



向日葵互協會 Sunflower Network

2015年6月至8月

資助機構



癌症基金會
CANCERFUND
抗癌路上不孤單

通訊

委員會退修

歐燕玲

「向日葵」委員會於二零一五年一月十一日舉行委員退修日營，目的是檢討過去的工作及計劃將來的發展。

「向日葵」每年都有一次委員退修，每次我都有出席，每次都有不同感受，不同社工帶領，有不同收獲，以這次退修為例，我有很強烈的感受，當見到一班年青熱誠姊妹，熱烈地談及兩年來的工作情況，更坦誠講出自己的心聲，就像當年我們一班義工姊妹，帶着一顆愉快熱誠的心為病友服務和學習一樣，回望過去就似昨天的事。

回想第一次退修時，心情特別緊張，我的眼睛一直盯着社工張姑娘，整個人拉得很緊，今次同第一次的感受恰恰相反，今次的退修感覺輕鬆愉快，暢所欲言。

我真的好開心，這班委員姊妹努力不懈無私付出，團結一致，「向日葵」接班有人！更加開心的是「向日葵」終於長大了。

親愛姊妹們，我們秉承「向日葵」互助互勉、同舟共濟的精神，留下微末成果，今後更要努力，無私地為病友服務，希望得到大家認同和讚賞多年來的工作成果。

祝各位姊妹健康快樂！

活動新動向



繼「穿珠班」後，又多一個給予會員聯誼的好去處「毛冷手工班」，此手工班以編織簡單易做的冷帽和冷頸巾為主，其製成品用作醫院病房探訪時，贈送病友以表關懷和支持。

「毛冷手工班」每三個月為一期，逢星期三下午1點至3點(公眾假期除外)。第一期現已開始，由2015年4月15日至6月30日。活動地點設於伊利沙伯醫院R座603室。

下一期7月至9月即將接受報名，歡迎向日葵會員踴躍參與，費用全免，名額有限，先到先得，欲免向隅，報名從速。請於當值時間致電3656 0838向當值職員/義工查詢或報名。

心聲篇

最新消息

滿堂歡笑慶豐年



Wings

「馬去羊來迎旭日，洋洋得意羊羊行，乘風揚帆大業展，月圓花好五穀豐！馬步如飛跑第一，羊騰綠野展雄風，修福積德迎新年，吉祥如意慶春節！最重要大家都龍馬精神，羊羊得意，喜氣洋洋，成日笑呵呵！」BB和我向大家送上祝福，為「向日葵」19週年新春聚餐暨第7屆委員就職典禮，揭開序幕。

首先由第6屆委員會主席歐燕玲匯報過去一年的會務，財政大臣Tammy匯報財政。緊接其後，便是第7屆委員會的選舉，選舉司儀Louise及Sandie介紹各位參選姊妹。一眾蒞臨姊妹，都很認真地填寫選票，並敦請顏醫生監票及黃姑娘收集選票。蒞臨我們會慶的香港乳癌聯席友會，在社交媒體上，讚賞我們對選舉的認真態度。

大會節目，一浪接一浪。在點票時段，愛玉姊妹為我們獻唱3首賀年歌，給大會帶來熱鬧的氣氛。第7屆委員就職典禮及大合照後，眾顧問風趣的勉勵說話，令台下各人開懷大笑。

聚餐開始前首先抽枱獎，今年人人有份，永不落空，這都是週年大會籌備委員會眾姊妹齊心努力的成果。今年小妹榮獲籌委會邀請，與BB擔任大會司儀，並參與籌備會議，深深感受到各籌委成員，不單是出心出力，也身體力行，自己捐贈禮品，全都是希望出席參與者，開開心心地來參加會慶，開開心心地回家。



第一輪大抽獎後，今年大會音響負責人Sam哥，獻唱閩南歌。在第一首中段時，BB上台與他合唱，將大會氣氛推高。再唱第二首時，邀請眾醫生上台合唱，全場報以歡呼聲，台下嘉賓都很投入，拍手唱和，笑不攏嘴。

