

40

2013年5月

把 關 心 傳 開 · 讓 醫 院 有 愛

關

心

真心
分享

歐倩怡：

感恩天父的愛

打開心窗

又黑又白

關心健康

告別產後抑鬱

院牧
服務

全人醫治 全人健康
Holistic Healing & Health



歐倩怡： 感恩天父的愛

“也許大家對我會有點陌生，因為我在娛樂圈的日子並不太長。如果用郭晉安太太來介紹，可能你會多點印象。如今我已很少在媒體亮相，因為要專心做一位稱職的母親。每天要貼身照顧兩個小寶貝，是從沒有想過的辛勞，也是從未經驗過的快樂。沒想到一直都孩子氣的我，現在卻要教養自己的孩子。但我真的很享受這份「全職母親」的工作，希望不但成為孩子心中稱職的媽媽，更能成為天父眼中的好女兒。”

醫院是可愛的地方

母親對子女的愛，從來都是偉大的，這不是從書本學到的知識，而是我成長的體會。小時候因為有哮喘，每逢天氣轉變就會發作，輕則用藥物來舒緩，重則要入醫院。幸好媽媽是一位兒科護士，所以每當病發時，她絕對不會手足無措。而且我們一家就住在媽媽工作的醫院附近，如果需要入院觀察或接受治療，媽媽也會給我「特別照顧」。記憶中，我的哮喘一發作，躺在床上會氣喘得特別厲害。那時媽媽就會把我抱起，讓我的呼吸可以暢順，也比較易入睡。在母親懷中那份被愛和被呵護的感覺，至今仍然溫暖我的心。

雖然醫院給很多人可怕和冰冷的感覺，但在我眼中醫院卻是可愛的地方。我自小就跟著媽媽出入醫院，醫院就像我另一個「家」。童年時，每逢學校假期更會嚷著要跟媽媽到醫院上班。在醫院，我會到兒童病房去，因為每逢假期和節日都會有教會的哥哥姐姐來探望醫院的小孩子。他們會和小孩子玩遊戲，更會派禮物。因此醫院不但不可怕，更是一個充滿快樂和愛心的地方。

由幼稚園、小學到中學，我都在基督教學校讀書。由於我喜歡聽故事，所以上聖經科特別用心，因為聖經的故事十分吸引。而且我背金句的成績又特別好，所以每次聖經科考試都會得很高分。因著童年純真的經歷，在小學時的腦袋裡，自然覺得自己是信耶穌的，而且感覺耶穌是愛我的。但升上中學之後，因為一位自稱基督徒的老師言行令我十分反感，為了避開他，聖經和耶穌也離我越來越遠。

跌入了迷陣之中

升上中學之後，少年的我立即被各式各樣的課外活動吸引了注意力。因為自小就十分喜愛唱歌，更有很強的表演慾；所以就加入了學校合唱團，而且十分投入，更得到了不少滿足感和肯定。

踏入青春期的少年人多會有點反叛，更喜歡「埋堆」，所以就跟著同學嘗試新奇的事物。那些年，不知甚麼原因，學生們都很喜歡玩「筆仙」和「碟仙」，當時我也抱著人玩我玩的心態一起參與。其實我對這些「仙」並沒有甚麼感應，但卻有了一個「新發現」，原來除了基督教，還有其他的「神」。

因為我熱愛唱歌，所以中五會考還沒有放榜，就報名參加每年一度的「新秀歌唱比賽」，希望證明自己歌唱的能力，結果僥倖勝出了，電視台更主動要與我簽約。年紀輕輕竟然能夠成為「藝人」，當然十分雀躍。當時家人對我的選擇並沒有特別的反對，就這樣，我就加入了娛樂圈。最先參與的當然是音樂節目，後來又演出電視劇集，娛樂圈的工作使我感到眼界大開，感覺生活是多彩多姿，卻沒想到五光十色的生活，使我跌入了迷陣之中。

電視劇每逢開鏡都會有拜神的儀式，初出道的我當然不會「缺席」，只會跟著去拜。雖然是一個年輕的新人，但已經知道在娛樂圈並不是每個人都會「紅」的，但心裡卻希望自己有一天能「紅」起



來。就這樣，我漸漸迷信起來。只要有人說那個靈驗就會去拜，甚至有兩年的時間，我完全吃素（食齋），但卻不是為了健康，也不是支持環保，只是希望行運。後來我更「跟」了一位被認為能夠通靈的圈中人，更稱她做「契媽」。演藝人的收入都是靠拍劇、出鏡（show）、登台、廣告…，試過因為工作很少，我就給她錢，請她擇了個吉時幫我轉運，果然工作馬上就多起來了。於是我就更相信她，以後無論大事小事，都請她算算才去做，就連要穿甚麼顏色的衣服，也會徵求她的指點。其實那時已經感到有點身不由己，更是有一種跌入了迷陣之中的感覺。

歸回耶穌愛裡的懷抱

如是者，日復日、年復年，我跟著「契媽」的指引過活。直至 06 年的農曆新年前，契媽到醫院聽取身體檢查的報告，並且開心的在電話告訴我，結果一切正常。但當她離開醫院時，竟然在醫院門口暈倒，並且昏迷了三日三夜之後就死了。當她女兒通知我契媽死了的消息時，我完全呆住了，不懂反應，更是難以接受。為甚麼她剛剛才通過驗身，卻會突然死亡！當時心裡不但難過，更充滿疑惑。契媽那麼懂得趨吉避凶，為甚麼卻不能幫助自己逃過劫難呢！



當心情還沒有平靜下來，一件令我不安的事情又發生。契媽的女兒通知，會在年初三為契媽出殯。平時要到殯儀館已經覺得非常不吉利，現在竟然要在新年去殯儀館，心裡實在十分不願意。但我一直叫她「契媽」，又怎可以不出席她的喪禮呢！當日從殯儀館回家，雙腳還未踏入屋內，馬上在門外進行一連串的「潔淨」儀式，心裡還不住的說，千萬不要帶了任何「唔乾淨」的東西回家。如今回想，那時真的是幼稚、無知，而且薄情。

就在當天晚上，我造了一個一生難忘的夢，我夢見契媽，她對我說了很多話，最後她拉著我的手，哭著說她想返回人間。當時我（在夢中）有點驚慌，但隨即很鎮定的回答她：「你放心去吧！我已經信了耶穌。」接著就從夢中醒過來，並且感到有一陣光和熱力在我身上，有一股暖流在頭頂到心口的位置。我在床上坐起來，思想剛才為甚麼會說：「我已經信了耶穌。」並那個奇怪的夢，與及醒來的經歷。那一刻，我感覺是神藉著這個夢呼召我。本來我自小就相信耶穌，但後來信心失落了，不但跌進迷信，甚至追求靈界的引導。於是我就在床上開聲禱告，決心回到耶穌的懷抱，也就是要決心信主了。

當我將夢境和信主的事告訴安仔時，他半信半疑，覺得我一時一樣，「神神化」，就勸我放鬆自己，不要想太多關於契媽的事。但自從契媽出殯和那一個夢之後，接著的三個月，我完全接不到任何工作。結果我決定要信主耶穌的心動搖了，又想去請「高人」指點迷津。正當我這樣打算，那天卻又造了另一個夢。這次見到的是一個天上唱詩敬拜的場面，還有天使在吹號。其實我很少會夢到關於天堂或靈界的事情，但如今卻一連兩次發生，我相信一定不會是巧合，而是天父要召喚我重回祂的懷抱，於是決定不再去找「高人」了。

