

63

2017年3月

敏基本醫學大樓  
CHOH - MING LI  
MEDICAL SCIENCES BUILDING



雙月刊

真心  
分享

陳家亮：

傳承醫者心



醫病同心

只有幾毫升的愛

從心出發

活出護理工作的意義

院牧  
服務

全人醫治 全人健康  
Holistic Healing & Health





# 傳承醫者心

## —— 陳家亮



“不少人形容我是「年輕有為」的醫學院院長，每當聽到這番稱讚，心裡不期然有兩個反應。一方面感到老懷安慰，因為認識我的人也知道我並不年青；但作為院長，我確實常常感到自己十分年輕，因仍有很多需要學習的地方……或者我的故事先由獅子山下說起。”

### 沒有贏在起跑線的童年

六十年代的牛頭角屋邨，家家戶戶擁有的公共空間，是鐵柵欄外窄長的走廊，雖然它大部分時間都空無一物，而且異常暗淡，然而卻是我假想的自由天地；可惜除了上學，童年的歲月就只能在柵欄內的蝸居中度過。

我出生於一個平凡的貧苦家庭，父親是的士司機，每周工作七天，早出晚歸，胼手胝足養活一家四口，他雖然沉靜內斂，卻有一家之主的威嚴。母親是位全職主婦，傳統又保守，對我和弟弟的管教十分嚴謹；在野孩子滿街跑的那些年，鐵柵欄就是安全網，用來確保孩子遠離外面的大染缸。不過，我卻不是個循規蹈矩的孩子，更不愛活在框框之內，每事必問「為甚麼」，所以在父母眼中我絕對



是個反叛兒。與比我僅小一歲的弟弟，正好形成強烈的對比；因他聰明伶俐，溫馴乖巧，成績優異，非常討人喜歡。可想而知，父母的寵愛都落在弟弟身上了，而我就甚少得到他們的稱讚！

出身草根階層，父母能夠給予一家人溫飽已不容易，即使心裡望子成龍，他們也不會對我寄以厚望；尤其我就讀的是傳統的「填鴨式」小學，教學強調紀律和權威，學生的本分是服從和勤學，試問我又怎能滿足這些要求？在父母的心目中和老師眼中，我都實在「難成大器」！童年的我，總感到父母對弟弟偏頗，老師又對我諸多偏見，家庭和學校就像兩個囚籠，終日把我困在憤懣和不平之中，更不要說甚麼贏在起跑線上。

### 選擇了做開荒牛

雖然感到不被家庭和學校接納，但那股好勝心反而成了我另類的推動力，別人越小看我，我偏

要叫他們刮目相看！高小階段，我開始專注在學業上，奮發圖強，一心只為證明自己的能力，卻未有甚麼理想與目標。許多人以為學醫是我從小的志願，我常打趣的說從未在作文科寫過「我的志願是做醫生」。就算有想過成為醫生，恐怕純粹是個經濟的考慮。

記得我們所住的屋邨，只有一位私家醫生，他每天開著一部平治房車在屋邨穿梭往來，非常觸目，在貧苦大眾眼中，他就像來自另一個世界。父親常常舉他為例子，鼓勵我們兩兄弟要努力讀書，將來就可以開房車；若不努力，就只能像他一樣開的士。我當然意會爸爸所說的，醫生不但是個高尚的職業，更是一種脫貧的手段；心裡固然羨慕，卻



又是那麼的遙不可及。直到高中階段，遇上一位生物科的啟蒙老師，由十分感興趣到深入鑽研，熱愛到一個地步連自己也意想不到。多年以後，我不但仍然感激這位使我「開竅」的老師，更常

提醒自己要更多啟發學生。其實當年醞釀我的醫生夢，還有一齣名為「杏林雙傑」的配音電視劇集，就是主角的仁心仁術，徹底改變了我對醫生的印象；我知道當年那位開房車的屋邨醫生，絕對不是我要跟隨的對象。

預科期間，正值中文大學開辦醫學院，透過一次開放日的活動，機緣巧合地接觸到一些外國的學者，其中有位來自英國的教授，放下已經建立的成就，為了理想，甘心來異鄉做「開荒牛」，聽他直抒胸臆，我知道自己已被這團火燃著！努力加上僥倖，我終於成功取得醫科生的資格，並且可以選擇入讀自己心儀的大學醫學院。

也許我的性格就是喜歡闖自己的路，總不想只循著固有的軌跡去行，所以最後也選擇了做「開荒





牛」。讀醫的生涯十分刻苦，老師們的要求格外嚴謹，但同學們都是全力以赴，因為大家的共同目標都是要為醫學院打造美好的基石，努力的耕耘最終也得到豐碩的收穫。而對我來說，能夠以榮譽學位畢業，更是意料之外的喜悅。

### 憐憫是最大的動力

行醫的人，總以救治病人為己任，我也當然不例外。尤其初入行時，總是熱情有餘，對自己的專業判斷不但認真，更帶幾分執著。記得有一次，一位糖尿病人回來定期覆診，當看到他的血糖指數不降反升時，很快就按捺不住那股失望的情緒，立刻嚴責他沒有定時吃藥和戒口，還「肉緊」地問他是否不要命了……，可以想像當年自己的表情和語氣是多麼的嚇人！

其實執著的背後也許是過分自負，甚至是連自己也察覺不到的自高自大。無可否認，醫者必須重視斷症和病情，但原來更不可忽略的是病人的感受和難處，也就是一份體諒。其實，有誰會喜歡生病？尤其是得著一些重病，要接受失去健康甚或工作已經很不容易，更何況在治療過程中，還需承受著身體的折騰和心靈的痛楚。我一直都在公立醫院服務，所以更明白貧病交迫是多麼不幸的一回事。感恩隨著行醫的歲月越長，對病人的體恤和同理心也就越多。聖經中描述耶穌對病人是先動了慈心，繼而有醫治的行動。原來憐憫心就是醫者最大的動力。

所有的經驗都是從累積而來，多年前的一個經歷又讓我對「醫者父母心」這句話有更深刻的體會。曾經有一位長期受腸胃病困擾的病人，對我異常信任和倚賴；甚至說只要與我碰碰面，都會感到病情有所好轉，所以每次覆診也會用盡方法，但求能夠由我應診。後來，我為了要準備專科考試，就

把他交託其他同事跟進。大約經過兩年的時間，發現這名病人好像人間蒸發，好久沒有再出現；細問之下，才知道他已經自殺身亡了。我無法考究他輕生背後的原因，而在感到惋惜的同時，也不期然想到作為醫者，是否太過吝嗇自己的時間和關心？是否可以為病人多行一步？另一方面，這件事讓我更明白病人對醫者的信任，除了是一份可貴的醫患關係，也是對醫者的鼓勵。作為醫者，我們需要善用卻絕對不可濫用這份信任與關係。

### 能醫不一定能自醫

生命和死亡是對雙生兒，生命雖然神聖尊貴，只是當它要步向盡頭時，無人可以逆轉；縱是杏林聖手，也不能強留分秒，因為疾病不是死亡的唯一，而死亡卻是生命的必然。正如人可以努力增進



