

31

2011年11月

關

心

真心
分享

胡美儀：

希望有一個
精彩的演出

打開心窗

鎬燈黑火

關心健康

「更」要保養

胡美儀：

希望有一個精彩的演出



“不少認識多年的朋友都說我有一個「傳奇」的人生！我知道為何他們會這樣說。有時我反思，也承認自己的人生中的確有些與人不問的際遇和經歷。但今天回望過去，覺得最令自己滿足和感恩的，並不是那段鏖而不捨的奮鬥史，也不是那水銀燈下的演藝成就，而是……”

我的成長路

我的親生父母當年因為要到泰國謀生，把我留在香港，出生三個月的我就頓時成了孤兒，幸得「養母」收留及照顧。可是她家境貧困，所以童年的生活也只能勉強溫飽。我不會忘記，有一天，我興奮的把得到的獎狀拿回家給養母看，並且告訴她可以升班了。但她卻面有愁容的回答：家裡已窮得連做校服的錢也沒有了。那一刻我怔了，雖然只是一個少年人，但已經知道現實的環境不容許自己繼續讀書了。雖然如此，但心裡並沒有憤怒，反而很感激養母多年來的照顧。由那天起，我知道自己和別人的路將會不同，但我告訴自己定要走出成功的人生路！

七十年代初香港的工業發展蓬勃，四處都有工廠，所以很快就在工廠找到工作。幾年間，先後做過假髮、電子和車衣，雖然薪金不高，但勤勤力力也總算兩餐無愁。由於還未到 20 歲就已經工作了好幾年，社會的歷練，加上自覺有點小聰明，漸漸不甘於只當一個工廠女工，希望為自己開拓一個更美好的將來，於是不時尋覓其他的機會和出路。

因為經濟發展和新科技的產品相繼面世，香港人的生活方式開始改變。電視漸漸普及，為無數家庭提供了視聽娛樂。不同的電視台又有經常舉辦歌唱和演戲比賽，由於自己對唱歌也有點天份，讀書

時亦得過歌唱冠軍，所以決定試一試，於是參加了電視台的歌唱和戲劇比賽。結果雖然在歌唱比賽中未能奪冠，但 77 年卻在無線電視的《聲寶片場》總決賽得到冠軍。除了得到獎金獎品外，更有一份演員合約，我當然欣然接受。就這樣便進身了演藝行業，開始了人生的新一頁。

走出電視台

演藝生活實在是多采多姿、目不暇給，每一樣事物都十分新鮮。我十分勤力學習，而且善於觀察，漸漸就把演技磨練出來。電視台又給我機會，讓我嘗試不同的角色，時裝、古裝、民初裝、清裝，種種角色都有機會去演。那時也有過「胡八組」的稱號呢！如此在演藝圈轉眼間就過了 17 年。

雖然演藝事業帶來一定的滿足感，但我也希望能夠有演藝以外的發展，於是我又努力地去發掘自己其他的潛質。作為藝員，每天化妝梳頭都是例行公事，那時忽然有個想法：熟能生巧，只要多一點觀察、多一點提問，一定可以掌握這方面的專業技巧。於是我不停在化妝間「偷師」，除了化靚妝，還有爛面、子彈孔……等特技妝我也學會。於是我便開班授徒，並利用自己的知名度在酒店開化妝班，還頒發證書給結業學員。有些參加者覺得我的化妝班夠專業，就介紹新學生給



我，甚至連任職美容師的朋友也來參加，只是沒想到後來更有美容集團主動邀請我加入他們的公司。

難得有這樣機會，我決定嘗試轉向美容行業發展，但為安全計我沒有完全退出電視台，只是以部份時間在美容院任職。即使是部份時間，我卻立刻把握機會在這個美容集團中努力學習，甚至不介意由低做起。集團的工作不但豐富了我的美容知識，更使我學到管理和行政技巧。後來老闆又派我負責管理和行政工作，更有機會到美容院的分校參與教學工作，甚至繼而成為專業美容學校的校長，專責管理美容導師和編排課程。及後更調任集團最重要的產品部作主管。由於我有電視台工作的經驗，又有機會進一步負責廣告和推廣的業務，甚至包括開拓中國這個新興的美容市場。到了 94 年，我決定全身投入美容事業，直至 02 年為止。

由工廠女工、電視藝員、舞臺劇演員、多元化歌手，到美容集團的管理層，人生中扮演了不同的角色，也有過不同的經歷。從中我體會到人生其實是充滿著可能性，只要我們擁有夢想，並且勇於迎

接機遇和向目標而努力，成功是可能的。不過舞台上下，我也不得不承認，在人生中既有我們喜歡，又容易演繹的角色；但亦有我們拒抗，甚至十分艱難的角色，這包括了我第一次婚姻的失敗，只是遇上艱難，我們不但不可逃避，更是要全力演出。

堅定的說：我願意

沒料到當我第二次婚姻準備開始，就是結婚前的一個月，一天晚上我的未婚夫毛俊輝突然大量吐血，繼而昏迷。入院後醫生證實他患了胃癌，而且情況十分嚴重，必需把整個胃切除，而且還要做化療。俊輝入院，我當然每天都會到醫院探望他，見他躺在床上，日漸消瘦，十分虛弱，心裡不但難過，更是百感交雜，倍感人生如戲。

從未想過原來疾病和死亡可以這麼相近，在俊輝的床邊我不由的感觸，即使有才華、有金錢，有人欣賞……只要失去健康，這一切都把握不住。更難堪的是，躺在床上的並不是一個普通朋友，而是將會與自己共訂婚盟，一生相隨的另一半。一天，我在醫院裡默然的坐在俊輝床邊，看著他那瘦得連一百磅也沒有的身體，我不斷問自己，如果他失去了健康、樣貌、事業、金錢，我還會愛他嗎？我是否仍然願意持守當初的承諾？本來在下個月我要在教堂對他說我願意，但此際我又是否願意呢？然而，在默默禱告之後，有一份從心裡湧出來的力量讓我堅定的對自己說：我願意！

