

~前言~

腦同盟是我們一群腦科病人，本著互相幫助，互相扶持的精神所組成的。因此我們的會刊 [通訊站] 便成為彼此交流的渠道之一，各位如有意投稿，請電郵 neuro_united@ymail.com 或寄香港郵政信箱 3484 號通訊站編輯收。如有查詢或欲加入成為本會會員，可致電腦同盟熱線電話 **25602102** 聯絡本會職員何秋芬小姐，好讓本會為大家解答及服務。本會之主要活動及服務包括自助訓練小組、醫院探訪、家居探訪、醫學及復康專題講座、聯誼活動、郊野遊趣及會員通訊等；或可瀏覽本會網頁 www.nuhk.org。歡迎對本會提供意見，來函請寄香港郵政信箱 3484 號。



腦同盟新聞



- (一) 本會經費主要由政府資助，2016-18 殘疾人士/病人自助組織資助計劃，本會獲撥款 33 萬元，較過往為少，執行委員會務必智慧運用撥款，服務會員。
- (二) 10 月 16 日本會參與康文署主辦迪欣湖及東涌遊，是日天朗氣清，各會員得飽覽優美湖景，暢遊炮台古蹟，盡興而回。
- (三) 會員吳淑玲榮獲 2016 年度恆生一再生會十大再生勇士榮譽，本會謹此道賀。吳小姐之心路歷程稍後於本會通訊刊登。
- (四) 腦友心於 8 月舉行第三屆委員選舉，本會委員溫傳滿華當選主席，劉玉冰連任財政，副主席由新健社梁景航出任，秘書為腦友匯司徒燕屏，祝願腦友心新一屆事工在執行委員會策動下，更上一層樓。
- (五) 2016 年 11 月 13 日(星期日)為殘疾人士免費乘搭車船日，持有殘疾人士登記證的朋友可與一名照顧者免費乘搭各種交通工具，免費參觀康文署轄下博物館、免費使用游泳池及遊覽香港濕地公園。
- (六) 如過往本會印製 2017 年月曆隨本季刊致送給各會員。
- (七) 11 月 27 日是本會週年大會晚宴，請各會員踴躍參加，共慶本會成立 24 週年。

《腦同盟第十七屆第二年度會員大會暨晚宴》



日期：2016年11月27日(星期日)

時間：下午5時至晚上9時30分(5時正接待，7時30分開席)

地點：御名軒 --- 香港天后電氣道22-52號金殿大廈1樓
(港鐵天后站A2出口)

餘興節目：樂隊唱懷舊歌曲、舞蹈、抽獎等

人數：200(名額有限，會員優先)

費用：會員：\$160 非會員：\$200 綜援會員：\$120

對象：腦同盟會員及其家屬(每家庭最多4人)

報名日期：2016年10月26日至11月9日

查詢及報名：2560 2102



- 備註：
1. 本活動設有復康巴士接載有需要會員，先到先得，(每家庭最多提供兩個座位)。
 2. 報名一經確實，無論參加者當日出席與否，都必須全數繳付當天活動費用，亦不得將活動名額私自授予其他人士，必須通知職員交由執行委員會集中處理。
 3. 所有乘坐輪椅者，請盡量與家人陪同出席。
 4. 由於名額有限，所有在活動報名截止期後或額滿後，報名者皆列作後備名單處理。
 5. 如天文台於集合時間前兩小時仍然懸掛紅色暴雨警告、黑色暴雨警告及三號或以上風球，是日活動即告取消。
 6. 是次活動部份之開支獲社會福利署撥款贊助。
 7. 如有爭議，本會保留最終決定權。



大家好，大概在四年前開始，每個月的第二個星期二，我都和幾位言語治療師朋友為一班老友記進行言語治療活動。其實，在腦部受損之後，很多時都會出現溝通以及吞咽困難。而腦部受損後的溝通困難可以分為失語症和運動性言語障礙。我們今天就集中談談失語症。

失語症是指因為腦部受損或病變而引致的語言障礙。隨着病變的範圍，每位患者的表徵及嚴重程度也不盡相同。較輕微者，他們仍然能夠用口語和他人溝通，只是在對話當中會有一些不流暢，或者找字有輕微困難。而中度患者，他們能夠回應日常的對答，但大多數只能以詞語或者短句來表達，當他們要組織較長的句子或說話時，往往會出現結構不完整的情況，而他們出現找字困難或錯用詞語的情況亦較多。情況嚴重的患者，甚至未能以口語和別人說話。

那麼，作為家人又有什麼方法可以改善到雙方的溝通呢？以下是其中的三個方法。

首先，在協助理解方面，因為失語症患者較難理解一些較長的指令和語法，所以我們需要以較慢的速度和簡短的說話和用字與他們溝通。例如，我們平時會說「一陣我哋要搭的士去醫院覆診，不過去之前我要落樓下買咗餸先，所以你喺屋企等我一陣啦！」失語症患者較難理解這些較長而且複雜的說話，所以我們可以將說話簡化，例如「我依家去買餸，之後我哋搭的士去醫院覆診。」這樣，患者就更能夠輕易地理解我們所說的說話了。