健康，卻不能保證會福壽康寧，得享天年。面對人的卑微和有限，也讓我自然而然地謙卑下來。

其實作為醫生，有誰比我更明白「能醫不自醫」這句話的真實？父親生前患上折磨他十多年之久的一種罕有痛症，全身肌肉及關節會日以繼夜的酸痛。因為用作治療的類固醇帶來的副作用，導致他的身軀肥腫難分，手腳卻是消瘦無力。這病不但大大削弱他的活動能力，也嚴重影響他的生活素質，體力和免疫力更因長期服藥而下降，經常受到感染，不時進出醫院。我雖感無奈，卻親身體驗了病人家屬的角色。

越是至親，承受的壓力越大，原本可以冷靜處理的事情，也會舉棋不定，甚或進退失據；所以我知道需要將父親完全交託給同事們。不過，話雖如此，心裡難免也會思前想後，而同事們也會多番躊躇，不敢輕言決定。記得當父親最後一次肺炎住院，期間情況嚴重，一方面知道有些措施可以延長

他的生命，卻同時明白他需要付上非常痛苦的代價，那一刻我知道我必須從安排父親的醫療方案中抽離。過程實在是痛苦的，卻讓我體會甚麼是全然的放手，這豈只是給病人家屬的功課，更是每個人生命的功課。

經過這些年照顧長期患病的父親，對於病人家屬，不知不覺產生一份親切和體諒。橡筋繃得太緊會斷開，承受壓力太大自然也會想逃避，每個人都疲乏退縮的時候，事非經過不知難，中國人說



「久病床前無孝子」，一直要求甚高的我，學會了不要隨便苛責家屬。至今父親離世已兩年多了，每次看到長期患病的老人家，很自然便會想起父親，於心有點戚戚然，想到他在病中得到兒子的專業照顧，仍然不免受盡煎熬；要是舉目無親，必須獨力承受的長者，更是苦不堪言。

### 行醫就是終生使命

失去至親固然痛不欲生，但「能醫不自醫」也是寶貴的一課，認識自己的有限，也看到自己的平凡。我常和學生分享，自負必定是自己最大的敵人。當以為自己天資聰穎，名列前茅，但事實卻是天外有天，高人林立；就算是知識的層面，窮畢生

的追求，所知和所能掌握的也是有限。當然我們不會抹殺知識的重要，尤其在醫學的領域裡，追求尖端和卓越絕對合理，但要傳承給下一代的，豈只單單是知識和技術？

現今的學生專注高效能的課程體系，對學習的目標似乎十分清晰；可惜老師在他們的腦海裡卻是面目模糊。聽來有點誇張，但原來老師對學生的影響是相當深遠的。在我學醫時，沈祖堯校長正是我學習的對象，除了聽受他的教學，我更希望學效他的醫者風範。當年選擇腸胃科為專科學習，也是希望跟著他的腳蹤行，成為一個既有仁術，更有仁心的醫者。

與年輕一代交流的時候，不難從他們身上看到自己當年的影子。年少自負，處事待人缺乏謙讓，當遇上頑固或不可理喻的病人或家屬時，更往往感到作為醫生的權威受到挑戰。原來關鍵仍是在於自我，而醫者卻正正不能只活在自己的世界裡，而是需要與不同的人互動；病人和家屬以外，還有醫療團隊和行政管理等，要發揮最佳的醫療果效，整個團隊都要互相配合。有時堅持原則是需要的，但良好的人際關係更是重要。對我來說，這個功課絕對沒有豁免，多年來我的稜角也不斷被琢磨。謙卑原來是人生的必修科，且是終身的學習。

若說院長是行政任命，那麼行醫就是我的終生使命。因此無論工作怎樣忙碌，我仍然堅持臨床診症，並且隨時候命，那怕是半夜也會趕回醫院處理急症，支援其他同事。年輕時工作了一整天，若睡夢中仍要應診，不禁自嘆倒霉；但現在卻珍惜機會協助年青的醫生，解決他們遇到的難題，因為我知道言教以外，身教同樣需要實踐及傳承。







朋友告訴我，有天她看見一位年輕下屬工作時沒精打采，好言勸他放工後快回家好好休息。下屬望望她，訴苦抱怨：「工作壓力這麼大，今天晚上已經約定朋友相聚蘭桂坊，飲杯酒，減減壓。」已屆退休之齡的朋友，實在難以理解這年輕人的減壓行動。工作壓力已經這麼大，工餘時還通宵達旦，飲酒作樂，不正是一個惡性的循環嗎？

都市人生活節奏緊迫，在工作、學習、社交應酬上經常出現時間不夠分配的情況。大部份人面對時間上的抉擇，都把休息看成最沒有價值的活動，順理成章犧牲休息與睡眠的時間。另一方面，現代人好像有用不完的精力似的。提供 24 小時服務的機構，通宵營業的餐廳和商店比比皆是，連書店也有 24 小時不打烊，彷彿每分每秒都用盡才算充實的一天。

缺乏休息，不但是成年人的問題，不少父母投訴他們的孩子不肯睡，也睡得少；特別是青春期的孩子，晚上還緊握著手提電話上網玩樂、聊天、看電影……無時無刻，又不眠不休的與外界連線。我的姪女也因此長期掛著一雙黑眼圈在年輕的臉龐上，叫人心痛。

從小我都被灌輸每晚睡滿八小時才有充足的睡眠時間，成長後讀過不少推翻這個說法的文章，甚至有睡覺訣竅教人睡兩小時等於八小時。我相信充足的睡眠時間的確因人而異，但絕不相信只有兩小時的睡眠，就可以令人盡除疲累，這絕對是個謊言去安撫那些休息不足的人！

現代科學告訴我們，生長激素在晚上熟睡時才會產生，因此初出生的嬰孩睡得特別多，但他們的成長速度也特別快。科學研究也證實，人在睡覺時，身體在休息，大腦卻還在工作，沈睡可以重整記憶的神經元，過濾存在腦袋內的雜訊。睡眠不足，則會提高罹患阿滋海默症（腦退化）的機會率。

上帝用了六天去創造世界與其中的生物，留下第七天定為安息日，讓萬物得以休息。休息是神的旨意，是大自然法則的一個重要部分，也是人類的基本需求。休息，不單在晚上，也不獨指睡眠。身體得到充分休息，臟腑器官才可以健康運作，腦筋才可以靈活運轉。同樣，心靈也需要休息，生命才不致倦怠疲憊，低沈乏力。「休息，是為了走更長遠的路。」一點沒錯，生活太忙碌，總得找個時間及空間停下來歇歇。暫時的停步安歇，不但讓我們得以健康有力地重新起步，還可以讓我們回望並檢視過去，周詳的策劃未來。

「你們要休息、要知道我是神」（詩篇 46 章 10 節）我們要曉得自己的限制，不逞強不任性，順應身體的需要給自己適當的休息。有些時候，我們未必想休息，可是神卻要我們停下來。生命的主權在神，神既要我們停止向前駛，那麼不妨換個位置，改由神作司機，我們就當個信服的乘客，安坐旁邊，倚靠神為我們開新道路。🍀

