



# 向日葵互協會 Sunflower Network

2017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

### 迎新會及生日會感想

同路人 — 開心

在我們剛接受治療期間，雖然徬徨的心情不斷湧現，但聽到如天使般的同路人說：「你們不必害怕。」又建議可以煲什麼湯水、吃什麼東西，以增強抵抗力繼續接受治療，令我感到同路人的關懷。

迎新會當天，有些做了手術，尚未接受其他治療的會友，她們感到非常擔心。經過今次聚會，在互相交流的過程中，得到同路人的支持，她們在抗癌路上更有信心和明白自己並非孤軍作戰。努力！加油！



自從離開校園，生日會這三個字已很陌生，我很高興參加了這個生日派對。透過熱身遊戲，在會上認識了不少朋友，也學了做椰汁紅豆糕。因為生日會的食物，全部都是義工親手所做的，吃得健康，玩得開心。師姐們說出她們的康復年期：有的幾年、有的十年、更有的超過二十年……，真的令人鼓舞，當然也有正在接受治療的。

我相信她們得到一個信念：原來癌症並不可怕，更不會感到孤單。因為有家人、朋友和很多團體都陪伴著她們一起走這條漫長的道路！

## 活動花絮

### 2017-2019年度第八屆委員會成員名單

主席	：林惠娥
副主席	：[外務] 何艷芳、[內務] 張慕賢
秘書	：胡坤秀
司庫財政	：劉淑娟
行政	：譚麗容
義工及醫院服務統籌	：陳淑華
義工關懷服務	：李美娟
康樂	：翟桂萍、陳錦秀、江玉英
資訊	：劉淑娟

3月11日是「向日葵」廿一周年新春聚餐暨第八屆委員就職典禮，當晚於鑽石山「聯盛宴」筵開十七席，嘉賓、會員濟濟一堂，大家有說有笑，十分歡樂。其實大家有沒有想過歡樂背後的花絮，今次就讓筆者以籌委會成員身份跟大家分享一下活動背後一些鮮為人知的點滴。



由於我們的長者會員較多，聚餐地區及場地選擇是很重要的。籌委會希望選擇一間交通便利，方便長者朋友前來的酒家。由於酒家位於市中心，港鐵站上蓋，在商場內亦不受天氣影響，加上與酒家合作多年，關係良好，所以籌委會早在半年前已跟酒家洽商酒席事宜。菜式方面，現今百物騰貴，酒席價錢亦提高了不少，對我們這些慈善團體來說，真的有點兒昂貴。幸好酒家知道我們是非牟利組織，經費得來不易，與我們多年來合作愉快，所以亦願意在價錢方面給予一些優惠。

去年年底，籌委會已開始召開會議，從邀請嘉賓、聯絡贊助商、安排枱獎和抽獎禮物、印製場刊、製作會場DVD、聯絡義工，到計劃當天流程、草擬司儀講稿等等，每一細節一絲不苟，前後經過多次會議，才可完成籌備工作。由於今年也是委員會換屆，所以亦增設會員投票環節。光是司儀組合已有大會司儀、選舉司儀及抽獎司儀，各組司儀事前均要開會、準備講稿及綵排，花上的時間真不少。

在選擇禮物包內的物品方面，礙於經費有限，禮物價錢不能太昂貴，亦考慮到實用及方便攜帶，最終揀選了比較輕便的麵條。曾經有一年，籌委會把麵條改為一小袋白米，大家都覺得不會太重。豈料，當義工進行禮物袋包裝時，搬運就得花上很大的力氣，真是經一事，長一智。而贊助商提供的小禮物，是由外務副主席逐家商戶詢問才能得到。由於籌委會希望每一位到場朋友也能得到禮物，所以枱獎方面安排了十二份，雖然不是名貴東西，但總算人人有份，永不落空，大家開心。

在會慶當天，籌委會成員及義工一早已到了會場準備。最忙碌的工作要算是包裝禮物包。一人一份，內有多種東西。當天的新娘房便成了我們的小貨倉，堆放着各樣禮物及物資，義工們利用數張桌子擺放成類似工廠的生產鏈，大家分工合作，發揮團隊精神，井井有條地把禮物包裝入袋，不消一會兒便大功告成。其他義工，有的負責接待處的工作，有的負責協助每枱進行投票。在這裡要再次代表籌委會感謝當天有份參與工作的義工朋友，沒有你們的幫忙，當天的活動不會進行得這麼順利、成功。請為大家的努力鼓掌！

六時左右，會員們陸續到來，儘管我們已有既定的流程表，但礙於有一些難以控制的外在因素，往往並不是每一環節都能完全按照既定流程或計劃進行，這時便需要靠司儀、會場監督及主席按當時情況作出調動。



經過筆者這次分享後，希望大家知道在一場歡樂聚餐的背後，其實是由一班義工花了數月時間準備。事情未必能盡善盡美，但起碼大家已盡力去做，如有任何招待不周，望各參加者多多包涵。若你看罷這文章，亦想於明年參加會慶聚餐，除享用美味佳餚之外，也參與籌備過程，歡迎隨時加入成為義工一份子。

## 『義務工作分享會暨新春聯歡』後感

林雲儀

今年我第一次參加九龍中醫院聯網及病人資源中心舉辦的「義務工作分享會暨新春聯歡」，當日筵開30多席，義工們濟濟一堂，氣氛熱鬧，大家在歡樂中渡過。



當日有很多活動，進入會場後，可與財神合照，我亦不甘後人，上台與財神一齊拍照，留下美好的回憶。活動正式開始，由盧志遠醫生致歡迎詞，隨後有嘉賓及義工分享做義工的體會及心得。接下來有祝酒儀式及財神到每席派利是，利是內是新年祝福語的字條。當日的菜式十分豐富，亦有枱獎及大抽獎，中獎的義工開心地上台領獎，大家也感受到她們的喜悅。我雖然沒有中獎，但每位出席義工都有一袋由大會致送的禮物包。