那段日子，若不是有上帝所賜的平安和愛的力量，給予我百分百的愛去愛俊輝，相信我可能已經做了逃兵。因為醫生說俊輝化療後復原機會只有五成，甚至更低，這無疑等於預告了失敗的結果。當時的感受就是：只有信、仍有愛，卻是沒有望（盼望），因為連醫生也不確定俊輝有沒有明天。

回過頭來，我們才多點的明白到「絕症」病人和他們親人焦慮的原因。也多點的知道基督徒為何要強調信、望、愛，缺一不可。就在我們似乎失去盼望的時候，上帝藉著牧師的安慰和祈禱，幫助我們把盼望的眼光轉移到上帝身上。那時我們學習完全相信上帝，不管明天如何都要切實相愛。當我們學習如此堅定的信靠上帝，彼此相愛時，盼望又再在心中靜靜地發生。

感恩終於走過了

雖然這好像是一個美麗的愛情故事，但現實上我們卻是每天和病魔交戰，令人心身俱疲。俊輝



住院期間我要每天進出醫院，而且每次我都會悉心打扮。這不是因為自己貪靚，而是希望俊輝可以多一點微笑和感到「醒神」，也少一點為我擔心。但這樣一段日子之後，已經心力交瘁，每天回家後，常常累得就連洗一隻碗的氣力也沒有。

有一次，甚至在走廊上忍不住哭起來。一位護士經過就關心我，問我擔心甚麼事。她安慰我又勸我要盡量放鬆，更不要太過理會那些顯示病情的指數，因為病人的進展並不完全由藥物和醫生決定，病人的努力和親人的關心同樣重要。我很感謝這位護士，因為她明白病人親屬的感受，並且主動的關心。其實偷偷流淚的又豈只我，在病房或走廊，病人家屬的種種惶恐、憂慮、傷心的反應，都顯示他們承受著無比的壓力。他們也需要有人傾訴和支持，他們的每一天都是不容易熬過去的，若自己不是過來人，相信難以體會得到。

經過一年的化療，俊輝的情況漸漸穩定過來，感恩的是，治療的結果比預期的好。雖然我們知道即使所有的療程完成了，在醫學上也說是「好了」，但其實癒後五年內都有復發的機會。但上帝既然已經引領我們行過死蔭的幽谷，我們就決定在 04 年結婚。執子之手，共對人生的順逆。我們結婚後大家更珍惜每個見證上帝的機會，因為是祂讓我們重生，讓我們成了新造的人。轉眼間，我們就攜手過了九年多。

但我不得不承認，心裡仍會為俊輝的健康而擔心。每當他的身體有不適，即或只是傷風感冒，我就會不期然著緊起來，更常常叮囑他要份外小心身體。相信曾經照顧過癌症患者的家人都能體會我這過來人的感受。其實病人康復後實在有責任更好地保養顧惜自己的身體，既然知道健康並非必然，就更應懂得珍惜。然而，在這過程中，我同樣不斷學習交託的功課，因為既然知道生命是掌握在神的手裡，就應該學習不再為生命的壽數而思慮，更懂得倚靠神每天賜下的恩典和力量，帶著喜樂的心走過每一天！

演出精彩人生

從前我曾經問上帝，為甚麼我會有一個遺憾的童年？如果我有了一個完整的童年，如果我有機會讀更多的書，我的人生應該更加美好。這一直是我心底裡的遺憾，因為就是無論表面上如何的成功，也不能完全把這遺憾蓋過去。但如今回望，已經是一種恬然的感覺，明白到高低貧富，順逆禍福，我們當然想挑好的來演，但其實每個劇本都有它的價值，只在乎我們如何去演。

從原來的歌影視舞台到美容集團的管理層，我一生的追求，似乎都希望有一個精彩的演出。雖然如今我對每一次的演出依然執著認真，務求有完美的效果；但我已經學懂了，無論是自己或是拍檔，都不是完全的人，即使我們盡上最大的努力，仍然可能得不到完美的結果。因此最大的期望，是希望可以和俊輝透過事奉和生命的見證，演出更精彩的人生。



▲ 胡美儀演出、毛俊輝執導的原創音樂劇「情話紫釵」今年獲上海壹戲劇大賞頒發時尚戲曲大獎，該劇於明年一月份再度公演。

鳴謝：Harvard 哈佛增髮技術中心（髮型贊助）
風行娛樂有限公司（經理人公司）



鎢燈 點火

◎羅杰才

由於溫室效應，環境污染，節能減排已成了環保的同義詞。政府認為傳統的鎢絲燈膽不符合能源效益，而且發熱比慳電膽多，所以計劃禁止售賣，現正進行諮詢。

童年在新界的寮屋長大，那時新界不少地方還沒有電力供應，晚上就只有火水燈，後來才有了汽燈（大光燈）。待到少年時家裡才有電燈，一個燈泡就亮了整個房子，所以特別懷念鎢絲燈那黃黃的光，還有那暖暖的感覺。

那時人會說：燈光火着，發光發熱；似乎燈和火，光和熱是分不開的。辛棄疾那句：驀然回首，人卻在燈火欄珊處。更是充滿浪漫情懷。只是隨著電燈的出現，燈光已經不必火着，如今又再進一步，發光可以不必發熱。因此我們對燈的概念與功能，亦漸漸改變了。而且發光太過容易，只要按一下電制就能一屋通明，所以也不會覺得珍貴，甚至由於取光是如此便宜方便，甚至造成了光污染。因此，節能並不一定可以減排，更不等於環保，只有節約才是辦法。

以前的人生生活貼近自然。水，是來自井或河，而且還得用人手去汲取，一桶一桶的帶回家，所以一點一滴都會珍惜。光，是來自油與火，由於燈光

並不能照遠，而且風一大就會把它吹熄，所以用燈的人都要保護那柔弱的火。但今天的水，都是自來的，而且隨處都有；至於光，更簡直是讓人日夜不分了。

聖經中，耶穌曾以光比喻基督徒的本質與功能（馬太福音 5:13）。從經文解讀耶穌所說的光，其實是指燈光，而那時的燈光也就是火光，點起來就像點起一支蠟燭一樣。雖然是暗暗的，而且照的不遠，但這一點「火」的重要性和意義，卻是人人明白，個個珍惜。