# 休息



◎ 陳曼華

# 安息



◎ 盧惠銓

在醫院裡談安息，頗為敏感，甚至可能有人認為是禁忌，只因常聽見安息禮、主懷安息等字句，便容易把安息直接聯想到死亡。

現時中文聖經和合本修訂版裡，翻譯為「安息」的，共有一百八十四處，其中超過百分之九十五是關於安息日或描述休養生息的狀態，只有極少數是直接與死亡相關的。相比之下，翻譯為「休息」的，只有九處，乃指向身體及生理上的歇息。

上主創造這世界之時，已樹立了作息有時的美好榜樣，叫我們有所依從。所以讓身體有適當的休息，不單是生理需要，也真的有助我們的心靈，從勞碌煩擾的生活節奏裡歸回安息。正如聖經所說：「因為那些進入安息的，也是歇了自己的工作，正如神歇了他的工作一樣。」（希伯來書 4:10）

可是，日光之下無新事，從古到今，人都不喜歡遵守這吩咐。古時，上主曾藉著先知以賽亞警戒祂的百姓，「主耶和華——以色列的聖者如此說：『你們得救在乎歸回安息，得力在乎平靜安穩。』你們卻是不肯。」（以賽亞書 30:15）今天，現代人更變本加厲，表面上看似只是不良生活習慣而已，但骨子裡是人有恃無恐，把自己看高過於創造主，肆意違背上主的創造美意。等到噩耗忽臨，才恍然大悟，後悔莫及。

許多人因為身體出現毛病，必須留在醫院休息，接受治療，但心裡卻不一定得享安息。有人每晚躺在床上，輾轉反側，徹夜難眠，人欲睡，心在懼；又有人終日留在家中，天天休息，卻百無聊賴，心緒不寧。認識一些退休朋友，很不容易度過那種「休息」生活，人愈是休息，心靈愈不安息。

安息有別於休息，這不單是指身體上一種健康有規律的運作模式，更是指人在心靈裡能夠享受一種恬靜、安寧、穩妥的滿足。有一回，耶穌很體貼跟隨他的人，知道他們因著社會及宗教上已被扭曲了價值觀念，內心感到很大衝擊及壓力，於是對他們說：「……凡勞苦擔重擔的人都到我這裏來，我要使你們得安息。我心裏柔和謙卑，你們當負我的軛，向我學習；這樣，你們的心靈就必得安息。」（馬太福音 11:28-29）這裡不是針對因體力勞動而疲憊不堪的人，而是那些在內心深處有著重重枷鎖，渴望得釋放的心靈。

對你來說，讓身體得休息，心靈得安息，哪樣更難？有時，人可以透過某些客觀環境或條件，安排自己休息。但心靈的安息，卻不能安排，是一種靈性的修養與保育。倘若現在你心裡充滿恐懼，沒有平安，不妨一試，來到耶穌那裡，把一切全然交託祂，學習以祂的眼光看事情，相信你會得到幫助，心靈會得享安息！🍀







# 只有幾毫升的愛

◎ 錢月碧

新生嬰兒科護士，最常面對的困難乃是工作量繁重。照顧需要深切治療的嬰兒，壓力並不單單是照顧插滿喉管的嬰兒，還有充滿焦慮、擔憂、內疚及無助的家長。要在忙得透不過氣的工作環境下，再處理受到哺乳困難所困擾的母親又談何容易？嬰兒不在母親身邊，要維持乳汁分泌是一件極不容易的事。母親往往會因為乳汁分泌不足而感到內疚，甚至陷入求助無門，卻仍堅持苦苦努力地去嘗試的困境之中。曾經見過許多母親，乳房上佈滿了手指擠壓的瘀痕，忍受了許多痛楚，只為了要多擠出少量的乳汁，去支援在醫院裡與死神搏鬥的愛兒。

隨著社會進步和資訊發達，科研證實了母乳對嬰兒的好處。尤其是降低早產兒腸胃道的併發症，增加了存活的机会。數年前轉為母乳哺育護士，專職鼓勵及指導住院嬰兒母親如何在嬰兒住院時及出院後持續餵哺母乳。我慶幸能站在這些勇敢努力媽媽的背後，成為她們的支援，陪伴她們走過擔憂焦慮的低谷，常為能有這個任務和專業發揮而感恩。

可惜不是每一個媽媽都可以用母乳哺養嬰兒。曾經遇過一個確診癌症末期的媽媽，誕下了一個不足月的嬰兒，產後母子身體都極為虛弱，母親近乎不可能有乳汁分泌。但這對夫婦主動尋找指導哺乳的護士。經查核病歷及用藥情況後確認情況適合餵哺母乳。媽媽在協助下竟然可以擠出少量母乳，但我們知道這數毫升的母乳已經是她的極限，亦代表了媽媽毫無保留的愛。這少量的乳汁由父親以幼細的針筒，緩緩注入那瘦弱的早產嬰兒口腔之內，幼兒口部輕輕蠕動，細嚐母愛的味道。

數星期後母親終於逝世，嬰兒仍未出院。在病房同事特別安排下，由護士護送這位不足月的嬰兒在殮房門口送別媽媽。而母親渴望以母乳哺育嬰兒的遺願由同期懷孕的摯友延續。這位好朋友生產後開始接受指導，以增加乳汁分泌，使足夠同時哺養兩個嬰兒，更讓失去母親的嬰兒重享肌膚親密的哺餵。

這故事至今仍然感動我，母親懷孕後才知道自己患癌，卻勇敢地堅持留下腹中的小生命，並以少量的乳汁作為離開人間前給孩子最後的禮物。雖然改變不了母嬰分離的事實，卻完全展現了毫無保留的母愛。而閨密以母乳助養嬰兒，延續好友未完的心願，更見證了摯友之間深厚的支援與無私的愛。這對父母都是基督徒，對突然改變的生命沒有埋怨，只努力去做好保護孩子的使命，對生命依然滿懷信心和希望。我曾和他們一起祈禱，感謝天父賜下考驗。他們順服、不放棄的態度實在令人動容，也使我的工作及事奉經歷得更豐盛。■



# 祂必與我同行

◎ 菲

人生變幻莫測，沒有人能掌握和預知自己的未來！

2001年初不幸確診患上鼻咽癌，雖然父親是因鼻咽癌過身的，但從來沒想過也會發生在自己身上。當時真是無法接受患癌的事實，而且感到很快便會離開世界，心中滿是徬徨和絕望。但為了丈夫和家人，只好鼓起勇氣去面對和接受35次電療。但當我接受了十多次電療後，口腔和咽喉已開始潰爛，就連吞口水和說話這麼簡單的動作也痛得要命，並且失去味覺，在短短一個月內體重由140磅降至110磅，人也變得虛弱，幸好有丈夫及媽媽的照顧和家人每天陪我去醫院接受電療，我才能度過這段艱辛的日子。沒有他們付出的愛，我也不能打贏這場仗！

