10 萬人當中，估計約有 9 人吸毒，而美國則估計有 33 人。當時香港人口剛剛突破 300 萬，然而吸毒人口按估計竟高達 15 萬，即平均每 10 萬市民就有近 5000 名吸毒者，比美國高出 150 倍，比英國甚至高出 550 倍！今天的吸毒者逾趨年輕，但當年的吸毒者主要是成年男性，估計佔男性勞動人口的八分之一，問題之嚴重可想而知。

毒品除了摧毀人的健康，還傷害家庭和社會。當年的囚犯當中，超過七成染有毒癮，可能當中不少也是為了取得金錢交換毒品而犯案。事實上香港吸毒者花於毒品的金額非常龐大，估計當時一年可高達一億七千萬，幾乎等於政府在醫療、教育和社會福利的全年開支！試想想，若這筆巨款用於正途，會為社會帶來多美好的建設？解決吸毒問題，當年被視為改善家庭和社會環境的重要鑰匙。

既戒毒癮也戒心癮

為了有效協助囚犯戒毒，監獄署（即現**今懲教**署）改變了戒毒的策略，除了戒除毒癮，**還嘗試幫**助戒毒者恢復身心健康。1959 年，第一批**染有毒**癮的囚犯遷到大欖，這裏原是個破舊軍營，在監獄署督導下，他們在大半年時間內將它重建，目的除了建設一個**新的監獄**，主要還是讓他們有足夠的體力勞動，既**鍛練身體**，也帶來自力更新的滿足感，增加重投社會的自信。

囚犯會被強逼戒毒，然而一些沒有犯案的癮君子，又有沒有人向他們伸手提供協助？香港戒毒會是本港首間協助自願戒毒者的大型機構，他們在石鼓洲開設的戒毒營於 1963 年投入服務。初期自願戒毒者仍須先入住青山醫院，接受大約三至四星期的治療以戒除毒癖，之後才轉到石鼓洲接受身心康復的鍛練，一般大約三至四個月就可以離營。戒毒營初期可以容納約 250 人，服務對象限於男性，他們其中一樣主要的活動，也有點兒類似大欖監獄的囚犯，就是繼續建設石鼓洲戒毒營的其他設施和營舍。

福音戒毒成效高

除了香港戒毒會，一些規模較小的戒毒機構也陸續投入服務，各自以不同的方法協助吸毒者戒毒，福音戒毒就是其中之一。顧名思義，福音戒毒是靠福音來協助吸毒者戒除毒癮，他們強調不靠藥物，著重個人價值之重整，而戒毒所規模一般較小，正好讓戒毒者得到更多個人的照顧，由於有信仰的支持，加上治療時間長，所以福音戒毒成功率頗高，而且**往後再**吸毒的情況也較少出現。香港首間福音戒**毒機構是**信義會戒毒所，他們早在 1956 年已在調景**嶺創辦**，惟該服務已於 1988 年停辦。現時仍然**提供服務**，而歷史最悠久的福音戒毒機構，則要數**晨曦會**了。

晨曦會創於 1968 年，戒毒所最初設於西貢浪茄灣，由於受到興建萬宜水庫影響，1976 年獲政府撥出同樣位於西貢的伙頭墳洲，讓戒毒所遷往該處一直服務至今，由於福音戒毒廣為人識，該島亦因而別稱為晨曦島。島上設備非常簡陋，宿舍是戒毒者多年來自行搭建，水電供應欠奉。戒毒者依靠雨水和溪水，旱季則依賴外來補給，而電力則靠發**電機有限**度提供。如此刻苦的戒毒生活條件在島上**已經維**持了數十年，但卻無礙他們服務的決心和取得美好的成果。因此可見，戒毒工作是否成功，基本的設備和條件固然應該要有，但最重要的還是是否有有心人，願意無私而全心的去關愛那些誤入歧途的吸毒者。

1. 牆上的四個大字，正是石鼓洲戒毒營內每位戒毒者的目標。
2. 60年代典形白粉吸食者，神情呆滯，皮黃骨瘦。
3. 到大欖監獄戒毒的囚犯，日常要負責許多戶外勞動的工作。
4,5. 76年建於火頭墳洲的晨曦會福音戒毒中心，今天的島上生活仍舊刻苦簡樸。

鳴謝「香港政府檔案處　歷史檔案館」及「香港晨曦會」提供圖片。

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（倉程翔見證）	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

香港基督徒護士團契

感恩會暨周年大會

日期：**19/10/09**（一）

時間：6:15 – 8:30pm

地點：聖安德烈基督中心一樓禮堂

分享禱告會

日期：**28/9/09**（一）

時間：6:15 – 7:45pm

地點：FES 三樓團契室

主題：請差遣我 — 醫療服侍分享

床邊探訪 / 約見院牧

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

香港基督徒護士團契 與 香港基督徒醫生及牙醫團契 合辦

醫療服侍年會—宣教生命系列

10月24日（六） 2:30-6:00pm

- 主題：精彩人生

11月21日（六） 2:30-6:00pm

- 主題：非洲回憶錄

地點：聖安德烈基督中心一樓禮堂
（九龍彌敦道138號）

12月12日（六） 2:30-6:00pm

- 主題：弱勢群體的醫療服侍

地點：禧福協會
（九龍佐敦道23-27號新寶廣場1601室禮堂）

查詢：2369 8512 (Mandy)

院牧室聯絡電話

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**

如不欲破壞此刊物，可以影印或以另紙填寫資料亦可。

回應表

支持院牧服務

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

☐_____

捐獻方式：

☐ 信用咭 ○ 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

2009/09

「愛裏沒有懼怕，愛既完全，就把懼怕除去。」

聖經．約翰一書 9 章 10 節

凡是發生過悲劇的地方，
恐懼和憐憫就會留在那裏。～雨果

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：

CWM / Nethersole Fund 世界傳道會 / 那打素基金

宣道會北角堂 north point alliance church

ONC Lawyers 柯伍陳律師事務所 www.onc.hk

草姬 HERBS 健康在草姬 關懷由心起 草姬國際有限公司 Herbs Generation International Ltd.

鳴謝本期捐助出版1000本或以上：

李浩然先生　鄒小寶女士　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　黃雅各先生　林靜華女士

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