是晚節目，高潮迭起。第三輪抽獎過後，在聚餐接近尾聲的空檔時刻，大會臨時加插特別節目，邀請第7屆新任委員上台。正當眾姊妹摸不著頭腦時，音樂緩緩響起，眾姊妹恍然大悟，隨著音樂高歌。徇眾要求「encore」時，眾顧問及嘉賓亦被邀上台合唱，將大會氣氛推到高峰！

時光飛逝，最後BB和我，再為各位送上祝福：「吉星拱照喜羊羊，滿堂歡笑慶豐年！」當晚盛會，便在各人歡笑聲中，圓滿落幕。

各位姊妹大家好，我是Annie。去年參加了伊利沙伯醫院的義工訓練，現在是醫院婦科病房探訪義工。今年是我第一次參加醫院義工聚會，聚餐在中午開始，那天見到很多義工，他們來自不同病人組織。噢！原來醫院可以同時支援不同義工團隊，培訓大家關懷病人及提升服務質素。當天不同義工團隊濟濟一堂，互相鼓勵和互送祝福。

那天除了豐富午餐，大會更準備了動腦筋的遊戲，讓每席義工發揮群策群力的精神，大家玩得十分投入。壓軸節目還邀請了無線電視藝員安德尊先生為表演嘉賓。感謝醫院安排了如此豐富的節目，讓我們歡聚了一個下午。

溫馨提示



向日葵會員2015至2016年度續會通告

2015年4月1日為新一屆財政年度的開始，請各會員在6月30日前辦理續會及繳交會費，會員年費30元；65歲或以上之長者及綜援會員15元（請出示長者証或綜援文件）。本會實施續會簡化計劃，會員可選擇繳交一年、兩年或最多三年會費，繳費詳情如下：

續會年期	覆蓋年期	續會繳款
一年	2015年4月1日至2016年3月31日	一般會員 \$30 長者及綜援會員*\$15
二年	2015年4月1日至2017年3月31日	一般會員 \$60 長者會員 \$30
三年	2015年4月1日至2018年3月31日	一般會員 \$90 長者會員 \$45

*綜援會員續會年期只可一年及需依照有效文件為準。

續會手續及繳費方法：

- 歡迎會友於本會當值時間內，帶同舊會員証親臨九龍黃大仙下邨龍昌樓地下C翼2-8號黃大仙癌協服務中心辦理手續。
本會當值時間：
星期一至四（上午10:00至下午1:00 下午2:00至5:00）
星期三（晚上7:00至9:00）及
星期六（上午10:00至下午1:00）
- 會員亦可先將會費存入銀行，再將「銀行存款單」連同舊會員証一併寄回九龍黃大仙下邨龍昌樓地下C翼2-8號黃大仙癌協服務中心轉交「向日葵互協會」收。

帳戶銀行	：『恒生銀行』支票戶口
帳戶名稱（中文）	：向日葵互協會
（英文）	：SUNFLOWER NETWORK
帳戶號碼	：264-089301-001

若會員逾期續會，將不會收到本會的通訊與會刊及無法參加本會任何活動。會員必須妥善保存會員証，以便日後出示作報名及出席活動之用。若會員遺失會員証，需要補領，則另須繳交手續費10元。

備註：1.新會員在2015年1月1日至2015年3月31日期間入會，其會籍有效至2016年3月31日。

2.會員若已續會或已繳交本年度會費，請無須理會此通告。

荷爾蒙治療醫治雌激素受體陽性乳癌 抑制乳腺癌細胞增殖

乳癌可分為雌激素受體陽性、Her-2型及三陰性三種，其中雌激素受體陽性的乳癌患者佔大多數，荷爾蒙治療是療程的重要部分，作用機理是抑制身體製造雌激素或減阻礙性雌激素與受體結合，當中的針劑藥物更能減少癌細胞雌激素受體的數目。現今的治療選擇多元化，乳癌患者應勇敢地踏上抗癌之路。

生活習慣影響患乳癌機會

根據病理組織學，乳癌可分為導管原位癌、浸潤性導管癌、浸潤性小葉癌、葉狀腫瘤等。而若根據乳癌細胞分子生物學特性分類，則可根據Her-2、雌激素受體（ER）或PR黃體素受體（PR）等，再細分為「雌激素受體陽性乳癌」、「Her-2型乳癌」及「三陰性乳癌」等。雌激素受體是在細胞表面的蛋白質，作用是接收雌激素的訊息，若乳癌細胞表面存有這些雌激素受體，這類乳癌便是雌激素受體陽性乳癌，並適合接受荷爾蒙治療。