病後我逐漸回復了正常的生活和工作，直至過了五年安全期，以為已經完全康復，怎料2009年在一次進行耳鼻喉例行檢查時竟發現鼻咽癌復發，並且擴散至頸淋巴，需要做揭面手術。為了一線生機，只好冒著毀容的風險去接受這個長達八小時並由兩位醫生操刀的手術。手術後帶來很多後遺症，包括左耳失去了八成的聽力、頸部肌肉組織纖維化、吞嚥困難、嚴重睡眠窒息、身體虛弱、左手乏力、創傷後遺症、失眠等等。幸好有家人的幫助和照顧，差不多過了一年，身體才稍為穩定下來。為了健康，只好放棄自己的工作，專心在家調理身體。

好景不常，2011年1月又被確診患了第二期最惡的HER2型乳癌，當我知道除了要做手術，還有一連串長達一年半的化療、電療及標靶治療療程後，整個人也崩潰了，甚至曾經想過自殺，不想再受任何痛苦。但心裡還是捨不得丈夫、媽媽和家人，最後只好接受所有療程。我在確診患上乳癌後，出現了嚴重的情緒問題，幸好有基督徒朋友鼓勵我祈求天父的幫助。在我最絕望的時候，便嘗試禱告，並且經歷了很多奇妙的恩典。天父不但為我安排了合適的醫生做手術，每當我情緒低落和擔憂時，總有人來到身邊給我安慰。當我完成治療準備出發去上海旅行的前一晚，突然感覺心臟不適，心裡忐忑不安，於是祈求天父讓我作正確的決定。最終醫生建議我取消行程，我便順服依從。後來從電視新聞報導才知道上海曾爆發了新型H7N9禽流感，原來是天父保守了我，減少我受到感染的危險。

十年間雖三度患上癌病，但當我信主後，內心卻一天新似一天。人的能力雖然不敵病魔，但心靈被洗滌過後，反而感到平安、喜樂和滿有盼望！這是我拜了多年偶像以來也從未有感受和經歷過的。雖然未來的日子可能仍要對抗病魔，但我已學懂把自己交託給天父，因為祂是全能又有慈愛，祂必與我同行，並且應許看顧我到底。■





# 饒恕

# 父母，放過自己

Forgive and Let Go.

◎ 譚日新博士（臨床心理學家）

不少前去尋求心理輔導的人，都是帶著情緒、性格、關係或工作等問題去求助，但問題的背後，或多或少都涉及童年期從父母而來的影響。他們有些對父母很痛恨，但更多的是對父母有一種又愛又恨的矛盾心理；也有些以為自己與父母的關係很好，但當重新回想過去，才知道自己對父母也有不少埋藏在心中的恨怨。

當然，這也不難理解，因為中國人相信百行「以孝為先」，我們怎敢怨恨父母呢？而他們當中，有些會選擇原諒父母，但也有些總是不能或不容易放下對父母的怨恨。讓我們嘗試看看以下一些常見的情況。

## 虐待

虐待大致上可分為三種，包括性、身體和情感虐待。父母加害於子女的性虐待或性侵犯不用多說，其影響是非常深遠，因父母非但不能作為保護子女的守護者，反而成為子女的加害者，受害的子女要面對父母造成的傷害實在非常困難。但在比例上，更多發生在子女身上的是身體和情感方面的虐待。

身體虐待方面，因中國人相信「棒下出孝兒」，故體罰一直被視為管教的有效方法。事實上，體罰和身體虐待的界線有時不是很明顯，因父母可以是出於教導子女的動機，但對子女卻可造成很嚴重的身體創傷，有些甚至是永久的甚或會導致死亡。我曾聽過受體罰的人分

享，他們的經驗是「身體的創傷總會復元的，但因體罰帶來心靈上的創傷則不容易復元」。

至於情感虐待方面，是指對兒童的情緒發展和自我價值產生傷害，可包括對兒童作出不合理、過高甚至具侵略性的要求或期望，超過兒童所能承擔的；或在言語上經常對兒童作出取笑、輕蔑、羞辱或排斥等。當兒童長期或嚴重的受到情感虐待時，將會即時或長遠損害他們的行為、認知、情感或生理的表現和發展（譚日新，2004）。從這可見，管教和情感虐待的界線可能比身體虐待更加模糊，因責罵怎樣才算過分，有時真的不容易定義，何況父母並非完全不可用責罵來教導子女，故有些人覺得他們所受的傷害是很難向別人道出，因此他們心中對父母的這根刺總是不能拔出來。

## 疏忽照顧

兒童在身體或心靈得不到足夠的營養去茁壯成長，形成日後在身體的發展，或心靈、性格和情感的發展出現很大的問題。又或有些人因父母疏忽而經歷兄弟姊妹或別人侵犯或虐待，故形成心中對父母不易磨滅的憤恨。

## 偏愛

有些人在童年的經驗中，看到父母絕對是有能力照顧兄弟姊妹，但偏偏因著不同原因，包括重男輕女等的觀念，沒有好好善待自己，特別在一些中壯年人士身上，他們大多是大女兒或大兒子，往往要被犧牲，很早便輟學出來工作，而家中排行最小的弟妹才有機會接受

更多教育，他們日後在工作、經濟情況和發展往往都相對上比弟妹艱難較多，故他們心中很難放下父母對自己不公平的怨恨。

## 自戀

自戀 (Narcissism) 在心理學上是一種以自我為中心的性格傾向，如果父母有自戀傾向，其子女會有以下的經歷：

- 常感到自己的存在，只是父母或家族的延伸；
- 往往不能做真正的自己，自覺好像為了滿足父母未了的心願而存在；
- 從小到大，經常覺得被父母控制，沒有自由；
- 無論客觀上別人覺得自己怎樣好、怎樣有成就，自覺仍未完全達到父母的期望和標準，很容易產生挫敗感和內疚感，有些甚至因而想放棄學業或事業之發展；
- 有部分最終也可能形成自戀的傾向，只以成為某某家族的成員或兒女為傲（譚日新，2016）。

在這樣的情況下，子女好像被自戀的父母利用為一件工具，去完成自己的願望，子女往往不能感到真正被愛，心中對父母的怨恨是非常隱藏或很難向別人道出來。

## 饒恕的好處

愈來愈多研究指出，不饒恕與身體和心理情緒等問題有很大的關聯（例如 Toussaint, Shields, Dorn & Slavich, 2016），故不少心理治療師也會鼓勵受導者，

為了自己的健康著想選擇饒恕。事實上，饒恕可幫助我們從創傷中復元，不再以受害者身分而活，故饒恕可幫助人展開新的一頁，不再活在過去父母陰影底下。另外，不少人在自己作父母後才能體會昔日父母的辛勞，慢慢放下對他們的怨恨。當然，有人不能饒恕，往往是因為仍要與加害者繼續相處，而在相處上需要有智慧、界線和增加支援網絡，才可免被對方傷害。故如在此刻未能饒恕，有宗教信仰人士如基督徒，可將審判的主權交給神（上天），相信神（上天）可以在今世或死後作出適切的審判，為自己伸冤。

## 總結

當然我們明白以上所提出的處境，作為子女是絕對不容易放下的，而饒恕也不是一個輕易簡單的選擇，需要非常大的勇氣、堅實的信念和價值觀才能達到。假如你過去很少想及原諒父母，我邀請你思考這個課題，至於怎樣做才可以饒恕？相信有不少書本或網上資訊可幫到你，假如情況比較複雜，建議你尋求專業人士的協助。