當我繼續耐心等待，神果然有祂的安排，我的工作又恢復了。就在拍電視劇的過程中，遇上兩位基督徒藝人，他們邀請我參加藝人之家，我就答應了。第一次到藝人之家聚會，我就感受到弟兄姊妹的真誠關懷，並且再次經驗童年時那種溫暖和甜蜜的感受。那是一份沒有計算，毫不功利的關係。藝人之家吸引我繼續追求認識耶穌，後來更開始參加教會的主日崇拜。

安仔一向都笑我是個「火麒麟」，興趣多多，卻只有三分鐘熱度。但當他見到我持續的在禮拜日參加教會的崇拜，開始感到我是認真的。結果他被我感染了，主動的要「跟」我返教會。這時我才知道，原來安仔也是相信耶穌的，而且十多歲已經在教會受了浸，只是踏足

社會後，卻和我一樣遠離了神，也不再返教會了。沒想到因為我對信仰的追求，竟然使安仔重投天父的懷抱。

信仰帶來生命的改變

其實我一直都很任性和自我中心，甚少主動關心身邊的人。信主之後，才漸漸開始懂得關心人，而且不再那麼看重名利，更知道人生的價值並不是用金錢和成就來衡量的。由農曆年初我決志信主，之後開始參加藝人之家，然後穩定地參與教會的主日崇拜，我感受到信仰給我帶來了生命的改變。在那一年的暑假，我和安仔竟然都覺得彼此也「長大了」，並且對自己和對方都有了更多的信心和承擔，於是決定結束多年的愛情長跑，我們結婚了。

結婚後，08 年我們的大兒子出世。其實之前我曾經歷過兩次小產。所以當第三次懷孕，並且又出現小產徵狀時，我和安仔都很擔心。但這一次我們學習交託給神，我們一起流淚祈禱，直到心裡得著從神而來的平安。終於得到神保守，孩子健康的出生。由於三次懷孕才得到第一個孩子，作為母親的心情，緊張、興奮，和感恩，都是難以言喻的。

信主之後，我和安仔的生活明顯有了改變，但卻不是一帆風順。其實，經過了那麼多，我們已經明白到真實的信仰不是祈求無病無痛，發達行運，而是心裡的平安和生命的豐盛。即使遇上困難，仍然可以有信心和盼望，並且依然去愛。09 年，我再次懷孕，當時豬流感的傳染特別厲害，我不幸中招了。因為懷孕的原故，醫生用藥要十分小心，結果我持續發高燒一個月，之後全身又有皮膚炎，但卻又不能用類固醇的處方。當這一切的煩惱還沒有完，怎料胎兒到了七個月大，但頭卻沒有向下轉。醫生說可能要提早剖腹，以保母女平安。但因為皮膚仍然發炎，如果動手術，傷口很難癒合，風險也會增加。我和安仔毫無辦法，只能每天禱告交托神。就在醫生決定了要開刀的日子之前，我的皮膚炎竟然及時痊癒了，我們又再一次經歷神的保守。

當有兒女之後，才感到做母親真的不簡單。為了使孩子們有健康的成長，我決定放下藝人的工作，當一個「全職媽媽」，但同時要把握時間重拾讀書的機會。因為我知道，單單照顧孩子是不夠的，我還要作孩子的榜樣。如果放任閒懶不求進步，即使對孩子有再多的愛心，他們也不會有好的成長。因為孩子既要言教，更需要父母的身教。所以在照顧孩子的時候，我兼讀一個學位課程。做一個媽媽學生並不容易，但正是最能夠影響孩子努力讀書的方式。我常常想，如果我仍是從前的樣子，恐怕很難有身教。這實在是神對我生命的改變。

聖經說：「敬畏耶和華是智慧的開端」，信主之後，學習聖經和教會生活給我很多啟發，最重要的是給我正確的價值觀和人生觀。感恩天父的愛，給我和安仔有一對子女，更讓我們懂得怎樣教導他們學習愛人、學習分享，學習感恩。這也是我們作神兒女要不斷努力學習的功課！





朋友傳來一個小故事，勾起在上海的一些感受。逛著上海的老巷，小攤檔擺賣惹人喜歡的潮流T恤、飾物和擺設。內地人喜歡調侃，用一些顛三倒四，非黑非白，又黑又白，似白實黑，似黑卻白的言語，道說世事人生的無奈。

那些T恤、杯子和滑鼠墊，畫一個喝酒的人，寫的是：俺喝的不是酒，是寂寞。畫一個抽菸的人，寫的是：咱抽的不是菸，是無奈。畫一個奇裝怪服的少女，寫的是：不是要你喜歡，是要你注意。林林種種，交織許多的感受。

離開老上海到新開發的浦東，世博的一些場館還保留著，標誌著這城市的繁華。看到這些宏偉的建設，不由想起世博選用「城市，讓生活更美好！」作為主題。200年前，居住在城市的人只有2%，到了1950年是29%，而2000年已升至50%。人人都爭著要進到城市，因為城市生活多彩多姿，物資豐富，文化興旺，與鄉間的貧乏和單調相比，城市就像天堂，充滿喜樂，機會和希望。

然而，城市是否令生活更美好！如今卻不斷受到質疑。無可否認，城市應該有它的好處，否則又怎會有那麼多人會選擇留在城市生活。但我們亦不能否認多彩多姿，物資豐富，文化興旺的城市，其實也有它貧乏和單調，甚至是令人失望的一面。正是這樣，

繁華的上海，攤子上才會熱賣對生活的無奈。

朋友傳來的小故事是說，一位父親希望兒子知道自己的富有，並且讓他體驗一下貧窮的滋味，於是安排兒子到鄉下的窮親戚家裡住幾天。幾天之後，父親由司機載著來接這寶貝兒子，心想他可能會抱怨，那就是教他珍惜所有的好機會了。在車上，父親問兒子，覺得鄉下的窮親戚的生活怎樣？

豈料兒子說，他們比我們富有和幸福呢！我們有一隻狗，他們有四隻；我們有泳池，他們有的是池塘。池塘很大呢！不但可以游泳，而且還有魚。我們有花園，但花園卻沒有人；他們的禾堂很熱鬧好玩！城市有燈光，鄉下卻有星光和月光。我們用電爐煮飯，他們用柴火煮飯，但柴火煮的飯很好吃啊！我們看到的都是高樓大廈，他們看到的卻是藍天白雲。父親聽見兒子說的話，驚訝得不知怎樣回應。

其實這樣的故事，都是城市人創作出來的，是用另一種方式調侃城市的貧乏，並道出城市人的失焦和失落。的確，城市的繁華並不如那位父親以為的美好；但鄉下的生活亦不會像那兒子所體會的那麼幸福。或許應該說，城市和鄉下，富裕與簡單，它們都好，它們都有不好，它們又好又不好，它們好中有不好，它們不好之中有好。只在乎我們如何發現，把握和創造。這不是調侃，是對朋友的回應！

超市裡，一個孩子拉著媽媽的手、拖著不穩的腳步在貨架之間張望，前面的貨架正擺著包裝誘人的條裝糖果，手舉起了，目標到了，一手就抓起他的至愛。在無法預知的一刻，一個拉力，糖果離手而去，人也因此站不穩，吊在媽媽的手中。

就是這一個拉力，糖果沒有了，原本的梦想幻滅了，悠閒的一刻變得緊張，就是這突如其來的拉力，把一切改變了。眼淚奪眶而出，媽媽沒停的責備，還有旁人的注目、議論聲、勸說聲。