耶穌說「你們」是光，就是要我們燃點自己，照亮別人。祂不要求我們照得很遠，但卻要照亮一家的人，或是身邊的人。被尊為護士之母的南丁格爾，也被稱為病房中的提燈天使，她的燈雖然光線微弱，卻不但可以照亮人心，同時更可以溫暖人心。因為她的燈所燃燒的不只是油，而且還有愛。

因著社會的發展，科技的進步，我們今天已經不必像以前的人如此取水點燈，然而水的珍貴和光的價值，卻是不會因為可以隨意取得而增加。相反它們的珍貴和價值，會在我們的輕忽和浪費中減少。

也許懷念的不是那鎢絲燈，而是那暖暖的感覺。🌱



周末早上，兩小兄妹看著電視卡通「咕咕」笑。熟悉的配音和畫面，我看著，都發出會心微笑——那不也是我成長年代看過的卡通片嗎？只是沒有了那時經典的主題曲：「靈感IQ 稱得上，十分之高超，創作力量同幻想，會嚇你一跳，小雲同小吉，好重要！」梅艷芳趣怪的歌聲，縈繞腦間。

經典的卡通能經歷時代的洗禮，有些甚至能跨越年齡和性別，適合一家老少，男女不拘。當中未必要高言大志，牽動人心的，可能是人物的可愛造型和鮮明性格，或令人感動故事情節，雖然只是幻想的世界，但卻叫人深刻難忘。

個人認為最厲害的卡通角色應是「叮噹」了——哎，現在應改口叫牠做「多啦 A 夢」。統一這隻「機械貓」的名稱是原作者藤井·F·不二雄的遺願，不過對我這些從《兒童樂園》開始看連載的一代人來說，「叮噹」的地位已難代替了。

轉眼間，十歲的 A 仔在看我兒時的卡通，作文課「我最喜愛的卡通人物」，就是「多啦 A 夢」，為甚麼呢？因為最渴望坐上「時光機」，還有「隨意門」，可以穿越時空歷險，更有「記憶麵包」幫助考試……孩子，你的心事，媽媽完全明白。

提到自己小時最沉迷的卡通和漫畫，非《小甜甜》莫屬，和我同代的小女孩，幾乎都是看《小甜甜》卡通長大的。說起來，有點面紅——少女時代，因為出版了最新版的《小甜甜》，買了一整套回家珍藏，想著要留給未來的孩子分享我的童年回憶——那時候，別說還未有孩子，根本連拍拖也……

隨著媒體科技的進步，多套經典的卡通影碟現在都能買到。做夢也想不到，早前，我們竟有機會一家四口坐在梳化上，一起欣賞這套媽媽童年時最愛的動畫。忽然聽到輕輕的啜泣聲，坐在媽媽臂彎中的 G 女雙眼通紅。熒光幕上，小甜甜被頑童兄妹欺負得哭了……還未足三歲的小人兒，已擁有與人同歌同泣的同理心。我的珍藏漫畫《小甜甜》，終於後繼有人。

日本動畫大師宮崎駿在自傳《出發點》裏曾說，會走上動畫世界這條路的人，大多是比一般人更愛作夢的。他希望自己的創作，能讓人找回一顆童心。

「人類就算長大成人了，內心依然擁有一個小孩，無論是談戀愛或是作曲、繪畫的時候——甚至是寫小說、做學問——都和這個小孩息息相關……不過，隨著年齡的增長，我們心中的小孩子會逐漸乾涸，使人縱使美景當前，也不再感到雀躍悸動……」

卡通創作，不論以甚麼藝術形式表達，可說是一種共通語言，只要我們還有童心，就看得懂，看得動容。💖

只要還有

童心

◎林沙





如果醫生對你說，你患有老年癡呆症，這當然不是一件好事。因為這意味著你將失去你的記憶和照顧自己的能力。如果你並非年事已高，就聽到這消息，不僅意外，肯定會感受良多。

忙了一個上午，好不容易輪到最後一位病人了，心想大概十多分鐘後便可完結今天的門診了。想不到接下來的牌板上亮著「老年癡呆症」這幾個字，而出現眼前的竟是一位五十多歲的男病人，作為一個老人科的醫生，當然感到十分的意外。

這位病人從來沒有覆診紀錄，幾星期前因尿道炎首次入院，住院期間被察覺有些神志混亂。他的妹妹對醫生說，他近來十分健忘，個性漸變。醫生認為他可能患有早期老年癡呆，所以為他安排了一連串的檢查，例如腰椎穿刺，電腦掃描和腦電圖等。

這個年輕的「老年癡呆」病人，有著一張俊俏的臉孔和結實的身形，可是卻出奇的萎靡。雖然時間緊迫，但我仍花上不少的時間把他的病歷從頭到尾地細問一遍，特別是他的家庭背景及近年生活情況。當我繼續問的時候，眼前這位壯漢竟然開始流淚，而且是停不了的流淚。他開始向我傾訴他一生中的失敗和挫折，細數他生命中傳奇式的片段……。

年輕時，在他媽媽努力游說之下，叔叔很不情願地協助他從香港偷渡到外地工作，當年他藏在不見天日的貨櫃中，過程盡然艱苦和凶險。但叔叔對他惡言以待，並坦言到埠後各行各路。拒諸千里的決絕，令他灰心喪志。雖然最終他平安抵埗，但他反而決定放棄自己，走上吸毒之路。

經歷了一段沉淪的日子，好不容易才改過自身回到香港，並且慶幸找到一份好工作，可是職場的明爭暗鬥，欺凌弄權，再次將他撕裂，使他非常沮喪。結果他又放棄了相當高薪的管理工作，投身勞動性行業，無奈「歷史重演」，因為他有良好的教育背景，並且會說英語，因此反而被同事排斥，最後上司竟然沒有事前警誡，在一次口頭訓斥後，立刻就把他辭退。原來他的上司也很介意他的學歷，恐怕他會威脅自己。從此，他的身心靈都顯得一蹶不振。