## 參考書目：

1. Toussaint, L., Shields, G. S., Dorn, G. & Slavich, G. M. (2016). Effects of lifetime stress exposure on mental and physical health in young adulthood: How stress degrades and forgiveness protects health. *Journal of Health Psychology*, 6, 1004-1014. doi: 10.1177/1359105314544132
2. 譚日新。 (2004)。《情感虐待初探（一）》。誠信綜合治療中心第二期通訊。檢自 [http://allianceholistic.com.hk/ni/0902-122329\\_Newsletter%20issue%202.pdf](http://allianceholistic.com.hk/ni/0902-122329_Newsletter%20issue%202.pdf)
3. 譚日新。 (2016)。《「王子與公主」的煉成——淺談家庭中的自戀》。誠信綜合治療中心第二十三期通訊。檢自 [http://allianceholistic.com.hk/ni/0105-200104\\_ahcc23Online.pdf](http://allianceholistic.com.hk/ni/0105-200104_ahcc23Online.pdf)



你的日子如何，  
你的力量也必如何。

(聖經·申命記)







# 口腔護理須知

◎ 丁邦佐醫生

人的一生只有兩副牙齒，分別是乳齒和恆齒。牙齒的功用除了咀嚼食物，幫助發音，也有美觀和保持臉部輪廓的作用。既然牙齒是那麼重要，我們要如何好好護理它呢？

## 1. 口腔衛生

### 1.1 刷牙

雖然每人都會早晚刷牙，但正確的刷牙方法才能有效地清除牙齒表面的牙菌膜。

牙刷與牙齦邊緣成 45 度角

牙刷應與牙齦邊緣約成 45 度角，一邊刷牙一邊按摩牙齦。這是因為牙菌膜會積聚在牙齦邊緣。假若長時間沒有清潔牙齦邊緣，牙菌膜會慢慢鈣化成牙石，引致牙齦炎。常見的例子是刷牙時流牙血。

有次序刷牙

刷牙要依照一定的次序才能確保清潔所有的牙面。例如，先刷上排牙齒的外側面，內側面及咀嚼面，然後才刷下排牙齒的外側面，內側面及咀嚼面。一般而言，刷牙所需的時間大約兩分鐘。刷牙時切勿太用力，否則，會損耗牙根的象牙質及引致敏感牙齒。

牙膏

牙膏含有 1000-1400ppm 氟化物，可以鞏固牙齒的琺瑯質，預防蛀牙。至於牙膏的份量只需一顆青豆大小就已足夠。

### 1.2 牙線和牙縫刷

刷牙前，可用牙線和牙縫刷清除牙齒縫隙中的食物殘渣。這樣，牙膏更易滲入牙齒縫隙當中。

### 1.3 活動牙托（假牙）護理

假若配戴假牙，也需用牙刷清潔它，但不需用牙膏避免磨蝕。此外，也可定期使用市面上的洗牙片，達到清潔和去漬功能。切勿配戴牙托睡覺，除了避免真菌滋生在口腔黏膜與牙托之間，也讓口腔黏膜休息。

## 2. 定期檢查

每年至少一至兩次定期到牙醫檢查牙齒和洗牙。很多人認為早晚正確刷牙和用牙線，就不用洗牙。甚或有些人還錯誤地擔心洗牙會影響琺瑯質。事實卻是我們的牙齒有些位置是不容易清潔，這些牙菌膜會慢慢鈣化成牙石，只有洗牙才能清除。另外，洗牙是不會影響琺瑯質的。

定期檢查牙齒是很重要的。因為早期的蛀牙是沒有癥狀。當蛀牙影響到象牙質，才會對冷、熱、甜、酸等有酸痛麻痺的感覺。故此定期檢查可以盡早處理牙患，避免惡化。

即使有些長者已沒有牙齒，只是配戴全副牙托，也需定期到牙醫檢查口腔黏膜有否出現病變。另外，也需檢查牙托是否合適或需調校。

## 3. 飲食習慣

食物中的糖分會被細菌轉成酸素，唾液有中和酸素的作用。如果時常吃甜的東西，牙齒表面的礦物質會被酸素長期侵蝕，形成蛀牙。因此，我們要有均衡飲食，避免少吃多餐和減少吃糖分高的食物。

總括來說，只要我們養成良好口腔衛生的習慣，定期檢查牙齒、洗牙和注意飲食，我們便能擁有一副健康的牙齒，成為人生的良伴。■



# 五臟六腑

之

# 脾

◎ 陳慧琮 註冊中醫師

**脾**位於上腹、主要有轉化和輸送飲食精華及統管血液的功能，是營養物質的供應站，好比糧食倉庫的管理員，故稱為「倉廩之官」。人出生之後，主要有賴脾胃功能的健全，以保證生長、發育的需要，而其中更為重要的是脾，故有「脾為後天之本」之說。脾的功能有二，一主運化，二主統血。脾和外

在組織器官最有密切關係的是「在體為肉」、「開竅於口」、「其榮在唇」。

運化，就是運輸、轉化，脾主運化的作用，包括運化營養物質和水液兩方面。飲食物經胃初步消化，由脾再進一步消化，吸收其營養物質，轉輸到心肺，通過經絡運送到全身。其水液部份，亦由脾吸收，轉輸，在肺腎臟器的協作下，以維持水液代謝的平衡。因此，當脾的運化功能正常時，消化吸收代謝良好，則氣血旺盛，精力充沛，抗病力強。反之，脾運化能力不足，則消化吸收功能減弱，可出現食欲不振、腹脹、腹瀉、倦怠、消瘦等症；若影響到水液運化障礙，可出現水濕停滯，引起肌膚水腫或泄瀉等症。

脾統血，是指脾有統攝血液，使其循行於經脈內不致溢出的功能。具體來說，脾能儲藏營養物質，並使之

轉化為血液；脾能通過供應營養物以增進臟器的功能，使生血作用增強，脾氣運作正常，則可維持血液的正常運行而不致外流。如果脾氣虛弱，生化血液的功能就會降低而致貧血。若脾失去統攝能力，則血離經脈，出現各種出血病症，如月經過多、皮下紫斑等症。