臨床腫瘤科專科醫生張寬耀表示：「若婦女年過三十五歲、未曾生育、早來經或遲收經、曾有乳癌家族病史、過往曾患某些類型的良性乳房疾病。以至生活習慣少運動、長期飲酒及肥胖等，都屬於患乳癌的較高風險人士。」

早期輔助治療降低雌激素受體陽性乳癌復發風險

張醫生謂：「病理學專科醫生會對癌細胞進行免疫組織化驗，腫瘤細胞上相應的雌激素受體蛋白，若在測試中達到一定水平，即屬陽性。根據香港乳癌資料庫第五號報告，雌激素受體陽性乳癌佔總體乳癌患者的77.1%。這類乳癌的其中一項特點是首五年復發率較低，但長遠的復發率則較陰性稍高，因此手術後的輔助治療十分重要，可降低復發風險。」

根據二〇一一年的香港癌症資料統計中心報告，發病高峰期為六十至七十歲，所以對於更年期後雌激素受體陽性乳癌患者來說，用作早期輔助治療的常用荷爾蒙治療包括：三苯氧胺（Tamoxifen）和芳香環轉化酶抑制劑（Aromatase Inhibitor）。三苯氧胺能與雌激素競爭雌激素受體，阻止雌激素對癌細胞的作用；而芳香環轉化酶抑制劑則可減少體內雌激素的水平。收經後的婦女，卵巢再不能生產雌激素。雌激素主要是由腎上腺的芳香環轉化酶將體內脂肪細胞轉化成雌激素，因此利用芳香環轉化酶抑制劑可以有效減少收經後乳癌患者體內的雌激素，從而抑制乳腺癌細胞的增殖。

針劑藥物是乳癌復發患者的另一選擇

張醫生指出：「若乳癌不幸復發，荷爾蒙治療亦能擔當一個重要的角色。治療目標是減少體內雌激素對腫瘤的影響，令乳癌逐步受控。如曾服用三苯氧胺的更年期後患者，可選擇以針劑藥物氟維司群（Fulvestrant）治療復發乳癌。」

與三苯氧胺或芳香環轉化酶的作用機理不同，針劑藥物氟維司群能阻礙雌激素與受體結合，並能減少癌細胞中雌激素受體的數目，從而發揮治療功效。「Fulvestrant的副作用普遍是輕微的，常見的副作用包括注射部位感到痛楚及潮熱等。針劑藥物較口服藥物的另一好處是病人不會忘記服藥，特別是自理能力較差的病人只需一個月打針一次，方便病人。」

註：全文轉載自26/11/2014「頭條日報」之訪問原稿；並徵得該刊及張寬耀醫生同意給予刊登，特此致謝。

傾聽您情思 ~ 向日葵通訊徵稿

本會一直希望透過會訊以一個互動、雙向的形式與會員溝通，加強會員間相互關懷和鼓勵。為達到上述目的，編委會誠邀您們在會刊中投稿，抒發您們的心聲、意見及迴響。我們熱切期待您們的來稿！！

歡迎您和您的稿件！投稿請寄交『九龍黃大仙下邨龍昌樓地下C翼2-8號黃大仙癌協服務中心轉交「向日葵互協會」資訊組收』或電郵至本會 hksunflower.network@gmail.com

1. 投稿人可以是本會的顧問、義工、會員或家屬。
2. 作者可用真實姓名或筆名投稿。
3. 來稿形式不限，並會盡量刊登。
4. 字數以五百字為限，標點符號不計。
5. 如有需要，編委會或會將來稿略作修改，但會盡量保存作者原意。