隨著摸不著頭腦的做人道理停了，看著空空的手，心裡嘀咕是：為甚麼奪去我所愛的糖果？

★ ★ ★ ★ ★

車子從大路慢慢轉入小道，車速甚為緩慢，司機按著交通規則，預備穿過十字路口，進入下一條小道。在無法預知的一刻，隆然一響，車頭被右方小道衝出來的車子撞著，車刹停了，但車頭盡毀。

就是差了這一點點，車毀了，原定的去路被截住，要做的事要暫且放下，要見的人要另約。就是差了這一點點，生命裡多了一個片段，一個沒想過會發生的片段。從隆然一響開始，見警察、收信、落口供、上庭……

隨著一切車禍的處理程序，看著吊車把毀壞不堪的車子吊起，望著被高樓阻擋只剩一小方的天空，這才聽到心裡所說的話：發生了甚麼事？為甚麼會這樣？為何是我？

★ ★ ★ ★ ★

坐在老婆婆床邊，看著她用盡氣力的去吸氣，維生指數機的數字時上時落；聽著她身旁那已調到最強供氧量的氧氣機發出的聲響，感受到的卻是年老體弱。在無法預知的一刻，她沒有吸氣，維生指數機再沒數字顯示；氧氣機沒有了它的功能，一切都停頓了。

就是這個停頓，生命結束了。要做的事做不到，要見的人見不到，要完成的理想沒法完成，要實踐的人生大計要在此放下。關係停止了，想見的，不能再見；想再做一點事，沒機會了；想復和，也只是空想。

隨著一切certified的處理程序，聽著護士宣佈時間，搬離，看著人去床空，這才聽到心裡所說的話：真的走了嗎？就是這樣走了嗎？她去了哪裡？我們會再見嗎？

★ ★ ★ ★ ★

控制不了，人愈大，愈多事控制不了，心裡總有不滿、不忿、甚至埋怨，是因為以為自己可以掌控一切！還是認為做好準備就應該一切在掌控中？假若……就不會有事，就一切仍在掌控中，真的嗎？

控制不了！原來是一件常會發生的事，控制不了更是提醒我們在順境中走著、在現實中衝著、在夢想中拼著、在慾望中放縱著，不知不覺間，以為自己掌控了很多事情。控制不了的出現，正是提醒我們：人是很渺小的、有限的，不要因為慣了掌控而自高自大。



控制不了



◎黃華娟



◎羅嫻芝醫生

沙士那年，我剛剛開始畢業後的實習。懷著熱誠，不怕辛苦，只想作個願意用心醫治病人的醫生。

但不足半年，愛心已給繁重的工作磨滅了九成。在連續不斷值班的晚上，看著病人尚有家屬陪著有說有笑，心裡多麼渴望自己可以和家人開開心心的吃晚飯。無奈每次以為快可以放工回宿舍休息之際，傳呼機就會響起，又有工作。回到宿舍，累得倒頭就睡到天亮，連晚膳都沒有，早上又上班去。

正開始厭倦這種不見天日的生活之際，父親竟然患上了末期肺癌，而且情況危急，生命似乎只剩下數星期。很想在父親人生的最後一程多點陪伴他，但身為實習醫生的我，卻往往要連續三日 on call 36 小時，又怎能有時間陪伴父親呢！唯有向上司請了三個月的無薪假。

在這三個月我由醫生的角色，變成了病人家屬，卻讓我親身體會到病人和家屬的感受。原來醫生平時無意的一句說話，聽在家屬耳中是多麼的令人討厭！

當我重新返回醫生的崗位後，就開始學習從另一種態度去對待病人。

有一個病人，他和姊姊一同來覆診。一進來，我已經感到他們充滿敵意。但我還是要如實的讓他們知道，病人的腎功能減弱，需要轉介腎科，並且要開始考慮洗腎。怎料當病人一聽到要洗腎，立即質問我為甚麼上次為他診症的醫生說他的腎沒有事。接著還問了一連串尖銳的問題，幸好他是當天的最後一個病人，我可以有充裕的時間給他解釋。

談了一會之後，他的態度軟化下來，並開始訴說過往的經驗如何使他對醫生失去信心。我一邊聽，一邊點頭表示明白，心裡慨歎為甚麼醫生會給他這麼一個壞的印象。離開前，他問了我的名字。他的姊姊更悄悄的問我可否下次再看他的弟弟。我說不一定，他姊姊問我是否怕了他。我向她解釋並不是怕他，而是因為不知道甚麼時候會被派到門診看症，並向她強調今次多一點解釋是希望令他們的心平靜一點。

又有一個自少失聰的病人因流感住院，我其實沒有做過甚麼特別的事情，卻收到他的感謝信。原來只是因為我願意以文字來和他溝通，並且肯脫下口罩讓他可以透過讀唇來了解自己的病情。就是這小小的動作已令他很安心。

曾經有一個病人，在繁忙的門診中把那個寫滿鼓勵說話的心形摺紙放在我手中，然後說一聲「加油！」。

又有一次，當我餓著肚子想盡快把房巡完時，有病人關心的對我說：「醫生，吃了飯沒有？」

沙士十年，醫護與病人的關係由當年的感謝和互信，似乎漸漸變成不信和埋怨，這是很令人痛心的。沉重的工作壓力的確很容易令醫護在不知不覺之間失去耐性和體諒。病人和家屬感受不到愛和關心，只感到醫生流水作業，護理人員冷漠。醫護和病人都是受害者。聖經上說：「要激發愛心，勉勵行善。」讓我們同心彼此鼓勵，把似乎不能成就的理想，在現實中一點一點的實現。■



「你兒子患的是急性淋巴白血病，已經遍及全身，最壞打算是他只能多活兩個月……但我們也會盡力而為。」這是醫生對我家人說的話。

雖然醫生的話像把我判了死刑，但那刻還未懂得去想死亡的問題。心裡說：「天啊！我的大兒子才三歲，小的才剛剛出生，莫說要盡父親的責任，就是連抱抱他的氣力也沒有。我怎可以就這樣離開世界，離開妻兒！」

多年來的夜生活，又煙又酒，實在只可以怪自己忽略了身體的健康，但我真的希望上天可以再給我活下去的機會。雖然數年前身體已發出了警號，就是經常骨痛，只是沒想到原來這正是免疫力下降的徵兆。直至 11 年 8 月持續發燒，整個人疲倦不堪，家庭醫生建議我要進行全身檢查。由於化驗報告顯示我有嚴重貧血，懷疑我的血有問題，最後經抽骨髓證實是患了急性血癌。

感激醫生沒有放棄我，9 月中立即做第一次化療。還記得當時被送進一個獨立的房間，醫生把導管插入胸口位置，方便注射化療藥。一向天不怕、地不怕的我，躺在病床上就像一個無任何還擊之力的人，甚至緊張得以為不可以下床走動，結果整整四天都躺在床上。當藥力不斷增加，到第三天感到很辛苦，真的有「想死」的感覺，一生之中從未試過這種無助和孤單的感覺。

化療完畢後，媽媽和姊姊每天都來探望我，還有她們的教友和牧師，他們不單關心我，更為我祈禱，

使我的心裡感到一份莫名的平安。不期然想起自己一直供奉的神明，為何它們離自己這麼遠，拜了那麼多年，為何得不到它們的保佑和平安？當我孤單無助時，反而這些素未謀面的基督徒會主動來關心我？還有醫院裡的院牧，她十分良善，令我感到有一份安全感，不但願意坦誠告訴她內心的恐懼，甚至把自己的過往也和她分享。原來愛心和關心是可以感染的，還記得同房有幾位叔叔伯伯，他們沒有家人來探望，我覺得他們需要有人鼓勵，所以常常主動和他們聊天。