肌肉、四肢所需的營養，都靠脾運化營養物質來供應。營養充足，則肌肉豐滿，四肢發達、輕健有力；若營養障礙，則肌肉消瘦，四肢痿軟，倦怠無力，故「脾主肌肉」之稱。

「脾開竅於口」，指人的口味，食欲與脾有密切關係。脾的運化功能協調，則食能知味、食欲旺盛；若運化失健，則口淡乏味、口膩、口甜。

口唇也是肌肉的部分，故口唇也能反映脾運的強弱，如脾氣健運則氣血充足，口唇紅潤有光澤，脾不健運則氣血不足，口唇可見淡白無華，故中醫有「脾之合肉也、其榮唇也」之說。

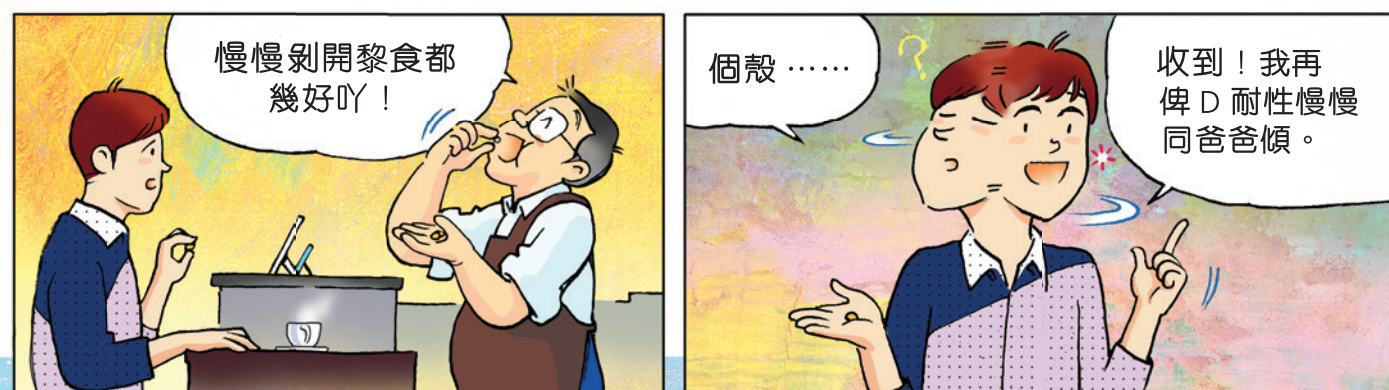
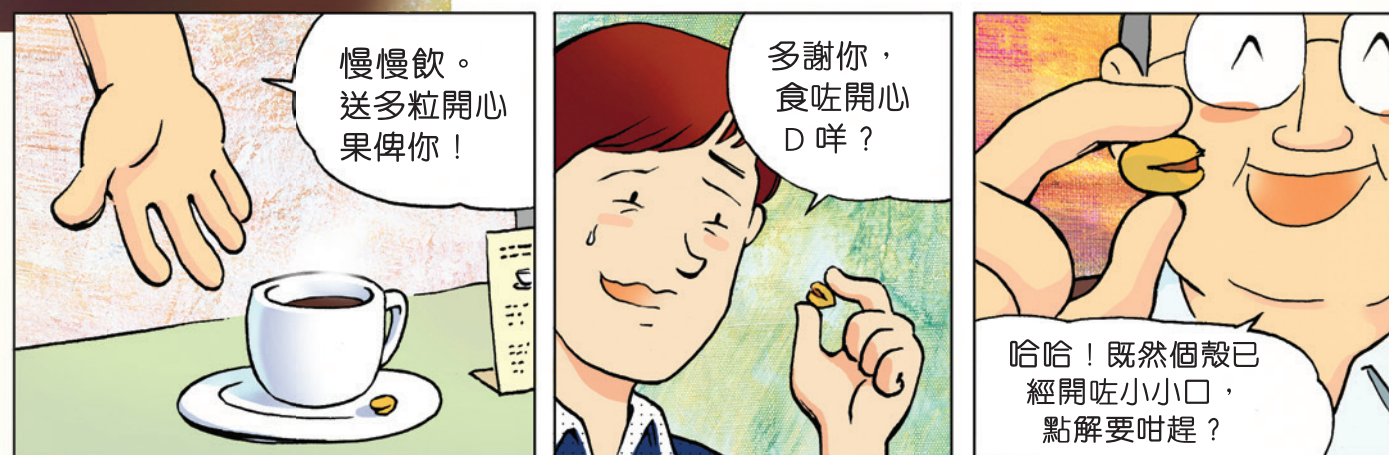
根據以上所述，脾的生理功能，相當於現代醫學消化系統的大部分功能，並與水液代謝和造血（血液、循環）系統等功能有關。■





# 慢慢嘆

故事：張啟賢 · 繪畫：亞樹



# 動一動、想一想

## 1 為甚麼蒼蠅喜歡把腳搓來搓去？

小甲蟲舉行生日會，邀請了小蜜蜂、小螞蟥和小蒼蠅一起參加。餐桌上擺放了美味的食物，大家都急不及待地吃時，唯獨小蒼蠅仍慢慢地把腳搓來搓去。為甚麼小蒼蠅吃東西時，總是先搓一搓腳呢？  
(不是IQ題)

試試動腦筋，別急找答案：在第21頁



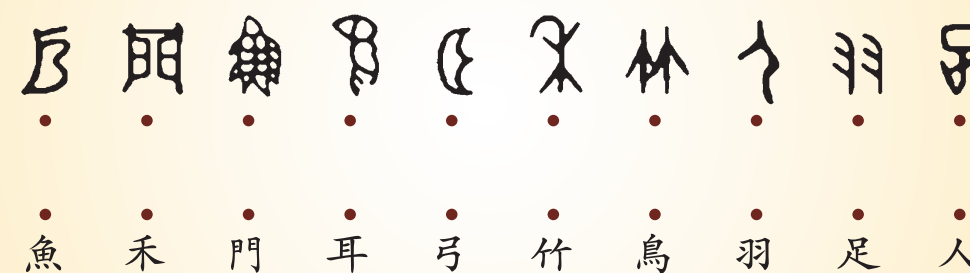
## 2 猜猜想！ (請猜一字)

剪不斷時理還亂，千萬用途說不完，  
上天入地顯神通，不懼烈日不怕風。

試試動腦筋，別急找答案：在第21頁

## 3 考考你！

請試試配對以下的象形文字，看看你能否全對？



試試動腦筋，別急找答案：在第21頁





# 活出護理工作的意義

◎ 胡曄俊

當年大學聯招選科時，自己也沒有甚麼特別喜好的科目，只希望將來的工作性質能夠「對人」，而護理正是其中的選擇。不過記得自己入讀初期，總不敢表示學護的身分，因為覺得這是女孩子的科目。及至後來在護士團契與弟兄姊妹一同分享實習時的艱辛與快樂，並親眼看見的故事等，才發覺原來自己當護士實在沒有甚麼羞愧。畢業後每天在內科病房的工作也是極繁忙，還要努力適應由學生轉為職員，在角色和工作上很大的轉變，基本上每天的目標就只是完成所有任務 (tasks) 罷了。

直至有一次足球賽中我弄斷了手骨，於是有為期兩個多月的有薪病假。最初百無聊賴，在家「煲劇打機」個多星期感覺真的很「爽」。但之後心裡感到需要善用這段休息的日子，重新整理一下自己對生命和護理工作的意義與使命。康復之後我重返職場，其後有機會轉到骨科工作四年多。我每天也求主讓自己能在工作活中活出忠心和愛心，許多時候自自然地工作邊哼著詩歌，更會帶著笑容和耐心服侍病者，也藉著不同的機會，如洗傷口、量血壓等關心病友。遇到一些身體和心靈都受著重壓的病人，我更會多加安慰並為他們禱告，盼望他們都能經歷從上帝而來真正的平安、恩典和喜樂。