第二，為了協助他們的理解和表達，他們發問時，可盡量避免一些開放式的問題，例如：「點樣」、「點解」的問題，一方面他們較難去理解這些問題，另一方面即是他們能夠理解問題，要他們完整地把事情解釋清楚也是十分困難。相對地我們可以問一點選擇性的問題，例如：「A 定係 B？」、「係唔係 C 啊？」這樣的問題，失語症的患者也較容易解答。

第三，與患者溝通時，當他們出現一些找字的困難，家人亦可以嘗試用不同的方法去協助他們表達自己的想法。若果大家都已經猜到患者想說的字詞時，大家可以不用着急地去告訴他正確的詞語，反而可以多一點描述與那個詞彙相關的資訊作為提示。例如若果患者想告訴你他想吃「蛋撻」，但是又說不出

來，我們可以對他描述蛋撻的一些特點，例如「圓形的」、「中間有蛋漿的」、「有酥皮的」等等的特點去協助他們回憶出相關的詞彙。

當然，除此之外還有很多的方法和技巧可以協助與失語症的人士溝通，下次再向大家介紹吧。

每位失語症患者都是獨特的，康復速度也因人而異，但有研究指出所有的康復訓練越早開始越見效果。雖然未必所有患者都能夠回復中風前的溝通能力，但是言語治療師能協助他們將剩餘的語言能力發揮到最大。中風後的語言康復可能很漫長，患者容易感到氣餒和挫敗，但是家人在旁的鼓勵和支持往往能夠讓他們有更好的溝通動機和克服困難的意志，對康復進度有莫大的幫助。

< 潮玩健康工作坊 >

資訊科技發達，相信唔少會員都已有用智能手機/ 平板玩下 what'sapp, facebook, 捉下比卡超.... 今次介紹一個新智能手機 app 俾大家 :康程式「健康管理工具」,大家可利用「健康管理工具」記錄個人健康 數據(例如血壓指數)、醫療記錄、用藥記錄等；此外，當中的行動計劃，更能推動你將健康想法付諸行動，達到「真」健康。齊齊來參加學下點用啦！詳情如下：

日期：2016年11月24日(四)

時間：下午 2:00 - 4:30 (2.5 小時)

地點：康山中心

對象：平日有使用智能手機／電腦之會員及家屬

名額：25 人

導師：香港復康會同工

形式：由導師介紹康程式「健康管理工具」之功能、教授及即場示範其操作方法。



立即下載，一網打盡慢性病，隨時健康無難度!

e2Care 康程式網站：<http://www.e2care.hk>

e2Care 康程式手機程式(Android)：<https://goo.gl/Z6AX63>

《人生的關卡》

鮑慧湄

編者按：鮑慧湄原為一位中學老師，喜愛運動、旅行，熱心參與教會活動。慧湄 2007 年中風，透過堅持和努力做康復運動，已能照顧自己，並四處去探訪做義工。多年來，慧湄用文字與人分享她的經歷。本年初，慧湄將二十多篇文章結集成書「風雨同路伴我同行」，期望能鼓勵更多中風病人積極面對困難，本文為其中一篇文章。

2007 年的年中我中風入醫院，我沒有知覺，這是一個很嚴重的病。記得我被推入手術室，之後就昏迷了。當我醒來時，目光呆滯，能記得發生甚麼事嗎？或是忘記？我已不清楚了。當我面對媽媽時，有點呆滯，似不適應的。

在東區醫院過了數天，便送往東華東院治療，此時，我慢慢地恢復記憶。記得那天，我去做職業治療，但我被推到另外一個房間，有護士在裡面，她向我解釋要到我的家做一些設施，可以幫助我在家活動自如，我聽了後，便哭起來，為何會是這樣？我哭得很厲害！我才知道自己中風，半邊身都要人扶，我很難過，只是哭，甚麼也說不到，這是我第一次在醫院裏哭。

除了做職業治療外，也要做物理治療。剛剛做的時候，腳完全沒有力，我要先能站立十五分鐘，然後才可以做復康治療。有一次我做復康治療的時候，看見一個人望着我，我想一想，原來是教會區牧師來探望我。望着他，我的眼淚留下來，我感到很難過。但我當時在做治療，沒有機會和他談話，他望着我，我不懂和他說話，只是很傷心。我想不到區牧師會來探望，令我很感動，他沒有對我說任何說話，但他的愛，他的關懷，已經表達了。

在醫院裏住了兩個月，出院後，就接受物理和職業治療。我問自己，為何要有此病？中風令我半身不動、要用輪椅來幫助我走動、還要接受言語治療……為何要發生這樣的事？我坐在輪椅上就像廢人一樣，感覺很難受！

出院後，有很多教會朋友來探望我，我的心又感激又忿恨。感謝他們對我的關心，但忿恨的是：為何是我，我不明白。當我到醫院物理和職業治療時，我發覺到很多病人都是年青人，他們有美好的前途，但這一種挫敗令他們如何去面對自己？我為他們難過！他們承受的比我大，誰來安慰他們？誰能明白他們的感受？我開始有同情別人的心，因為大家都患同類的病，大家會知道大家的情況，對他們一份微笑已能叫彼此滿足了。