醫生說，能做一次化療就做一次。結果我完成了七次化療，身體的癌細胞都被打掉了。更好的消息是我姊姊的骨髓和我吻合，醫生說那是換骨髓的最好時機。雖然現在換骨髓的技術已比以前較少入侵性，但這畢竟是姊姊的犧牲，是她把我的命救回來，我實在無限感激。以往只顧工作，和家人的關係很疏離，在生死攸關之際，卻使我體會到家人對自己無條件的愛！

上天不單給我活下去的機會，更讓我把生命的優次重新定位。從前一直金錢至上，但現在工作不再是我的全部。從前沒有好好管理自己的健康，現在我已戒掉了不良的嗜好。從前在家的時間很少，但現在很珍惜家人，特別是一對小寶貝。當以為自己再沒有機會抱起孩子時，怎知道現在有更多可以有親子的機會。我實在經歷了一個神蹟，心裡有著說不盡的感恩，並且對自己說：要懂得活好每一天！■

*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)



愛的心解毒

LOVE HEALS.

◎ 基督教香港信義會天朗中心 梁玉娟（註冊社工）

「令我心痛的是我最愛的兒子，他不但沉淪毒海而且還加入了黑社會。為了他，我和丈夫的關係惡化。每當看到他索 K 索到昏昏沉沉，我真是心如刀割。我時常問自己：『究竟我做錯了甚麼？是否我很少陪他？為甚麼兒子會吸毒呢？』」

「有一段很長的時間，我終日以淚洗臉，憂心忡忡。我們兩夫妻好有愛心，特別是對老人家，真不知我做錯甚麼，會教出這樣的兒子。很多人說我慈母多敗兒，但除了吸毒之外，其實他不壞、不惹事、不打架，只喜歡躲在房中。我只有一個兒子，他開聲說要錢，我便給他，結果寵壞了他，是我累了他！」

毒品和濫藥的破壞力確實很大，以上兩位家長的無奈和自責，亦不能解決子女的濫藥問題。問題背後牽涉父母如何與子女溝通，管教方法，生活方式等等，如能及早處理，不要到了情況變壞才設法補救。天下無不是的父母，這樣的說法相信已經過時了，但是絕大部分父母都是愛惜子女的，應該是永恆的真理。但父母不懂表達愛、過分遷就、對子女成癮行為認識不足，卻是問題所在。

為何孩子選擇毒品

心理學家 Gene Heyman 曾經表示成癮行為（例如濫藥）是選擇失調 (Disorder of Choice)。他認為成癮行

為是自願的選擇，但卻是一個失控的選擇。根據禁毒處藥物濫用資料中央檔案室的資料，在 2012 年 21 歲以下報稱吸毒的首要原因是朋輩影響，其次是好奇，怕悶，情緒低落，抵受不了壓力，希望獲得官能上的滿足等等，因而作出錯誤的選擇。如果父母能明白處於成長困惑的子女的心理狀況，在他們作出偏差選擇前，可以循循善誘，對他們拒絕毒品有重要的幫助。

成為有影響力的父母

要發揮對子女的影響力，父母必要和他們建立親密和信任的關係。父母的接納 (Acceptance) 及讚賞 (Appreciation)，並且得到子女的信任，家庭才能夠成為孩子健康成長的地方。父母必須先瞭解原生家庭對自己的影響，並且要懂得處理那些負面的經驗和情緒，才能與自己的子女相處得更好，情感連繫得更深。父母要減少將自己的恐懼和期望，過份投射到子女的身上。要讓子女明白，無論他們有怎樣表現，父母都會尊重他們的獨特性，愛他們，不會將他們與別人比較。讚賞他們的努力，子女才學懂接納自己，這樣才不會依賴朋輩的認同。父母經常面對一個情況，希望子女可以做得更好；但忘記他們也有限制，若接納到他們的限制，肯定他們的能力，他們便感到安全和足夠，就不需要以向外尋求認同，更不會落入毒品的陷阱。

子女的人生教練

「究竟我做錯甚麼？是我寵壞了他／她嗎？」父母要明白，為子女做得太多，往往會有反效果，子女亦因此不懂如何面對困難。父母要成為子女的人生教練，必須要懂得讓孩子學習面對困難，讓他們學會怎樣面對工作上的難題，拖延或是逃避？當遇上忿怒或傷心時，又會如何處理呢！逃避還是遷怒他人？

子女是父母生命的延續，父母則是子女的源頭。無論是好是壞，子女會以父母作為鏡子，若果父母不懂得正面處理問題、困難和不足，又怎能期望子女可以做到？父母必須要讓子女學習負責任 (Accountability)，讓他們自小學習解難，千萬不要過份保護子女，要讓他們承擔責任，只要從旁協助指導，甚至有時要袖手旁觀。忍心讓子女嚐嚐苦頭，他們才會勇於面對困難，那又何必以毒品來處理負面情緒和逃避現實呢！

父母要敢於管教，在關愛與約束平衡下，表現為人父母的權威 (Authority)。有一個比喻：天橋上的欄杆就是管教，欄杆不是要束縛及限制子女的去路，而是保護他們，免致由高處墮下受傷。提醒家長，切勿因怕破壞與子女關係，而過份遷就他們，更不可有求必應；要敢於管和教，這對子女來說才是最大的保護。

家的愛能療癒傷口

當然，即使父母每樣都做好，孩子受朋輩影響，仍有可能沾染毒品。這時，父母要花更多的時間和耐性，穩妥自己情緒，不要停留在自責、內疚的漩渦中，並且尋求專業的幫助，以持續的關愛及耐性鼓勵子女踏上康復之路。以下是一些戒毒康復者對家人的感言：

「媽媽為了我會不惜一切，而我卻怪她無知，但原來最錯的是我自己。」

「爸爸問我，為甚麼我要傷害自己！我問爸爸，為甚麼他仍然不放棄我？」

「父母沒有放棄我，我也不會放棄自己！」

「原來幸福不是必然的，是我不懂珍惜這個家給我的付出和愛！」

從這些說話中，不但看到父母不捨的愛是子女最好的保護網，更是他們最有效的治療力量。要預防和挽回吸毒子女的父母，他們都成功，就是最好的說明。子女最需要的，是父母不離不棄的愛。最後，願以聖經中的《愛篇》勉勵大家，以恆久不變的愛，保護我們的下一代、協助他們凡事作出最佳的選擇：

「愛是恆久忍耐，又有恩慈；愛是不嫉妒；愛是不自誇，不張狂，不作害羞的事，不求自己的益處，不輕易發怒，不計算人的惡，不喜歡不義，只喜歡真理；凡事包容，凡事相信，凡事盼望，凡事忍耐。愛是永不止息。」

主內聖倫弟兄：

你好！很高興你終於出院了，你最掛心的問題也解決了。你在醫院已經住上半年多，這段日子我們有機會見證你在信仰上的成長，信心也越來越堅穩。初次見到你的時候，你正在床上飲泣，原來剛剛醫生告知你病況的消息，使你感到絕望。感謝神讓我有機會在床邊陪伴你，聆聽你的心聲，之後我們一起祈禱，把你交托給主耶穌。