照顧病者的過程中常常會使我對護士的角色有更深刻的體會。最近一位病人受慢性肺阻纏擾

了好一段時間，而且嚴重得需要深切治療和呼吸機輔助，在成功拔喉後仍需用雙相型陽壓呼吸器 (BIPAP)，整天帶著面罩和不停的咳嗽，可想而知日子也相當不容易。曾在接更的短短十多分鐘已被他再三打斷，也是因為吐痰和面罩鬆了等等的需要……。我聞說他不只一次對醫護人員十分不禮貌，稍一不順意便粗口橫飛。但那一刻我沒有抱怨為何要面對這個「棘手」的病人，反而第一時間祈求天父給我夠用的耐性。經過兩天的照顧，他不但沒有向我破口大罵，反而拍著我的肩膀說：「唔好意思。」我也嘗試表示自己理解他的處境。

後來我有機會瞭解這病人的過去，發現原來他曾經擁有很多，可是生意失敗讓他一無所有。我鼓勵他重頭再來，他說已經沒有可能。我跟他分享：「有錢也換不了健康，但你現在擁有的是家人的同行和愛，相比擁有再多的金錢，來得寶貴；重頭來過，是指重新去看和面對自己的處境。」自此之後我為他所做的護理，那管只是最基本的，他都多次豎起姆指回應，又在家人面前表示對我的欣賞。

這個經驗給我有很大的提醒，護理並不止於「任務」(task)，而是要去接觸、尊重和祝福生命，並且透過護理的過程讓病人感受得到！就如南丁格爾所說：「工作不會使人的生命有意義，是人的生命使工作有意義。」願天父加力，讓我也能活出護理工作的意義。☑

## 給無家者的福音

醫護福音使命之再思

分享嘉賓：余錦榮 [註冊護士，現為全時間神學生]



談起福音我們往往都只會想起救恩故事的敘述與教義的演繹，但在我們的生命當中所經歷的福音卻是那麼真實而落地的。這樣，希望透過一段與無家者同行的過程，與各位重塑在我們身上的福音故事與使命。



日期：24/4/2017 (一)

時間：18:15-19:45

地點：香港基督徒學生福音團契 (FES) 團契室  
(長沙灣道137-143號長利商業大廈11字樓)

查詢：23698512 Mandy

香港基督徒護士團契4月份團契

雅麗氏何妙齡那打素醫院院牧部、香港基督徒護士團契合辦

## 短期心靈關顧訓練(2017)

15/5-17/5; 22/5-24/5  
[共6天]  
9:00am-6:00pm

目的：透過理論與實踐，提升護士學生/畢業生對全人關懷的認識及技巧，對個人生命故事的珍惜，對信仰的反思。

對象：護士學生 / 畢業生

收費：500元

地點：雅麗氏何妙齡那打素醫院臨床牧關教育訓練中心

內容：臨床實習、個別指導、逐字報告、生命故事分享、專題講座、經驗交流

導師：雅麗氏何妙齡那打素醫院臨床牧關教育訓練督導及資深的院牧

查詢：HKNCF Mandy 23698512 或 Jackson 96026435 \*有意參加者，請提供姓名及聯絡電話電郵至 info@ncf.org.hk 索取報名表；完成全部課程將獲發證書。



香港基督徒醫生及牙醫團契  
The Christian Medical and  
Dental Fellowship of Hong Kong

\*歡迎醫護界人士參加！\*

\*每月聚會\*  
(逢第二周 星期三)

日期

講員/分享

4月12日(三) 黃建成醫生 (2009年開始於柬埔寨作長期醫療服侍)

5月10日(三) 雷同德醫生 (骨科)

6月14日(三) 蕭壽華牧師 (北角宣道會主任牧師)

內容：敬拜、查經、禱告和分享

時間：8:30~10:00pm

地點：九龍長沙灣道137-143號  
長利商業大廈十一字樓 (電梯按11字)  
(港鐵深水埗A1出口，轉右直行約5分鐘可到  
長利大廈，鄰近石硤尾街有咪錶車位提供)

“願感動以利亞的靈加倍的感動您”～ 我們極需要您一同參與及支持醫療服侍。

醫療短宣服侍		日期
1	雲浮羅定 (中國廣東)	12-14/5/2017 (3日)
2	印尼	29/7-6/8/2017 (9日)
3	陝西 (中國)	18-23/9/2017 (6日)
4	柬埔寨	18-24/11/2017 (7日)
5	清遠連山 (中國)	23-26/11/2017 (4日)
6	MediQuest (短期訓練) (非洲肯亞及坦桑尼亞)	4/6-11/7/2017 (暫定)

查詢：2369 8511 (Peggie Lam) • 網址：www.cmdf.org.hk • 電郵：peggie@cmdf.org.hk



## 親愛的芳芳：

您知道嗎？因著接到一位「天使」的轉介，那天我特意來探望您！第一次在病房跟妳接觸，妳熱情雀躍地和我分享妳近來完成的填色作品，以及收到院友的送贈。聆聽著妳的分享，欣賞著妳和院友的作品，叫我讚嘆妳們的心思！對談間，叫我想到手上帶著醫生畫家的書籤，我於是拿出數張來給妳選，結果妳選擇了那張有一隻小鹿在黑暗和光明中間徘徊的書籤！

沒料到那書籤畫中，一隻小鹿在兩難之間徘徊的意象，竟引導著妳跟我分享當下的心靈光景。妳早前患上癌症，手術過後，醫生建議妳接受化療，因著家人的壓力，妳在極度不情願的情況下開始接受治療，但在治療期間觸發了妳極大的焦慮，那種不安的情緒甚至叫你想到了結自己的生命！三個月前，妳就在這情況下入院接受情緒治療，當時我一面聆聽妳的心聲，回應妳的感受。我看見今天眼前的妳，正如妳所說的，焦慮的狀況已好轉了，實在替妳感到欣慰！妳說這一年來，在不同地方遇見過不少基督徒朋友和院牧，他們都給你支持、鼓勵，甚至妳媽媽所住的院舍也派職員來探望妳，叫妳很感動呢！

意想不到的，是妳接受手術後半年，癌症復發了！一個月後要接受另一次手術，這段日子我有機會與妳同行，聆聽妳這次手術前的分享，漸漸聽到妳可以安然地預備好面對手術，並信任醫生為妳所作的安排及接受院牧為妳禱告，實在為妳感恩！

手術後，我知道妳接著要面對的是放射治療，便繼續跟妳傾談如何預備自己面對療程，看見妳漸漸學會了，接受治療是自己的決定。妳表示希望有曾經接受過放療的人和妳分享經驗。奇妙地妳竟然三度遇上同一位病人，並且在妳接受放療之前和妳分享經驗，大大減輕了妳的憂慮，叫妳可以安然面對治療！我相信這並非偶然，而是天父美好的安排。

正在等候接受放射治療期間，妳告訴我癌症再度復發，要再次接受手術！再次面對這樣的壞消息，實在好不容易。這段日子，我只有繼續與妳同行，聆聽妳的心聲。妳告訴我有教會小組的弟兄姊妹一直關心支持，甚至替妳慶祝生日，令妳十分感動！手術過後，妳知道要接受化療，卻表示仍感到十分害怕，像那隻小鹿一樣，在黑暗和光明中間徘徊！然而，感恩在這段日子妳仍告訴我遇見無數「天使」來訪！但願每一位「天使」的出現，都為妳多添一份支持和力量，叫妳早日選擇離開黑暗，步向光明！