幸運地，他有個很關心他的妹妹，給了他不少支持，今天也陪著他一起來覆診。於是我便邀請他妹妹，向我逐一描述他對哥哥性格和行為改變的觀察。她察覺到哥哥近來吃得很少，有時甚至不吃，或三數天才吃一餐，而且因為找不到工作，常常不願起床，後來才知道是因為沒有錢，又不想向年邁的母親借錢。當我追問他，有沒有傷害自己的念頭時，他哭得更厲害。他承認自己有自殺的念頭已有一段頗長的時間，而且已有幾次不為人所知的自殺舉動。

就這樣，在新資料的提供下，我對這位中年男士的診斷和他的人生一樣戲劇性。他不是老人癡呆，而是嚴重抑鬱。在哀傷和哭泣過後，他和妹妹都平靜下來，感覺好了一點，我即時轉介他到精神科和社會工作部尋求緊急的援助。

結束了今天的診症，我特別感恩。因為上帝讓我聆聽了一個病人的心聲。■

◎ 麥英輝醫生



住了護老院兩年，好不容易才適應下來，但更難克服的還是別人的眼光。每當有陌生人前來探望其他公公婆婆時，他們一看到我，臉上總不自覺地顯出疑惑的神情。我明白他們為甚麼會有這樣的反應，換了是我，也很難想像一個還未到 50 歲的壯漢，為甚麼會住進護老院，而事實上，我的確是這裡最年輕的院友。

我本身是一個機械工程師，已婚並有一個兒子，生活穩定，身體也算健康。07 年 7 月，一個早上起床，感到自己的左手和左腳好像麻痺無力。好不容易才拖著身子走到浴室，當我嘗試擦牙洗面時，真的發覺自己的左手連扭開水龍頭也不行。心裡實在百思不得其解，當我告訴太太時，她也不以為意，只說可能是我睡得不好或起感冒。直至中午，當太太發覺我的情況越來越差時，她致電我媽媽。當媽媽一聽到所形容的狀況時，便說我很大機會是中了風，因為當年爸爸中風也有類似的情況。於是太太立即致電十字車，但當救護車來到時，我已失去了知覺。

經醫生診斷後，證實我是中了風，而且情況嚴重，必須做開腦手術和取出前額骨，以減低腦內壓，否則會有即時再次中風的危險。手術後我住院差不多半年，不斷做物理治療和針灸，但前額骨仍未放回頭顱內。出院後一段時間，醫生再次安排我入院，才把額骨放回去。由於我當時是自僱人士，最初也努力嘗試維持工作，但最後不得不接受現實，把業務結束，因為我實在連照顧

自己也不行，更遑論工作了。

突然間我失去了健康、事業，心裡難過得很，但我沒有怪責任何人，也沒有埋怨上帝；只怪自己無知，不懂得注意健康，更忽略了定期檢查身體，就連量血壓也認為是多此一舉。自中風後，太太成為了家庭的支柱，而年幼的兒子就要靠賴媽媽照顧，感到實在連累了家人。怎料不幸的事同樣發生在我太太身上，她在 09 年證實患了乳癌，而且已經擴散，雖然做了手術，但醫生說並不樂觀。由於太太自己也成為了病人，所以唯有把我送進護老院。

09 年我第二次中風，那次我昏迷了數天，但最後自己甦醒過來，所以不用動手術。醫生說若我再有第三次中風就會很危險了，感恩的是至今仍未有再度中風，不過去年 5 月我的太太最終也不敵癌魔。雖然她的離世令我難過萬分，但上帝也給我出人意外的平安，並且她在離世前信了主，我知道在天家會與她再遇。

這年多以來，我努力地做物理治療，活動能力已不斷改善，更可每天上網瀏覽資訊。除了參加教會聚會，近來我更到傷健協會參與義工服務，希望可以幫助其他更不幸的人。現在我最記掛的當然是我的兒子，而他也是我康復的動力。我更以自己的經歷勉勵他，教他要勇於面對失敗、懂得反省和改善。最近認識一位 80 多歲的伯伯，他年輕時也曾經中過風，但現在還可以與三個孫兒玩樂。我相信若上帝許可，我的人生仍然可以有著美好的明天！■

* 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)



「迫」得

當上診所護士的明心，每次派藥時，便會如臨大敵。明心每次想到派錯藥的後果時，就心緒不寧，不能肯定自己可否把藥物錯配給其他病人。藥名對了又對，藥物數目數了又數，病人身份看了又看，派藥過程回想又回想，這把短短幾分鐘的工作拖長了不少。同事的白眼，病人的不耐煩，明心通通看在眼裡。可惜明心越心急，就越怕自己會出錯，覆查的迫切感也越大——明心的心也更疑惑了。最近看見報章上藥物出錯以致病人死亡的報導後，明心每天下班後更禁不住重複回想每次派藥過程才能安心入睡。

寶儀是一個全職媽媽，每天全心全意照顧她那對兩歲多的仔仔。這對寶貝踏入兩歲後，自主性大了，稍稍不合心意便大發脾氣，令到寶儀心力交瘁。有一天，當寶儀在切水果時，兩個寶貝又在大叫大嚷。寶儀的腦海閃過一個血淋淋的畫面，她頓時把手上的水果刀放下，

生怕自己會失控傷害自己的孩子。漸漸，寶儀不能接觸任何利器，避免閱讀有關小童受傷的新聞，以吉利的字句去蓋過不祥的想法。最近，她更開始避開任何與「死」有關或相同發音的東西。例如寶儀不會在星期四外出，或者她不會買四個橙。

阿忠為了能準時上班，每天早上要提早兩個小時起床。因為要順利離開家門，他必須要過五關斬六將。無論電制、插頭、水龍頭、灶頭、窗戶、櫃門、大門、鐵閘，他一概不能放過，都要一絲不苟地檢查。曾經有一次，阿忠檢查大門的狼狽相給鄰居看見，他為免尷尬只好立即離開。結果心中的不安難纏得令他要折返再重新檢查，因此上班更加「遲大到」。