幾天之後，你就轉到復康病房，雖然手腳仍然痺痛，但你沒有放棄，每天都努力的做運動。在軟弱之中，你決定信靠耶穌，從聖經中尋求安慰，從祈禱中得到力量。經過你的堅持，透過醫生護士及物理治療師的幫助，更因著主耶穌的保守，你漸漸恢復力量，週末時更可以嘗試回家「渡假」，這對你和你的家人都是極大的祝福，我也為你而感恩。

每到星期一，總喜歡問你回家的情況，但從你面上的笑容已知道你的快樂指數有多高，你告訴我，太太是烹調高手，並且自豪地告訴我太太又煮了甚麼好吃的給你享用。麻辣火鍋、酸菜魚、蒜泥白肉、口水雞、肥牛火鍋等等，聽得使我垂涎欲滴。

在這段日子裡，多謝你的信任，向我分享你生命的故事，你的家庭、你的成長，還有你的憂慮——經濟、感情、住屋等等，我們常常一起為著這些事禱告。在所有的問題中，你最掛心的是分配公屋的事情，這也是你從入院一直都掛心的。我們也多次懇切的為你住屋的安排祈禱。

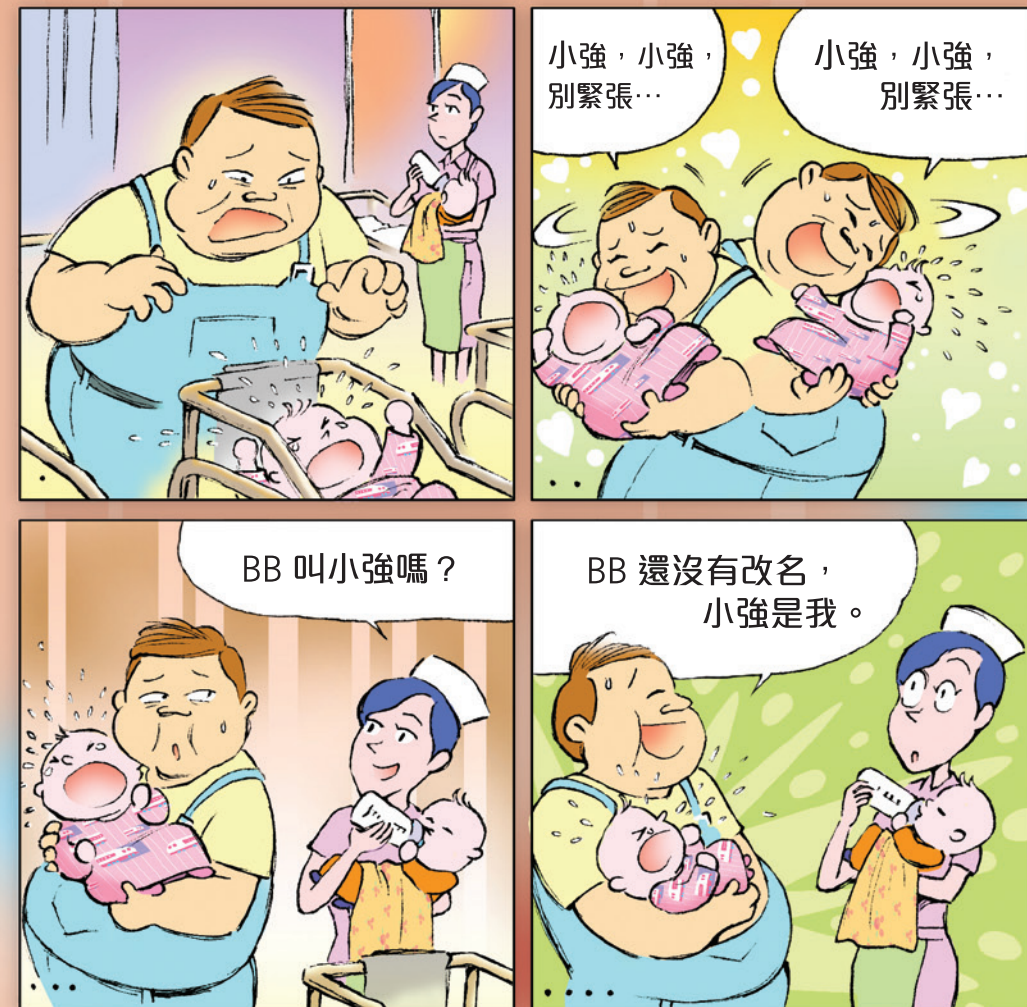
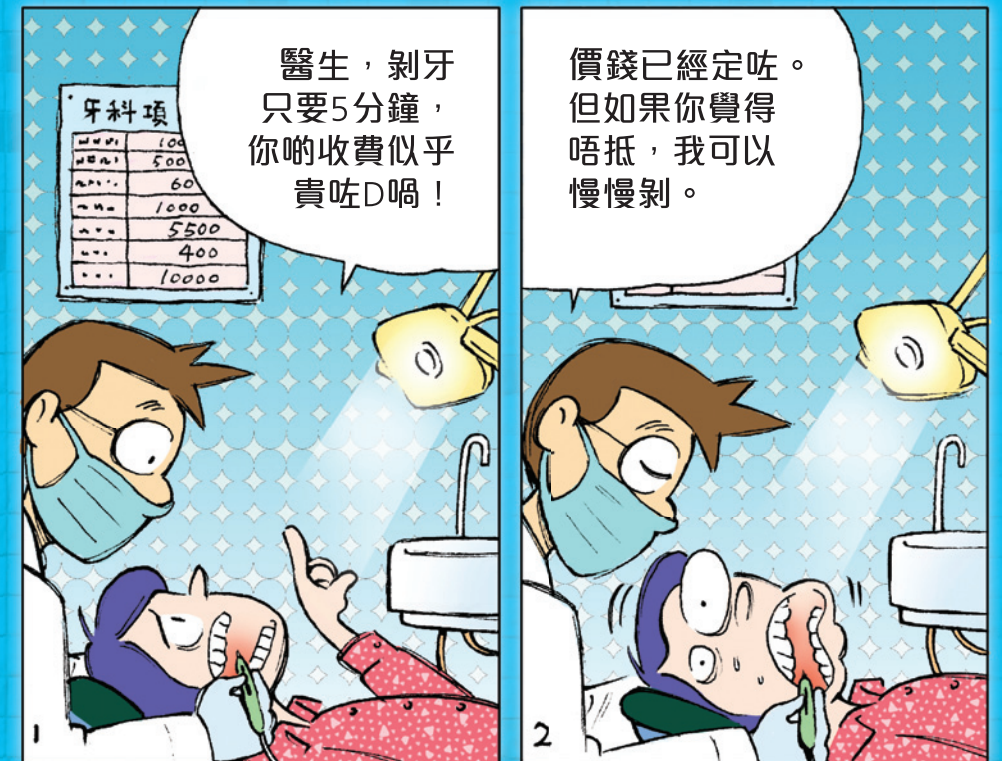
上帝的預備實在超出人的所想所求，祂不但為你安排了居所，而且一直關心探訪你的院牧義工竟然就住在你的新居的同一座之中，我知道她和教會也極之樂意繼續關心你的家庭。雖然你已經出院，但你仍然要繼續為自己的身體奮鬥，當你感到乏力的時候，請記住上帝必定保守你和你一家。最後，送你一首詩歌：「任遭何事不要驚怕，天父必看顧你；凡你所需，祂必供應…」無論如何，都要持守對上帝的信心。請你代我問候太太，我仍會在禱告中記念你們。希望稍後可以探訪你們，再與你們一起數算主的恩典。

祝你和你一家身心康泰、主恩滿滿！

蔣陽牧



可以慢一點



別緊張！

繪畫：亞樹



告別 產後 抑鬱

Say Goodbye to
Post-Partum Depression!