與妳同行的C院牧



## 衷心迴響

感謝您們於家母住院期間的支持、代禱及探望，亦欣喜您們常常與家母唱詩歌，分享主愛，令她很開心！您們製作的大字版、不同顏色的短詩，雖然簡單，但家母非常喜愛呀！

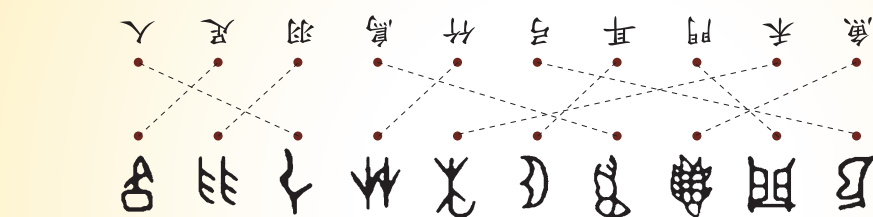
父親一度病危，你和院牧部的同工為他祈禱和唱詩歌，讓他在病患中有盼望。雖然父親現在已經出院回家，但你仍然不時致電慰問，又耐心教導我們如何照顧和關心他，謝謝你為我們一家所作的工，真是萬分感激！

十分感激你，在我們最傷心幽谷處，伴著帶領走過死別時的徬徨和無助。幸有你在旁，使我們可有機會跟至親好好告別，你的禱告和安慰，深深呵顧了我們的心。

感謝主，將你這天使帶到我們中間，用神的慈愛與恩典和大家同行！十分謝謝！

多謝妳們的關心與代禱，使我爸爸得到內心的平安，有著盼望，回到主耶穌的懷抱！妳們是我爸爸的天使，妳們的支持是我這家的動力和盼望。與喜樂的人要同樂，與哀哭的人要同哭。（羅馬書 12:15）這金句深深感動了我，同樣希望能祝福你們，並且力上加力、恩上加恩。

多謝你在我入院期間，聽我傾訴，開解和為我禱告！你親切關懷的問候，真的使我很窩心！！我感受到你是神所派來的天使來幫我！多謝你！！真的很高興認識你！！日後繼續聯絡呀！



答案：

3 考考你！

答案：因為蒼蠅沒有鼻子，味覺器官在腳上，所以見到任何東西都要用腳嚐一嚐。蒼蠅腳上常常沾了很多雜物，如果不把雜物搓掉，就會引起味覺器官失靈，還會影響飛行。

答案：水

2 猜猜想！

P17頁



The collage displays five covers of the magazine '關心' (Care/Concern), published by 星島日報 (Sing Po Daily). Each cover features a different celebrity and a heart-themed graphic.

- Cover 56:** Features 胡峰 (Ho Fung) holding a clapperboard that reads '胡峰: 投入演好每個人生角色' (Ho Fung: Dedicated to acting well in every role of life).
- Cover 57:** Features 胡麗芳 (Ho Lai Fong) holding a heart-shaped sign that reads '胡麗芳 醫治從愛我的神而來!' (Ho Lai Fong: Healed by the God who loves me!).
- Cover 58:** Features 辛尼哥 (Sinigo) playing a guitar, with text '辛尼哥: 最喜歡忠於形象' (Sinigo: Most like to be loyal to the image).
- Cover 59:** Features 蘇金妹 (So Kam Mei) wearing a blue hat and floral dress, with text '蘇金妹: 每個人都可以當鉤人心' (So Kam Mei: Everyone can be a heart-capturing person).
- Cover 61:** Features 王祖藍 (Wong Cho Lam) wearing a purple suit and hat, with text '王祖藍: 感謝神我走過' (Wong Cho Lam: Thank God for the journey).

查詢：2339 0660 梁小姐 (Edith)

《開心》需要支持  
歡迎訂閱《慈聲》

100% 純正

香港製造 品質保證

100% 純正 品質保證

【新書】

# 陌生的天使

【全新修訂版】

《星島日報》：一位和天使相像的科學之徒

（張明敏）

《明報》：香港五十年代罕見之奇蹟

《星島日報》：五十年代罕見之奇蹟

《星島日報》：五十年代罕見之奇蹟

《星島日報》：五十年代罕見之奇蹟

【特價】

- [illegible]



東區尤德夫人那打素醫院	2595 5507
春磡角慈氏護養院	2595 5507
律敦治及鄧肇堅醫院	2291 1833
長洲醫院	2986 2227
東華東院	2162 6362
黃竹坑醫院	2873 7271
葛量洪醫院	2580 7253
瑪麗醫院	2255 3770
麥理浩復康院	2872 7413
根德公爵夫人兒童醫院	2872 7413
馮堯敬醫院	2872 7413
東華醫院	2589 8386
養和醫院	2575 5554
聖保祿醫院	2575 5554
香港防癌會賽馬會癌症康復中心	2575 5554
港島區私家醫院	2575 5554
基督教聯合醫院	3949 4691
靈實醫院	2703 8797
靈實護養院	2703 8797
靈實胡平頤養院	2703 8797
靈實司務道寧養院	2703 8797
將軍澳醫院 *	2208 0859
伊利沙伯醫院 *	3506 7011
九龍醫院	3129 6956
香港佛教醫院	2338 9694
香港眼科醫院	2338 9694
香港浸信會醫院	2339 8908
播道醫院	2760 3494
廣華醫院	3517 5406
東華三院黃大仙醫院	3517 3890
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
北大嶼山醫院	3467 7570
仁濟醫院	2417 8076
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
雅麗氏何妙齡那打素護養院	2116 7351
基督教聯合那打素護康院	3586 7300
大埔醫院	2607 6607
北區醫院	2683 8397
屯門醫院	2468 5433
博愛醫院	2486 8676
青山醫院	2456 8430
小欖醫院	2456 8430

\*非院牧聯會會員 (本年度)

♥ 支持院牧服務 ♥

☐ 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

如不欲破壞此刊物，可以影印或以另紙填寫資料亦可。



“痊癒有時、醫治不急、常常安慰。”

~ 希波克拉底



這些事你們既做在我這弟兄中一個最小的身上，就是做在我身上了。

聖經·馬太福音25章40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。回應表見封底內頁。

全年贊助：



本期贊助芳名：

薛樹德	黎詠詩	黃雅各	林靜華	蔡潔儀	郭多加	麥家碧	陳淑娟	周 全
陳嘉瑛	陳麗莎	徐扶風	林偉彥	林慧如	馮少芬	何耀華	陳伯權	陳汝誠
林佩英	呂大安	梁滿濠	王煒東	陳華倫	鄭肖珍	謝碧華	陳慧琮	李繼堯
梁玉英	游少薇	李俊傑	殷兆威	陳妙霞	林胡求善	黃漢聰伉儷		
誠信綜合治療中心		Wong Hoi Ming	Lam Man Lee	Angela Pang	CanCare Centre			
Kiang Shuk Ping Caroline		Christine Tjang (紀念曾海元)						

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：盧惠銓 | 執行編輯：梁婉琴 | 人物採寫：危寶珊 | 設計：OpenTheClose | 印刷：雅卓印刷公司 | 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