活動推介

日期	活動名稱	對象	時間	活動地點	報名 / 查詢	費用
16/8/2015 (星期日)	迎新會	新加入向日葵之會員	下午1:00 - 3:00	黃大仙 癌協 服務中心	向日葵當值 職員/義工 3656 0838	免費
16/8/2015 (星期日)	生日會	8月至11月份生日之會員及其家屬 (歡迎非在該段期間生日之會員參加)	下午3:00 - 5:00	黃大仙 癌協 服務中心	向日葵當值 職員/義工 3656 0838	HK\$20 生日會員 HK\$10
7月至9月 (逢星期三)	毛冷 手工班	向日葵會員	下午1:00 - 3:00	伊利沙伯 醫院 R座603室	向日葵當值 職員/義工 3656 0838	免費

備註: 1. 以上各項活動地點及收費詳情, 均以稍後寄上的單張作實, 敬請密切留意報名日期及踴躍參加。
2. 在各項活動中, 大會所拍攝的照片, 祇用作內部記錄及會訊刊登用途。各位會員如欲在活動時間拍照留念, 敬請自備相機。

活動舉行前3小時天氣惡劣, 依據下列警告訊號安排

天氣警告	警告訊號	室內活動	戶外活動	義工當值及服務
暴雨	黃色	✓	✗	✓
	紅色 / 黑色	✗	✗	✗
颱風訊號	1號風球	✓	✓	✓
	3號風球或以上	✗	✗	✗

2015 - 2017年度第七屆委員會成員名單

主席	: 林惠娥
副主席	: [外務] 何艷芳 [內務] 劉淑娟
秘書	: 胡坤秀
財務	: 胡鳳鳴
行政	: 張慕賢
資訊	: 梁孟儀
康樂	: 翟桂萍、陳錦秀、江玉英
義工及醫院服務	: 陳淑華
關懷服務	: 李美娟

當值時間表

當值時間：星期一至星期四（上午10:00至下午1:00 下午2:00至5:00）

星期六（上午10:00至下午1:00）

星期三（晚上7:00至9:00）

溫情專線：星期三（晚上7:00至9:00）

以上當值時間，公眾假期除外

地點：九龍黃大仙下邨龍昌樓地下C翼2-8號 黃大仙癌協服務中心

電話：3656 0838 傳真：3656 0920

電話設有留言服務，您只需留下姓名及電話號碼，本會職員/義工會盡快回覆。

銀行帳戶

帳戶名稱（中文）：向日葵互協會

（英文）：SUNFLOWER NETWORK

帳戶銀行：『恒生銀行』支票戶口

帳戶號碼：264-089301-001

鳴謝

捐助名單 (2015年1月至3月)

香港癌症基金會

賽諾菲安萬特香港有限公司

羅氏大藥廠香港有限公司#

美國雅培製藥有限公司#

香港海洋公園#

社會福利署

張慕賢女士#

林日珍女士

伊利沙伯醫院病人資源中心

愛美麗(香港)有限公司

天際100香港觀景台#

雀巢香港有限公司#

香港迪士尼樂園#

陳淑華女士#

翟桂萍女士#

徐慧襄女士#

物資捐助

(以上所有排名不分先後，如有遺漏，懇請見諒。)

編委名單

連靄虹

楊碧華

梁孟儀

陳楚環

王秋琮

李國梅

伍慧賢

劉淑娟

關艷玲

朱銘漢 (黃大仙癌協社工) 黃麗賢 (QEH 癌症病人資源中心社工)

會員更改通訊資料表格

日期：_____

會員姓名：	(中文)	會員姓名：	(英文)
會員號碼：			
更改資料： ☐ 地址 ☐ 電話號碼(手提/住宅) ☐ 傳真號碼			
新通訊地址：(室) (樓) (座) (大廈名稱)			
(屋苑名稱) (街號) (街道名稱)			
(地區) ☐ 香港 ☐ 九龍 ☐ 新界			
新電話號碼：		(手提/住宅) 新傳真號碼：	
生效日期： 年 月 日		會員簽名：	
本會專用：			
負責人：		資料更新日期：	

請於填寫以上表格後，沿此虛線剪下寄回『九龍黃大仙下邨龍昌樓地下C翼2-8號黃大仙癌協服務中心轉交「向日葵互協會」收』



向日葵互協會

地 址：九龍黃大仙下邨龍昌樓地下C翼2-8號黃大仙癌協服務中心

電 話：3656 0838 傳 真：3656 0920

網 址：<http://www.sunflowernetwork.org.hk>