◎陳選豪醫生（香港家庭醫學學院）

小英今年 32 歲，是中學老師，和丈夫認識了三年才結婚，今年遷來本區。去年得知成功懷孕，兩口子滿心歡喜，每日都在計算胎兒的成長。小英每日紀錄體重和進食的情況，又購置足一年的小兒衣物。算來小英的預產期該在這個星期，怎料小英丈夫林先生今早就來電約診。

小英面容憔悴，原來她已經生產了。她疲態明顯，沒有喜悅的表現。林先生說小英比預產期早了兩周突然腹痛，去了醫院就急急送入產房動了手術，還幸母子平安。小英在醫院的情緒還可以，但出院回到

家中情緒的起伏卻很大，經常無故飲泣，望著嬰兒就自怨自艾，訴說不知如何入手，恐怕不能盡母親的責任…，小英患了產後抑鬱。

產後抑鬱症的成因

究竟是甚麼原因導致產後抑鬱症，就是專家也沒有確實的答案。可能是由於激素在女人懷孕期間的變化，影響了大腦中化學平衡。生產後，體內的雌激素和孕激素顯著減少，導致個別病人產生產後抑鬱的反應。另一種可能是和分娩後甲狀腺功能減退有關。如果是以上的問題，並且被檢測到，相對比較容易治療。

目前，研究人員正在研究其他生理或社會問題，是否可能會導致產後抑鬱症。如產前任何形式的抑鬱症的婦女，生產孩子之後抑鬱的風險會增加約 10%。有親戚得了抑鬱症的婦女，也有較高的產後抑鬱症的風險。

不及時治療產後抑鬱症的婦女，可以對孩子產生負面影響。有研究表明，抑鬱症母親與自己孩子的互動表現，可能會影響孩子以後的發育和行為。

醫學上，產後精神健康失調大致可分為「產後憂鬱」(Post-Partum Blues；或作產後心情低落，沮喪)、「產後抑鬱」(Post-Partum Depression) 和嚴重的「產後精神病」(Post-Partum Psychosis)。

產後憂鬱（產後藍調）

產後憂鬱其實極其普遍，故此更有產後藍調的形容。估計百分之七十至八十婦女都會有短暫情緒起伏，容易激動和無故哭泣的現象，情緒起伏尤其明顯。數十分鐘之間，心情可以像天堂般愉快忽然悲從中來。通常在產後三至五天「病情」達至極點。病者不一定會有抑鬱的經歷，而只是流淚，緊張和容易激動。病者如有經前痛症病史，對生育恐懼（故此首次懷孕者有較高病發率），或環境生疏（搬遷、移民）會較易受影響。但大部分產婦都無需藥物治療，只要家人的關懷與充分休息，都會不藥而癒。

但有百分之五至十左右的產婦會有產後抑鬱病狀。病者在產後四周內會顯得極度疲倦，容易激動和緊張，間中甚至有恐懼不安的情緒。有抑鬱病歷的更是高危的病者，尤其是曾經有產前或產後的發病者，或在生產過程中有併發症者。而社會中的低下階層發病率亦會比較高。幸好大部分病者如得到適當治療，大概六個月都可以回復正常。

產後精神病

產後精神病通常發病於產後四周之內，更多數發生在首數天。產後體內激素如雌激素、黃體酮、皮質醇和甲狀腺素迅速下降是致病主因。病者有失眠、焦慮抑鬱、情緒不隱等徵狀，並且會食欲不振、疲倦、頭痛等等。起病初期或有意識模糊、人格異常、精神混亂的臨床表現，幸好產後精神病並不常見，病發率只有約千分之一。和任何嚴重抑鬱病人一樣，產後精神病會有自殺和傷害他人（如嬰兒）的意念或行為，必須認真處理。

產後抑鬱症的症狀

產後抑鬱其實是可大可小，最重要的是，如果家

人留意病者以下產後抑鬱症的症狀，就表示新媽媽需要接受專業的幫助。

1. 對寶寶缺乏興趣
2. 對寶寶負面情緒
3. 擔心傷害寶寶
4. 缺乏關心自己
5. 缺乏能量和動力
6. 有無用和內疚的感覺
7. 食慾不振或體重變化
8. 經常睡覺比平時或多或少
9. 想到死亡或自殺

家庭和醫生的支援最為重要

治療上，家庭的支援最為重要，如果有家庭醫生在產前（甚或婚前）和病人一家認識，則更能發揮重要的專業角色。需要時，醫生可使用適當的藥物（如抗抑鬱藥），並持續監測病情，但嚴重的產後精神病則要轉介精神專科。如果病人仍希望用母乳哺育嬰兒，必需明瞭藥物的副作用。

產後抑鬱症的自救

如果真的出現產後抑鬱，新媽媽更要照顧好自己。關心自己的精神和身體健康，這可以由簡單的生活方式改變開始，卻可以有很大幫助。

1. 不要吝嗇睡眠。你正在照顧一個新生兒，的確很不容易。但睡眠不佳，卻可使抑鬱惡化。
2. 爭取小睡的機會。從媽媽的職責中給自己放鬆和休息一下。
3. 尋找不同的方式來呵護自己。像給自己一個泡泡浴，品嚐一杯熱茶或雪糕 …
4. 建立健康的飲食習慣。當失意時，會影響吃東西的心情，但為寶寶和健康著想，要盡所能地建立健康的飲食習慣。
5. 多曬陽光。每天至少 10 到 15 分鐘，適度的陽光能開朗心情。
6. 多做運動。研究證明運動和治療抑鬱症的藥物一樣有效，每天步行 30 分鐘是會創造奇蹟的。
7. 一個訓練有素的陪月，對剛生下嬰兒的新媽媽，有很大幫助。

小英曾經飼養寵物，但無論蒼鼠、白兔，雖然悉心照顧，都往往無疾而終。今次急痛入院，嬰兒剖腹出生，小英甦醒過來，BB 忽然出現床邊，這和小英期望的生育過程大不相同，因此引起她的抑鬱反應。幸好小英夫婦明白事理，在家人和醫療團隊的支持下，她安然的渡過了產後的重要考驗。



適飲，茶！



◎ 陳慧琮 註冊中醫師

喝茶文化歷史悠久，早已成為中國人生活的一部分。相傳神農嘗百草，一日而遇七十毒，得茶而解之。可知茶的功用早有記載，以現代醫學分析，茶不單有解渴作用，更具有醫療價值。

茶葉裏含有咖啡因、兒茶素、茶多酚、單寧酸、維生素、礦物質及芳香物質等。其中的咖啡因有興奮中樞神經和強心利尿的作用；茶多酚具有抗氧化的作用，能抑制癌細胞的生長和擴散，可保護細胞突變，達到防癌的功效；礦物質中的碘和氟，是防治甲狀腺疾病和促進人體骨骼、牙齒、毛髮、指甲等健康發育的重要物質；芳香物質能溶解脂肪，去膩消食，清除口臭。

總結歷代醫家的經驗，茶有振奮精神、增強思維、消除疲勞、生津止渴、解暑利尿、明目降火、幫助消化、增進食欲、除煩祛膩、消脂減肥、消炎解毒、整腸治痢、祛痰除熱、解煙酒毒、祛除口臭、預防齲齒等功用。

