腎友之聲

RENAL MUTUAL HELP ASSOCIATION

瑪嘉烈醫院 – 腎友互助協會通訊

2020年12月金秋號

社會福利署「自助組織資助計劃」贊助印刷

馮加信顧問醫生向腎友發出的防疫呼籲

齊心抗疫

各位會友，您們好！

近期本港新型冠狀病毒第四波疫情持續惡化，社區感染個案越來越多，當中亦涉及一些私家醫院洗腎中心和洗血病人！令人擔憂的是，由於腎病患者是高危群組，一旦染病，情況或會更嚴重。故希望大家必須提高警覺，注意以下事項，加強防疫：

- ⇨ 時刻保持良好的個人衛生和注意手部衛生；
- ⇨ 出外時必須戴上口罩；
- ⇨ 避免用手觸摸眼、鼻和口；
- ⇨ 減少外出和社交聚集活動；
- ⇨ 避免與發燒或有呼吸道感染病徵的人士有密切接觸；
- ⇨ 如身體不適，特別是有發燒或咳嗽，應及早求醫，並儘早進行新型冠狀病毒試。

時刻保持良好的個人衛生和注意手部衛生；



馮加信醫生（腎科部門主管）

另外，本院洗血中心亦依照醫院管理局及感染控制組的指示，進一步提升相關的防疫控制措施，以確保洗血腎友的安全，防止爆發院內感染。

暫時性措施包括：

- ⇨ 所有洗血腎友及陪伴者在進入及停留洗血中心期間，必須配戴口罩；如非必要，不可除下口罩；
- ⇨ 洗血腎友及陪伴者須先接受並通過體溫測試，及填寫健康申報表。沒有病徵及接觸史之人士方可進入洗血中心；
- ⇨ 所有洗血腎友或陪伴者，一律不准在中心內進食（注意：由 14/12/2020 起，為將交叉感染風險減至最低，洗血中心將暫停為日間洗血腎友提供飯餐）；
- ⇨ 家人或陪伴者不得於中心內停留（需要特別照顧者除外）；
- ⇨ 本中心會要求洗血腎友作定期深喉唾液測試，以便找出無徵狀帶菌者。

我們明白以上措施可能會為洗血腎友及其家人帶來不便，但懇請大家能與醫院工人員一同合作，攜手渡過難關，戰勝疫情！

誠心祝願各位腎友及家人，身體健康，百毒不侵！









協會通訊

新型冠狀肺炎自今年初爆發以來，疫情反覆並一直沒有好轉過來，是以本會大部份的活動計劃都受到嚴重影響，其中主要的項目例如：週年晚宴、秋季旅行及健康講座等，均一再延期，最後亦無奈須要取消。

現時出於防疫需要，醫院內的一切病友活動均告停止，因此本會的會務運作只能靠電子通訊聯繫，腎友如有查詢，歡迎透過電話或訊息提出，當儘量予以協助。最近我們將仍庫存的少量口罩及消毒潔手液等物資，安排送給有需要的會友。

門球小組隊長王南國先生日前不幸離世，本會謹致以深切的悼念。王先生加入門球活動多年，並來積極參與義工服務，貢獻良多。



「大愛恩人秋祭」感恩器官捐贈者及家屬

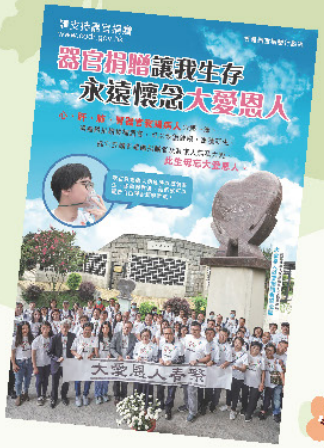


香港器官捐贈行動組由一群醫學會，病人組織及慈善團體（包括：腎友聯、香港移植運動協會）去推動，該組織於 10 月 26 日與香港腎臟基金會合辦：「Zoom 網上『大愛恩人』秋祭 2020」舉行網上「大愛恩人秋祭」，向器官捐贈者致敬，並向他們的家屬致謝。

「大愛恩人秋祭」中的「大愛」是「大愛恩人紀念花園」，它位於將軍澳華人永遠墳場，是遺體器官捐贈者的撒灰場地。香港器官捐贈行動組每年會舉辦春秋二祭，去懷念遺體捐贈者的大愛。而目前有 43 名遺體捐贈者安息紀念花園，佔過去數年遺體捐贈者人數的 4 成多。