以上幾個個案，雖然表癥各異，但同樣都受強迫症困擾。強迫症屬於焦慮症候群中的一種，每一百個人便約有一至二人患有此病。患者持續被厭惡的思想或念頭纏繞或已建立一些重複的習慣去抗衡，並影響正常生活的運作。患者當中，尤以檢查癖和潔癖者佔大多數。患

及待

◎ 郭佩玲博士（臨床心理學家）

者往往被自己的念頭痛苦折磨，亦由於非理性的強迫行為而開始質疑自己是否真的瘋了。

其實厭惡的思想或念頭本身不是病態，任何人腦海中都時有出現。不過強迫症患者傾向過度演繹這些念頭的含意（例如：寶儀相信自己是一個品性殘暴的母親，會失控傷害孩子）和危險性（例如：阿忠認為如果沒有鎖好窗戶，一旦火種從隙縫中攝入家中，必掀起火災，生靈塗炭，自己便是殺人兇手。）。一旦產生如此危險的推斷，患者為免心緒不寧，必然盡量對這些想法避之則吉，甚至加以抑制。避無可避，便以不同的方法去「化解」（例如：寶儀想到用數目字三，取其諧音「生」來蓋過四字的不祥。）可惜，強迫思想就如放高利貸的惡霸，患者的屈服或強迫行為只會令「它」益發得意、貪得無厭。抑制思想可以帶來短期的安寧，卻會導致強迫念頭的長期滋長。強迫的行為可以帶來即時的紓緩，卻造成誤解，認為強迫行為是保平安的不二法門。如此一來，患者的無助只有與日俱增，直到強迫行為加劇，霸佔所有生活空間。

要奪回生活的主權，不讓強迫思想肆虐，就必須在認知與行為範籌雙管齊下。許多患者以為只要明白強迫症的底蘊和修正思想的偏差便會痊癒。只停滯於認知的矯正，治療只會流於空談，出現「我明白，不過仲係驚」的現象。認知矯正只是第一步，必須配合行為實驗才會達到治療果效。行為實驗是因應患者的認知偏差而設計的個人化經歷驗證。患者與臨床心理學家針對個別認知偏差而一同驗證其真確性。例如患者認為她必須要重複確定水龍頭關好才入睡，否則全家會被水浸沒，一無所有。可行的行為實驗包括減少或甚至禁止患者檢查水龍頭去驗證其擔憂之真確性。因此，行為實驗要求患者真正赤手空拳（即放棄所有逃避或化解的方法）去面對所畏懼的思想或情況，才能真正體會和確認認知的偏差，打通「任篤二脈」。

親愛的曾太：

願主與你同在，並保守你在主耶穌基督裡有安慰和盼望。

不見你已有一年多，一直很掛念你，不知你近來生活如何？那天在出席朋友的神學畢業禮上，才知道你的女兒亦是畢業生之一，為此特別感恩。在你女兒上台領畢業證書的一刻，我不禁熱淚盈眶，不住的感謝神。感謝祂帶領你們一家度過那段艱難的日子，並且在患難中經歷神的愛。

在畢業禮後，我看見你面露笑容，牽着女兒的手，我知道你們之間的關係已經改善了，並且你已經接納女兒奉獻自己，成為一個傳道人。曾太，你知道嗎？她甘願放下她的專業工作，讀神學及作一個傳道人，並不是她不愛你，不孝順你，她只是回應神對她的呼召。今天她有了你的支持，她將可以無牽掛地踏上事奉的里程。但我相信，她日後會更孝順你，奉養你，因為愛神的人，定必會愛家人。

回想年多前在醫院內與你相遇，當時你因為長時間照顧患病的森仔，已經疲態畢露。我嘗試與你交談，但每次你都以不想打擾森仔休息為由婉拒我。直到那日，醫生告訴你森仔已經進入肝昏迷，有可能不會再醒，並會在昏睡中離去。作為母親的你終於忍不住悲傷，飲泣流涕，你向我訴說森仔的成長片段、學業和工作上的成就。但忽然間，噩耗傳來，森仔得了鼻咽癌，他的病粉碎了你倆老的美夢，還奪去你生命的支柱，你甚至說自己無力活下去，更不能活在沒有兒子的日子裡。因此，這一次的重逢，讓我親身感受到你已經重新得力，豈能不感恩呢！

我知道，由於森仔患病，女兒又放下專業工作去讀神學，這都令你對「信耶穌」有抗拒。但森仔在臨別時，你卻強忍淚水對森仔說：「你開開心心地走，以後不用再打針、食葯……跟着耶穌，不用掛心我，我會好好生活，上教會，信耶穌。」今天你果然實踐了對森仔的承諾，我相信你信主之後，一定會明白為甚麼森仔有病仍然常有希望，你的女兒為甚麼會讀神學了。

在這裡我其實是要向你說聲：對不起！因為我常常無法解答你許多對我的提問，事實上，窮我們一生的智慧也無法解答所有苦難與生死的問題。但我很高興你選擇了以「堅忍」來回應死亡的挑戰，並且好好的活下去，讓你的摯愛走得安心，母愛的偉大在此顯露無遺。

願你們一家平安！

梁院牧



唔認得阿媽

~ 亞樹

醫生，好痛好痛……請你細力D！

我要幫你洗傷口，消毒藥水一定會「焮」，你忍下啦。

真係跌到阿媽都唔認得！

放心、放心，我一陣間會同你再做詳細檢查，睇睇你個腦有冇問題。

真係阿媽都唔認得……點算…點算…

好！而家我問你幾個問題。你話俾我聽，你叫咩名，住係邊度？

你記唔記得自己點樣跌落地？

我叫XXX，住係XXXXXX。

我阿媽唔係到，得我一個人係屋企。

之後，你阿媽出嚟，你唔認得佢？

咁你又話唔認得你阿媽？

記得，我係客廳企係張櫈上面跌咗落嚟。

醫生……係今朝個市跌到阿媽都唔認得。我就係聽完財經報道之後太激動跌咗落地！

真係俾你嚇親！



係咪身痕？

◎曾日暉醫生（香港家庭醫學學院）

醫生，我的孩子皮膚痕癢，晚上睡不到！還有，我家公從前沒有甚麼皮膚問題，但年紀大了以後，也有皮膚痕癢。我從藥房買了止痕藥膏，都沒有甚麼效果。家裡老幼皮膚都不好，怎麼辦？