茶葉一般分為三大類：**不發酵的綠茶**、**半發酵的烏龍茶**及**全發酵的紅茶**。綠茶消暑解毒防癌的功用較好；紅茶經過發酵，有健胃助消化的效果；烏龍茶功

效介乎綠茶與紅茶之間。茶葉性味苦、甘、涼，經發酵的紅茶只減低其涼性而已。

不論紅茶或綠茶，益處也相當多，每日飲用溫熱淡茶一至兩杯是有益的。一般來說，體質壯實、形體肥胖者，宜喝綠茶，且以濃茶為佳；而體質瘦弱、脾胃虛弱、或虛寒體質者，不宜喝過寒的飲料，甚者紅茶也不宜多飲。

喝茶最好不要過量過濃，還應注意不要喝冷茶，喝冷茶不僅起不到清熱、化痰的作用，反而有滯寒、聚痰之弊，故以喝溫茶或熱茶為佳。茶宜泡，不宜煮，以免破壞茶中的維他命及使其香氣揮發，從而變得苦澀難喝。泡過的茶若放置過久，容易被污染，使茶中的成分變質，對人體有害。不要空腹喝茶，因茶屬涼性，如果空腹喝茶，會直接損傷脾胃，容易致病。不要用茶水服藥，以免影響藥效，因為茶葉裏含有鞣酸，鞣酸會和藥物中的蛋白質、生物鹼或者金屬鹽等起化學作用，產生沉澱物，影響藥物療效，甚至失效。容易失眠的人士，應忌睡前喝茶，以免症狀加劇。患有活動性消化道潰瘍者，不宜多喝茶，以免潰瘍面難於癒合。哺乳婦人不宜喝濃茶，因濃茶可減少乳汁分泌。平素腎虛小便過多者，喝茶也不宜過量。■



全民醫療保障

費用全免治肺癆



◎ 退休護士口述 從心會社·羅民樂整理

——次大戰前後的香港，肺癆肆虐，六七十年代——時，我正在政府肺胸診療所工作，可算適逢其會。當年政府開設了許多肺胸診療所，每間一般有三兩位駐診醫生，五六位護士，還有醫務社工和一些叫 TB Worker 的工作人員，這職位是當年專為探訪肺癆病人而設的，現在已沒有了。

肺癆傳染性高，而當時的香港生活環境擠迫，飲食營養又不足，所以患病者眾多。有說肺癆是「窮人病」，但其實當年也有富裕的人染上，雖然私家醫生也會診治肺癆，但由於此病治療經年，私家診所收費必定高昂。所以當年對付肺癆的擔子主要落在公營醫療系統，而衛生當局亦不負所托，做得非常全面妥當。

市民若懷疑自己染上肺癆，都可以到肺胸診療所就診，診所會為病人照肺和驗痰，確診者將接受為期一年以上的治療，每天要到診所打針，後來改為服藥。病者的家人亦需要照肺，若有人已被傳染，便一併接受治療。為怕病人半途而廢，政府規定病人要每天到診所在護士監督下服藥，記得當時診所開診時間為上午八時至晚上七時三十分，但人潮卻沒有集中在上班前後，人龍總是從早到晚都圍著診所。

「肺癆甚於輕彈！」這是當年流行的一句口號，可見市民對其恐懼可比今天的沙士。既是人人皆怕，醫治卻又費時，為了吸引諱疾忌醫的病人現身接受治療，政府對肺癆病人實在格外「關照」。整個治療過程費用全免不在話下（當年政府提供免費治療的疾病只有肺癆和性病，俗稱「花癰」），若病人因病面對經濟困難，診所的醫務社工還會負責「出糧」。當然，逃兵總是少不了，那些 TB Worker 便是專責登門造訪，勸籲病人歸隊。

那時候還未發明應付肺癆的疫苗，理論上我們醫護人員都是非常危險，但想起來也奇怪，我們當年竟連口罩也沒有帶，主管甚至鼓勵我們不要帶，免得「焗病」。早期曾實施過一項防護措施，就是每人每天獲派兩支鮮奶，讓我們吸收足夠營養。或許我們見慣肺癆病人，實在一點也不害怕，而印象中十多年來也只要一兩位同事染上了。今天我已經退休超過二十年，偶爾因咳嗽而見醫生，醫生知道我當年的工作背景之後，反而立刻彈開了，實在令我啼笑皆非。■

鳴謝：「香港政府檔案處，歷史檔案館」

▲ 位於灣仔摩理臣山道的夏愨健康中心，是香港第一間肺癆診療所。（攝於 1947 年）



職業治療在精神病康復的功能

◎ 羅民樂（從心會社）

香港人生活壓力大，近年常常從報章看到香港人患上精神病的統計，患病的比例相當高。有病便需要看醫生，但原來貼身參與精神科病人康復過程的，不只醫生護士和社工，還有職業治療師。

恢復職能的治療

「職業治療」翻譯自英文 Occupational Therapy，這香港翻譯令不少人都誤會它是針對職業病的一門治療，台灣則翻譯為「職能治療」。職業治療是一種恢復生活能力的治療，他們的服務主要針對病人的個人自理能力、工作及閒暇三個範疇。簡單來說是協助病人恢復因受疾病影響而失去的某些能力，但並不限於

工作技能。例如一位家庭主婦，因為患上某種疾病而影響了她履行煮飯燒菜的責任，職業治療便嘗試幫助她，讓她可以回復這樣的能力。生理上的疾病或受傷固然可能影響病人的能力，其實精神病亦然，故此在青山醫院也可找到職業治療部門。

醫生可以處方藥物幫助精神病人，而職業治療師則動腦筋為病人提供合適的活動，從中訓練生活技能



▲ 青山醫院職業治療部設有多個工場，模擬不同工作環境。

和評估康復進度。個別的治疗活動可於病房進行，但一些群體性的活動則安排在院內特設的工場進行。青山醫院內設有多個職業治療工場，模擬了不同的工作環境，例如小賣部、時裝店、辦公室、設計及印刷工場、洗燙工場和包裝工場等等。每個工場都有既定的上班和下班時間，亦有午膳和小休時段，病人來到這裡就好像上班一樣，更有象徵式的獎勵金，可以在小賣部和時裝店消費。

這等模擬工作環境，為病人提供一個介乎醫院與真實社區的生活環境，這裡混合了不同年紀和性別的病人，他們除了可以在這裡學得一些工作技能外，或許更重要的是可以練習與人相處。醫院病房的环境安靜穩定，有助舒緩病人的病情，而相對熱鬧的職業治療工場，則可以讓他們重溫一些生活場景和人際社交，治療師亦可以從中觀察他們的適應能力和康復進度。例如有些病人情緒容易受異性刺激，這裡就可以讓他們重新習慣與異性相處，治療師亦可觀察他們的反應；亦會有病人來到工場裡的小廚房，職業治療師會和他一起練習到市場買餸煮飯。有時候在過程中發現病人有認知方面的問題，例如善忘或注意力不集中，這裡特設的認知訓練中心就幫得上忙了。此外，治療師亦會提供不同的小組訓練，讓病人學習自我管理及不同的生活技能，為病人出院作好準備。

講求心思與創意

或許有人對精神病人的印象，只限於瘋瘋癲癲，或是自言自語。其實有不少精神病都是受環境影響而引發，近年廣為人知的抑鬱症可算其中之一。精神病人不一定要住院，例如某些抑鬱症病人只需要接受門診服務便可。由於每位病人的致病原因都有所不同，即使病人患的同是抑鬱症，治療師也要先用時間了解病人的背景，分析他的需要，才可以進一步決定運用甚麼活動來幫助他，過程頗花心思，亦牽涉不少輔導技巧。