（《香港商報》截圖）



李姑娘的話：人生滿希望



瑪嘉烈醫院腎科顧問護師李淑恒姑娘

今年 10 月 25 日是重陽節，不少香港人會趁節日上山掃墓。鑒於疫情關係，今年的「大愛恩人」秋祭活動需要以網上形式進行。本人有幸能夠參與這次 10 月 26 日舉行的活動！

十月這一秋祭活動有多重意義。除了向遺體器官捐贈者致以崇高的敬意，向他們的家人致以深切的慰問，更感謝他們為末期器官衰竭患者和社會作出的 貢獻！亦希望藉着此次活動能夠宣傳推廣捐贈理念。

在腎科病房工作多年，最高興是見到腎友能有機會進行腎移植。雖然現今香港人願意死後捐出器官的比例不是太高，但我深信經過教育和宣傳，數字會不斷增加！腎友們，我明白透析治療令你們生活上有很多不便和身體上有各樣的不適，但它亦能幫助你排走身體毒素，維持健康！你必須遵照醫護人員的指示，定時進行透析，準時食藥，注意飲食，關注自己身體狀況！你必須好好裝備自己，令自己身體隨時可以接受腎移植手術，遺體器官捐贈者會隨時出現，你可能成為下一位幸運兒！祝大家好運！

新任執行委員分享

吳發成　委員



大家好！我叫吳發成，1995年換腎至今已踏入25年頭，加入腎友會亦超過20年，今年更有幸加入腎友互助協會成為委員，希望能盡少少綿力協助正在洗腎腎友解決一些小問題同時亦可以加以鼓勵。

腎病不是絕症，保持身體健康！維持最佳狀態，機會係留給有準備的人，大家加油。

鄭嬋瑛　聯絡



大家好，很高興認識大家。我是鄭嬋瑛，大家可以叫我Julia，能加入腎友會這個大家庭我感到十分榮幸，希望能盡自己的一點綿力服務大家。

年前我先生腎臟出了問題，在醫院求醫過程中，在腎科「新腎友健康教育」裏認識了腎友互助協會，協會內義工熱心幫助下，使我對腎病有了初步的了解，能夠面地面對困難一步步朝着正確的方向前進。

在此我也相信有不少的腎病人跟我們一樣，開始也遇到不少困難。彷徨的時刻除了去找醫生和護士外，都不知道怎麼辦。

正所謂人人助我，我助人人，所以我也加入腎會義工行列。腎友互助協會定期舉辦一些講座及活動，成為了病人及醫生可以互相溝通的一道橋樑，亦提供了相宜的醫療輔助用品賣給病人，所以非常感謝醫院內有一個腎友互助協會，在此祝各位身體健康！

新加入協會大家庭～一路上互相支持

吳詠莉	李亞平	李淑韻	陳愛真	郭志雄
温嘉文	劉潭祺	曹建芳	方志明	謝義財
錢鳳玲	李秀琼	李杏輝	潘志剛	林妙枝
周子珊	陳日盧	黃慶華	甄光立	謝禮文
羅瑞雲	李亞平	郭燦民	陳麗紅	何韻遠
黎祥强	李 鷺	潘永賢	禤廣德	楊嘉玲
李偉基	羅雪梅	張凱慧	陳漢強	方泳妍
彭可婷	盧起松	游 鋒	梁焱南	趙文聰
凌書美	張 發	羅崇煌	伍佩芬	

誠蒙以下熱心人士惠捐，樂助協會常務經費，特誌鳴謝！
如有錯漏，祈為指正。

鳴謝捐款

陳照延 $30000　　區泳妍 $1000

劉汝純 $1000　　曾茵秋 $50

門球訓練興趣小組



地點：荔枝角公園門球場
時間：逢星期六
（下午 2:30–5:30）

如欲了解及報名
請致電本會 2338 2516

門球是在平地或草坪上用木槌擊打球穿過鐵門的一種球類遊戲，不但規則簡單、輕鬆有趣，而且可以激發腦力、促進身心。對腎友而言，適量的運動在康復過程中也相當重要，協會一直推行門球運動，希望大家增強體魄。

勤做運動身體好。心動，不如運動。



腎友互助協會祝福會友：

聖誕快樂！
新的一年平安健康！

腎友互助協會
RENAL MUTUAL HELP ASSOCIATION

九龍橫頭磡邨宏禮樓地下
香港復康會社區復康網絡　轉交

Merry Christmas
聖誕快樂！

電話：2338 2516　　傳真：2338 4820