皮膚是我們身體與外界接觸的一個重要防護層，它保持我們的體溫，天氣熱時也可散熱。皮膚裡還有上億的神經末梢，讓我們感受到不同東西的質感、溫度。但當皮膚受到某些刺激時，她也會給我們痕癢的感覺。刺激皮膚痕癢有不同的原因，要解決皮膚痕癢的困擾，我們需要對症處理。讓我們談談一般常見的皮膚問題吧！

特應性濕疹

小孩子最常見皮膚毛病就是濕疹，又名「特應性濕疹」。濕疹是一種皮炎，濕疹皮膚缺乏油脂，防護能力不足，造成過分乾燥，往往產生痕癢的感覺。要控制濕疹，每天要常常塗上保濕潤膚膏，避免使用含肥皂的梘液，有時醫生會處方含類固醇的藥膏控制皮炎。皮膚若發炎厲害，甚至要加上抗生素。抗組織胺的藥物也可以減少痕癢的感覺。有時候，某些潤膚膏中的香料可能引起皮膚敏感，所以最好選擇沒有香料的潤膚膏。很多家長為了幫助治療孩子的濕疹，常常把濕疹發作歸咎於他們能聯想得到的某些食物；但其實研究顯示，濕疹和小孩子的飲食並沒有特定的關係。

老人家的皮膚缺乏油脂，容易乾燥，也常常會引起難當的痕癢感覺，有時候也會出現紅疹。這也是濕疹的一種。它的治療跟小孩子的濕疹的治療相近，同樣需常常塗上大量的保濕潤膚膏和避免含肥皂的梘液。有時候患者也需要按醫生吩咐使用其他的藥物，以控制皮膚痕癢的症狀。

真菌感染

另外一個常見的皮膚問題，就是真菌感染，也叫「癬」。真菌其實像細菌一樣，可以說是無處不在的，但它一般不容易在皮膚上駐足生長。但長期溫暖有汗濕的皮膚，特別容易讓真菌感染。故此真菌最常感染的部位，就是腳趾之間的皮膚，這就是我們俗稱的「香港腳」；另外一個常見的地方就是大腿之間的股溝。受真菌感染的皮膚也會產生痕癢的感覺，但一般只要使用抗真菌的藥膏或口服藥，便可以把問題解決。

牛皮癬也是常見的皮膚病，它其實不是真菌感染，不是一般所說的「癬」。牛皮癬的成因，是由於自體免疫系統的失調，導致局部皮膚生長過速，增厚了的皮屑不斷脫落，所以它也稱為「銀屑

病」。牛皮癬沒有傳染性，一般可用藥物治療和控制。牛皮癬的患者要避免煙酒，減少生活壓力，並要多見陽光，這都對患上牛皮癬的皮膚有幫助。

風疹和疥瘡

風疹，也稱「蕁麻疹」，是一種因敏感而起的皮膚疹。它是一塊塊紅色突起的紅疹，令人非常痕癢，甚至叫人癢得不能入睡。有食物敏感、海鮮敏感，或是藥物敏感的人，大多數出現的都是風疹。它一般病發幾天就會慢慢退下來。抗敏感的藥可以有效地幫助控制和清除風疹和風疹所帶來的痕癢。風疹最重要的是避免再次接觸會導致敏感的東西、食物或藥物。

另外一個沒有那麼常見，但會引起非常痕癢的皮膚病，就是疥瘡。疥瘡是由一種很細小的蟎所引起，肉眼看不到，可經近距離傳染。因為它有傳染性，同住的人往往都一同受到感染，也要一併接受治療。疥瘡可以感染小孩子和成年人。疥瘡會引起皮膚上出現非常痕癢的紅疹。患者需經醫生診斷，並處方藥物治療。

此外，其他特別的病症，如長期慢性腎病的病人和肝病病人，因為身體內尿素、黃疸素的積聚，也會引起皮膚痕癢的情況。所以皮膚痕癢也可能跟身體其他的系統機能有關，醫生有時候會建議作驗血的檢查，幫助診斷。

現在時值秋冬，天氣乾燥。皮膚在這季節裡會失去較多的油脂和水分，容易變得乾燥痕癢。可以多用保濕的潤膚膏來護理皮膚，並少用含肥皂的梘液。油性的潤膚膏，保濕能力比較強，保護皮膚的能力比以水性為主的潤膚膏優越。若皮膚乾燥的情況比較厲害，可選擇油性的潤膚膏。

如果你的皮膚容易敏感，選用皮膚產品時要特別小心，因皮膚產品裡的香料、穩定劑等等的成份有時候會引起皮膚敏感。另外，平常多注意皮膚的衛生，不跟其他人共用毛巾和衣服鞋襪，天熱的季節裡留意保持身體清爽，這都對皮膚的健康有莫大的益處。

皮膚痕癢有很多不同的原因。皮膚問題十分常見，如果你有皮膚的問題，可請教你的家庭醫生。他會為你的情況作出診斷，並提供治療的方案。📖



「更」要保養

◎ 陳慧琮 註冊中醫師

更年期是婦女卵巢功能逐漸衰退，直至完全停止的一個生理過程，是婦女由發育期過渡到老年期的一個自然現象。在此期間，生理上發生一系列變化，出現一些令人困擾的症狀，醫學上稱之為更年期綜合症。

更年期綜合症是否發生或程度輕重，除與卵巢功能衰退、雌激素缺乏有關外，亦會受氣候、環境、精神、情緒及家庭等因素影響。大部分婦女會平安渡過，少數婦女會出現生理及心理不適的症狀。因此，重視更年期的保健，可預防老年病或癌症的發生。