在青山醫院職業治療部門服務了一段日子的一級職業治療師曾美兒姑娘，近年也接觸不少情緒病人，背景各異：有資深老師因為工作壓力而無法繼續教書，並出現驚恐情緒；有年輕在職母親因為雙職壓力而緊張失眠，甚至失去生活動力而終日躲在家中；亦有售貨員因為工傷影響了活動能力而暫停工作，卻得不到同事和家人的諒解，反而誤會他是懶散，最終不堪壓力而患上情緒病。

幫助這些病人，曾姑娘嘗試透過不同活動助他們走出陰霾，例如安排小組活動，一同作畫、栽花，讓他們在細節過程中感受到生命有其意義；亦試過幫病人重組生活時間表，騰出時間給自己享受，舒緩了病人的情緒，亦緩和了與家人的緊張關係。經驗告知曾姑娘，家屬的理解與鼓勵對病人康復非常重要，曾經有病人連上街散步都緊張得要暈倒，但因為得到丈夫及子女的支持，才得以踏出家門一步；亦有病人眼見兄長為自己勞心勞力，才放棄輕生的念頭，並願意主動接受精神科治療。

曾姑娘當年在理工大學中途轉修職業治療，是因為認識到可以透過這些治療協助病人恢復過往的生活職能。因為服務精神科病人需要別具心思與創意，吸引了她畢業後決定加入青山醫院工作。工作多年後，曾姑娘覺得今天社會大眾對精神病的認識仍甚片面，對精神病的病徵一知半解，以致往往產生誤會；又或是以偏概全，總以為他們有暴力傾向。其實精神病種類繁多，若我們身邊有人患上精神病，我們一定要對他所患上的病種有正確的了解，才能明白和體諒他，進而支持他接受治療。或許經過治療也不可能完全康復，即使康復了也許又會再病發，但本著職業治療的信念：「每個人都有權選擇過其有意義的生活」，曾姑娘一直悉力以赴，亦希望病人也愛惜自己，不自我放棄。

鳴謝：青山醫院職業治療部



◎ 李展鵬律師

陳先生在街上被兩名便裝警員截停查問，並要求他出示身份證明文件，陳先生不但拒絕合作，並且企圖立即離開，兩名警員於是用武力阻止陳先生離開。此時一位男子剛好路過，看到陳先生被兩名男子以武力對待，便「見義勇為」拉住這兩名警察阻止他們對陳先生使用武力。

陳先生是否阻差辦公？

根據《警隊條例》及《侵害人身罪條例》，阻差辦公可指襲擊或抗拒執行職責的警務人員、或協助或煽動任何人如此襲擊或抗拒、或在被要求協助該執行職員的人員時拒絕協助、或以虛假資料誤導警務人員、或故意阻撓在正當執行職務的任何警務人員或在協助該警務人員的人。

《警隊條例》賦予警務人員在街道截停及查問任何行動可疑的人的權力。至於甚麼是「行動可疑」，則完全由警務人員當時的主觀判斷而定。當警方行使有關權力時，應清楚表明警員身份及在被要求下出示證件，如果市民在無合法辯解的情況下拒絕與警方合作，使警方未能妥善履行其職務，該市民便可能被控阻差辦公。

因此，陳先生在被警員截查時不但拒絕合作更企圖立即離開，除非他能提出合法辯解，例如當時便裝警員並沒有清楚表明及出示證明文件證明他們警務人員的身份，陳先生就可能會被控阻差辦公。

此外，根據《入境條例》第 17C 條，警方亦擁有查閱任何人（不論該名人士是否行動可疑）身分證明文件的權力。如任何人無合法辯解而未能出示身分證明文件，即可以被檢控。所以，就算陳先生不被控阻差辦公，他拒絕出示身分證明文件也會為他惹來官非。

幫助途人是否阻差辦公？

法例訂明任何人「故意阻撓」在正當執行職務的警務人員即可被控阻差辦公。「阻撓」的意思是指任何使警方執行職務時有困難的行為，不論該行為是否針對警方或是否有惡意。這名男子當時拉住兩名便衣警員，明顯是「阻撓」該兩名警員執行職務。

但他當時是否「故意」阻撓警員執行職務，還是有意幫助途人？「故意」指有意圖及沒有合法辯解。因此，假如當時這名男子並不知道兩名便衣警員的身份，更不知道他們正在執行職務，他便可以此作為他並非「故意」阻撓警員執行職務的合法辯解。

阻差辦公的刑罰

根據《警隊條例》第 63 條，阻差辦公循簡易程序定罪後，可處罰款 \$5,000 元及監禁 6 個月。根據《侵害人身罪條例》第 36 條，阻差辦公可循簡易或公訴程序審訊，最高刑罰是監禁 2 年。阻差辦公的刑罰在根據《警隊條例》和《侵害人身罪條例》被定罪後，除了在最高監禁刑罰上有分別以外，根據《刑事訴訟程序條例》附表 3，《侵害人身罪條例》第 36 條的阻差辦公罪是「例外罪行」的一種，意思是法庭在判刑時不可以對被告作出緩刑命令，即是被告人若因違反《侵害人身罪條例》的阻差辦公罪而被判處監禁式刑罰，便需要即時監禁。



心靈一線通



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)
鄧萃雯姊妹見證		見證系列	40:19
天國恩典未了情	文千歲、梁少芯伉儷	見證系列	47:08
王祖藍弟兄見證 (訊息：樓恩德牧師)		見證系列	1:09:01
死不了、情不了	梁藝齡小姐	見證系列	1:05:38
每天無憂無懼	余德淳先生	見證系列	52:19
在人不能，在神凡事都能	黃愛恩博士	見證系列	22:32
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
面對人生的遭遇 — 信仰基督教，有何不同	溫偉耀博士	講道信息	52:35
希望在人間	蘇穎睿牧師	講道信息	33:53
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
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。

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>

☐ 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

如用信用咭，可直接傳真：(852) 2339 0966

信用咭姓名 (英文正楷) : _____

*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。**

(用作寄發收據及通訊，絕對遵守私隱保密條例)

(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

葛量洪醫院	2580-7253
黃竹坑醫院	2580-7253
瑪麗醫院	2255-5891
馮堯敬醫院	2872-7413
根德公爵夫人兒童醫院	2872-7413
麥理浩復康院	2872-7413
東華醫院	2589-8386
東華東院	2580-7253
律敦治及鄧肇堅醫院	2291-1833
養和醫院	2575-5554
聖保祿醫院	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	3517-3890
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
* 將軍澳醫院	2208-0859
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	2486-8678
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	2683-8397
長洲醫院	2981-9441 Ext.61

香港醫院院牧事工聯會 2339-0660

“當你愛時，不要說「神在我的心中」
要說「我在神的心中」。”

~ 紀伯倫



得智慧，得聰明的，這人便為有福。

(聖經·箴言3章13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。

全年贊助：



本期贊助芳名：

薛樹德
陳友冬
何樂燕
譚齊順

郭多加
李信廣
林文莉
林佩英

麥家碧
甘志培
吳順珠
溫見群

周 全
余詩思
蔡潔儀
羅桂芳

鄭肖珍
莊志剛
陳淑娟
陳麗莎

鄭靜香
盧淑明
鍾轉芳
廖明活

張玉貞
李日玲
李達庭
Lau Tze Wing

陳嘉瑛
陳華倫
黃妙玲
Wong Yuk Tong

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

主編：羅杰才 | 編輯：梁婉琴 | 設計及排版：OpenTheClose.com | 封面攝影：黃少凌

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

版權所有 免費贈閱