這個時候，我開始明白到只要努力做治療，效果是好的。我開始和病人談話，雖然咬字不清楚，有時又詞不達意，但他們都願意聽，因為他們都與我同樣是口舌不清，所以他們都留心聽。原來，只要你耐心聽，彼此真是可以成為朋友，能去聽他們的內心世界，這是非常好。

有時我想，人生就是這樣，不如意的事常常會發生。面對着她，有時覺得無奈，但這就要放棄嗎？生命就是這樣嗎？我看到有些人比我更慘，他們都勇敢面對，為何我想退縮？生命在我的手中，我要放棄，還是爭取？求神給我信心，在這困難中，有勇氣去面對這一切，去經歷痛苦，所得來的會是美好的。

我今天能夠提起筆來寫文章，是經過很多困難才寫成的。我中風時，腦受損壞，語言能力受損，我要用很多時間去努力認字、讀字、用句子來表達內心的感受，慢慢才能寫成為一篇文章。每一篇文章，要用三至四天才完成，文章約有二十多篇，要用很多時間才完成。我高興可以寫成一本書，別人寫書，很容易就寫成，但我要寫這本書，要用很多的時間才完成，表達的內容，是我心中的體會，所遇到的困難，所經歷到的挫敗，是別人不能領會到的。我希望藉這本書，去鼓勵一些朋友和病人，特別是那些中風病人，要珍惜自己的生命，只要你們努力治療，效果是一定有的。每個人都會有不同的難處，有的多，有的少，問題在你的決心，當你想做一件事的時候，自然會有信心，將你面前的障礙除掉。



【最新報告】

新會員名單：侯少如 鄧真容 張靜婷 李麗嫻 梁樂詩 余惠文

捐款者名單：壹仟元以上 ---- 區璟梅小姐 謝世傑先生 Ms Ng Pui Shan

壹佰元以上 ---- 黎婉玲女士 蔡武漢先生 畢秀梅小姐

蔡國榮先生 葉玉群女士

去世會友：伍百耀先生

~~~~~

**腦同盟** 是各腦友的大家庭，通訊站就應該成為腦友們彼此交流意見和心得的渠道。下期的通訊站將於 **2017 年 1 月** 出版，為增強及充實本通訊站之內容，歡迎各腦友及義工投稿。稿件限 500 字，編委或會修改投稿的內容和挑選刊登。 請於 **12 月中** 前寄回腦同盟香港郵政信箱 **3484 號** 或傳真致 **2967 6750**

各位會員記得投稿喇！



### 捐款表格

「腦同盟」乃病人自助組織，極需社會人士的慷慨捐獻。有意捐助者，請填妥下列表格。

捐助人姓名：\_\_\_\_\_ 性別：\_\_\_\_\_ 電話：\_\_\_\_\_

聯絡地址：\_\_\_\_\_

(捐助港幣一百元或以上者，可憑收據申請扣減稅項)

本人現捐助 (請在合適方格加上 ✓ 號)

\$100  \$200  \$500  \$1000 其他 \$ \_\_\_\_\_

付款方法：

1. 用劃線支票，抬頭寫上「腦同盟」；
2. 將捐款存入「匯豐銀行」戶口 (004-600-819932001)。

然後將支票或入數紙，連同此表格，寄往香港鰂魚涌英皇道 1120 號康山花園第六座地下

「腦同盟」收或香港郵政信箱 3484 號。

## 腦同盟名譽顧問團

贊助人：方津生醫生

名譽顧問：馮正輝醫生 范耀華醫生 呂偉文醫生 浦勤孫醫生  
黃震遐醫生 方道生醫生 李樹梅女士 周惠萍小姐  
區潔萍女士 陳欽亮先生 鄭敏慧女士 鄭國華先生  
林秀菊女士 溫潔貞女士 陳婉玲小姐 王許秀蓮女士  
呂幼蓮女士

名譽主席：關景賢先生

會務顧問：陳文泰先生

潘友為先生

法律顧問：羅紹佳律師

名譽核數師：趙雅穎先生

## 第十七屆委員名單

主席：周偉良先生

副主席：張燕燕女士

秘書：李樹人先生

財政：劉玉冰小姐

委員：梁耀明先生 黃海燕女士 李慕雲女士 溫傳滿華女士  
何雨本先生 何鳳女女士 譚淑冰女士 伍寶友女士

區長：南區 — 梁耀明先生

中西區 — 李慕雲女士、譚淑冰女士

灣仔區 — 張燕燕女士、張用妹女士 北角區 — 劉瑞初先生、林文清女士

筲箕灣、鰂魚涌區 — 溫星池先生、溫傳滿華女士

柴灣區 — 何鳳女女士

通訊站編輯：周偉良、何雨本

**腦同盟**  
Neuro United

地址：香港鰂魚涌英皇道 1120 號康山花園第 6 座地下

電話：25602102 傳真：29676750

電郵：neuro\_united@ymail.com

網址：www.nuhk.org

\*本刊由添寧成人紙尿褲產品公司贊助印刷及郵費\*