更年期體內雌激素含量不穩定或逐漸下降，會出現一系列症狀：如月經紊亂、陰道乾癢、潮熱汗多、心悸失眠健忘、煩躁不安、情緒不穩、尿頻、皮膚現皺紋鬆弛、色素沉着、毛髮易脫落、出現白髮，容易出現骨質疏鬆、腰腿病、膽固醇較易滯留在血管內，引起血管硬化、心臟病及高血壓等，代謝障礙而致肥胖症，乳房進行性萎縮等。

踏入更年期，體力會有所不足，常有力不從心之感。此時，生理上更加要注意有規律，起居有常、作息定時、勞逸結合，不要過勞。飲食要定時定量，

有規律、有節制，營養要均衡。適當運動要持之以恆則可增強體質。從客觀實際及多角度看事物，凡事包容、開朗樂觀、凡事謝恩。

隨著年齡的增長，新陳代謝減慢，皮膚易鬆弛，乾薄乏彈性，出現皺紋或色素沉着，此時，宜注意皮膚保養、加強保濕，避免過度曬太陽，經常做面部皮膚按摩，亦可外用敷面以營養肌膚、美白去皺。

營養肌膚外用方如下：

銀杏（去殼去皮）一杯半、南杏（去皮）一杯半，鮮奶一杯半、蜂蜜半杯（以上材料以容量比例計算）。將所有材料放在攪拌器內研製成糊狀備用，用時以少許塗搽面部，一小時後用暖水洗去即可。

如果出現肝腎虛損、腰酸腿軟、骨質疏鬆、陰道乾癢、皮膚乾皺、色素沉着，可飲用以下湯方，有益腎養血潤燥的作用。

花膠瑤柱冬菇煲瘦肉湯：

花膠（干品）三兩、瑤柱三粒、冬菇一兩、西施骨一斤、生薑三片，用清水十碗煎存五碗，加鹽少許調味，溫服。■



點



至



算返工



◎ 李展鵬 律師

近年愈來愈多香港人需要往返或長駐內地工作，如果他們不幸在內地受傷或死亡，必須證明有關意外是在其受僱工作期間發生，才可向僱主索取僱員補償。如果意外並非在受僱工作期間發生，則僱員要證明僱主有疏忽才可向僱主索償。

交通安排

有一宗案例，一個香港人受僱在東莞工作，香港的僱主安排星期一早上在深圳火車站接載他到東莞，星期六下午在東莞接載他到深圳再轉乘鐵路回港。假如該僱員因加班而錯過僱主安排的巴士，他可以自行乘車到深圳，再由僱主付還車資。事發的星期六，該名僱員加班後乘搭的士由東莞到深圳與女朋友會面，但途經深圳近郊時因車禍喪生。

在初審時法庭裁定死者並非在受僱工作期間因工遭遇意外。但上訴法庭推翻裁決，並認為該僱員在內地受僱工作的期間，是在深圳開始和終止的，因此死者由東莞前往深圳時仍然是在受僱工作期間，直至他離開深圳起程回港為止。死者是否安排在途中與女朋友見面並無分別，因為他的路線並沒有偏離僱主提供的交通路線。

出席周年晚宴

又有一宗案例，多名香港僱員出席香港僱主在深圳為內地廠房舉行的周年晚宴。由於周年晚宴的目的是嘉許僱員和激勵士氣，對僱主的生意有利。因此，法庭認為香港僱員往返深圳晚宴地點的旅程雖然是在工作時間以外，亦應被視作僱員受僱工作期間。

受僱工作期間是否中斷

周年晚宴後，有僱員不立即乘搭僱主安排的交通工具返回香港，留在深圳到卡拉 OK 消遣，之後再乘坐一名同事的汽車回港，不幸在乘車回港的旅程上遇上意外。

初審時法庭裁定有關僱員到卡拉 OK 消遣與工作完全無關，也並非為了對僱主有利的目的，因此僱員的「受僱工作期間」中斷了，意外並非在僱員受僱工作期間發生，僱主無須支付僱員補償。

僱員不服判決上訴，上訴庭 3 位法官一致裁定雖然僱員去卡拉 OK 消遣時「受僱工作期間」中斷，但是當僱員再度踏上回港的旅程他們便再度回復「受僱工作期間」，因此僱主必須支付僱員補償。

下班時間

香港僱員長駐內地工作，下班後除非僱主規定他必須留在某個地方候命或因工作關係必須在僱主指定地方睡覺或休息，否則一般都不當作是仍在受僱工作期間，直到第二天僱員上班才再度回復受僱工作期間。

有一宗案例，香港僱員及其下屬（兩名外省工人）一起居住在僱主在內地租用作儲存設備的貨倉，並在睡覺時被外省工人殺害。法庭認為由於死者當時已經下班，僱主亦沒有要求死者在貨倉居住，因此他並非於受僱工作期間遇害，不能獲得僱員補償。不過，由於僱主知道死者不滿意兩名外省工人的工作表現，但仍默許他們一同居住及沒有採取任何措施保護死者，法院認為僱主有疏忽而要支付賠償。■



菸心何癮

——反吸煙歷史回顧

◎ 羅民樂（從心會社）

原本是土人燃點吸食的菸草，十六世紀便開始於歐洲流行。吸食方法有許多，除了較為人認識的煙斗和雪茄，另外用鼻子吸煙草粉亦是早期方法之一，今天被視為藝術品的鼻煙壺就是承載工具。除了燃點，亦可以咀嚼煙葉以吸取汁液或把煙葉榨汁，現代人對這兩種方法或許比較陌生，但在早期曾經非常流行。至於我們的祖國，大概也在十六世紀後期，由呂宋（菲律賓主要行政區，面積有 138309 平方公里）傳入菸草，但往後數百年都未至普及。直到二十世紀，利用煙紙捲著煙葉絲來燃點的方法傳入中國，加上生產機械化，吸煙的不良習慣才在我國民間普及起來。



有人這樣說：「若非在很久很久以前，哥倫布遇上了那位情深義重的西班牙女王，今天我們也沒有『薯仔』吃了。」一代成功探險家當然不只帶一船馬鈴薯回歐洲，在許多的手信當中，有一樣今天你我都認識，其影響對歐洲以至整個世界都不下於馬鈴薯的，那就是菸草，即今天的煙草。

吸煙危害健康

我們今天之所以普遍認同吸煙是不良習慣，乃源於 1950 年代英國有研究發現，患上肺癌致死的男士於二十五年間大幅上升，懷疑與吸煙習慣有關。隨後醫學界越來越多研究指出吸煙可引致肺癌，雖然一直以來不少持相反意見者質疑這些研究結果，但鼓勵煙民戒煙的號角聲始終吹響了。

在香港，六七十年代也有類似的發現。1962 年的整體死亡人數為 19325 人，十年後上升了百分之五至 21397 人，然而當中死於肺癌的人數竟由 329 人急



升近三倍至 955 人，這數字若跟 1950 年代比較更超過二十倍，相比其他癌症死亡數字不足四倍的升幅，實在誇張得很。當年有人按統計數字推算，1973 年香港約有 90 萬煙民，幾乎每五個香港人就有一人吸煙，他們每年合共約花近 4 億港元買煙，約相當於食米消費的三分之二。

禁煙初期力度有限

雖然數字看來誇張，但每年 955 人死於肺癌在 90 萬煙民眼中可能只是一個小數目，而且煙價亦為大眾所能負擔，煙民一於少理，即使搬出多少個吸煙危害健康的研究報告，大眾還是不難在診所遇上正在抽煙的醫生呢！其實政府在 60 年代就開始對吸煙問題作出回應，主要是在教育方面著手，並向學校派發宣傳品和教材，教導學生吸煙的害處，以抗衡煙草商每年以千萬元計的糖衣包裝。至於民間方面，亦開始陸續出現一些幫助煙民戒煙的講座、戒煙班以及戒煙電話熱線，雖然主辦單位宣稱反應踴躍，而且成功率高，但戒煙在香港一直不成氣候。

今天市民都享有無煙的公共空間，所有公共交通工具以至娛樂場所都一律禁煙，但原來類似的限制早在 60 年代已經出現。當時的巴士乘客不准在下層吸煙，渡輪亦同樣劃出了不准吸煙的區域，並張貼相關標語，後來還設有罰則。只不過數十年來也沒有認真執行過，規則形同虛設，市民皆習以為常。政府曾於 1972 年成立了委員會探討本港的反吸煙前路，並於 1974 年發表了相關報告，分析了一系列數據和提出建議，然而社會大眾對報告的反應仍然甚為冷淡。



除了煙，還要戒甚麼？

的確，吸煙對身體的影響一般不會在短期內出現，或許這就是煙民繼續我行我素的主因。但為了公眾健康，政府唯有加強立法和調高稅率。1982 年政府制定《吸煙（公眾衛生）條例》，內容包括規定公眾場所禁止吸煙，規定煙包上和廣告必須附上健康警告字樣等等。各式各樣苦口婆心的勸告，過去主要針對一手煙民，直至 80 年代後期，社會開始留意到二手煙的害處，反吸煙的宣傳便出現新路線，市民大眾漸漸明白吸煙並非只是煙民自身的問題，而政府亦有理由更強硬地修訂條例與落實執法。

經過多年努力，按 2008 年的統計，每日吸煙的香港人約有 68 萬，佔 15 歲及以上人口約一成二，相比數十年前可算下跌了許多，而且還有繼續下調的趨勢。但經歷數十年的反吸煙運動，仍有不少吸煙者堅持吸煙無害，最少是無大害，而且抗議被不公平對待和「權利」受不合理限制。他們對眾多醫學研究的質疑或許勉強，但他們亦提出一些值得大眾反省的觀點。例如，社會對許多形式不良產品和對健康有害的東西不加限制，甚至容許推廣，為何獨獨要針對煙民呢！我們持著危害健康之名而大張旗鼓地反對吸煙達半個世紀之同時，我們有否以同樣積極的態度，戒掉城市人許多其他不良的生活和飲食習慣？

1-4. 70 年代末至 80 年代初四幅反吸煙宣傳海報。

鳴謝：「香港政府檔案處 歷史檔案館」





《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。《關心》希望在醫院裏促進積極、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，由各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。《關心》每本經費只需約3元，每期經費6-8萬元。捐款回應表刊於封底內頁。

“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。”



張敬兒 梁小姐 (Edith)

《關心》需要支持 歡迎訂閱《慈聲》

查詢：2339 0660 梁小姐 (Edith)

《慈聲》是一份以聖經和基督教神學立場，探討「全人醫治」、「心靈關顧」與「院牧服務」的雙月刊。至今已出版120期，每期出版超過10,000本。在同類中文期刊中，具有代表性。對於教牧同工、神學生及有關關懷病患人士，這是一份值得閱讀的刊物。《慈聲》**免費訂閱，歡迎奉獻支持**。訂閱方法：

- 1) 網上下載訂閱表：www.hospitalchap.org.hk
- 2) 電郵至 ahkhccm@hospitalchap.org.hk 索取訂閱表
- 3) 電話辦理：致電 23390660 梁小姐 (Edith)



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)
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
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
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
希望在人間	蘇穎睿牧師	講道信息	33:53
彩虹人生	羅杰才牧師	講道信息	17:11
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>

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	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
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	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

*非院牧聯會會員

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。

(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

“神是我們的避難所，是我們的力量，
是我們在患難中隨時的幫助。”

(聖經·詩篇 16 章 11 節)

苦難的臨到，也許是要將一個共鳴器
植入我們的心裡，讓我們更敏銳他人的需要。

林惠珠《慈聲 120 期·白色彩虹》

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：

蔡潔儀	郭多加	黎詠詩	薛樹德	何樂燕	黃雅名	林靜華	劉玉卿	李惠珠
吳順珠	林文莉	羅慧芳	林佩英	陳慧琮	劉景君	胡求善	葉榮根	張玉貞
許美芳	廖明活	王凱明	麥家碧	Chan Suk Har				

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 | 統籌：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