當日的「廣告時段」令我印象最深刻，這個環節由每個義工團體介紹自己的團體服務宗旨及對象，總共有14隊參加，設有「最具創意大獎」及「最佳演繹大獎」。每隊參賽者利用10分鐘時間，介紹自己的服務，各人施展渾身解數，落力演出。我們的「向日葵」義工，透過話劇形式，再加上道具向日葵花，獲得全場掌聲。當公佈成績時，眾望所歸，我們獲得「最具創意大獎」，而「最佳演繹大獎」則有雙冠軍，「向日葵」亦兼得這個獎項。

我很欣賞今次團拜的活動，特別是「廣告時段」這個項目，令我們清楚了解每個團體的服務性質，而聚會亦在開心愉快的氣氛中完滿結束。

# 淋巴水腫之手術處理

東華醫院整形外科 廖軒麟醫生

## 什麼是繼發性淋巴水腫？

- 淋巴水腫是指因為淋巴液異常滯留引起的腫脹。
- 繼發性肢體淋巴水腫是在乳腺癌和婦科癌症治療後常見的併發症。這種情況是因為腋窩或盆腔的淋巴阻塞所造成。
- 如同身體其他的器官，淋巴組織在受到破壞(例如：癌症手術或放射治療)之後是不會再生。因此，淋巴阻塞所引致的水腫是永遠不會自行消失。

## 淋巴水腫的階段

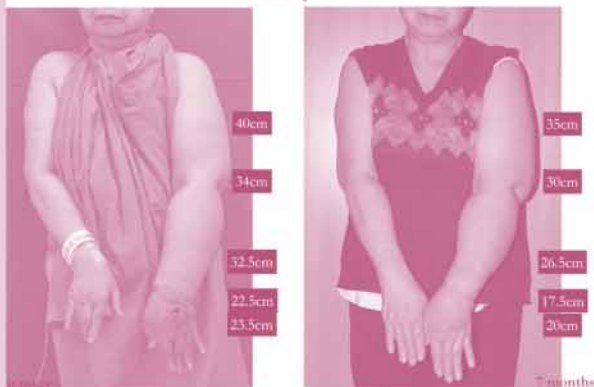
- 淋巴水腫可分為早期和晚期。
- 早期的水腫是可逆性，皮膚沒有纖維化或增厚。相反，晚期的水腫是非可逆性，皮膚有纖維化或增厚，水腫也比較嚴重。
- 淋巴水腫為患者帶來很多日常生活的不便。當中包括：反復的皮膚感染，持續的淋巴滲漏。過大的肢體可引致患者行動不便及迴避社交生活。
- 此外，惡性淋巴管肉瘤是一種由慢性淋巴水腫引起的罕見而致命併發症。

## 淋巴水腫的治療

- 早期的淋巴水腫，可通過保守治療控制。保守治療主要是加壓療法。這是由經驗豐富的物理治療師主理。
- 至於晚期淋巴水腫，物理治療對病情的幫助比較有限。肢體大小往往無法單靠物理治療控制。

與  
你  
相  
關

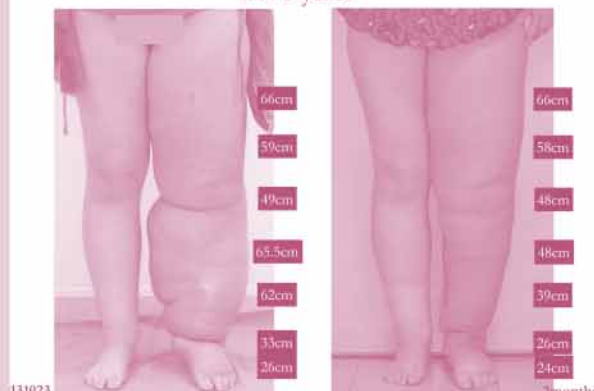
72/F CA Lt breast post-OT/CTRT 2008 ISL II  
LE 6 years



(手術前)

(手術後)

37/F CA cervix post-OT/CTRT 2004 ISL late II  
LE 8 years



(手術前)

(手術後)

## 淋巴水腫手術

- 隨著顯微手術的進步，現在可以透過顯微外科手術或皮瓣重建手術來治療淋巴水腫。
- 東華醫院是首家為淋巴水腫患者提供顯微外科手術治療的醫院。
- 顯微外科手術包括淋巴管靜脈吻合術和淋巴移植手術。
- 淋巴管靜脈吻合術是將細小的皮下淋巴管連接到皮下靜脈，以繞過淋巴阻塞，重建正常的淋巴回流。淋巴管靜脈吻合術對於早期淋巴水腫比較有效。
- 手術可以在局部麻醉下進行。手術時間大約為二至三個小時。
- 淋巴移植手術是另一種治療淋巴水腫的新方法，此手術需要顯微外科和皮瓣重建手術的技術。
- 對於上肢淋巴水腫，我們會從患者的腹股溝提取淋巴結皮瓣。此皮瓣將被移植到腋窩淋巴阻塞的位置。
- 對於下肢淋巴水腫，我們會從患者的下頸或腋窩提取淋巴結皮瓣。此皮瓣將被移植到腹股溝淋巴阻塞的位置。

## 淋巴移植手術的原理包括：

1. 被移植的淋巴組織具有吸收作用，它可以吸收多餘的淋巴液；
2. 被移植的淋巴組織所釋放的生長因子，可以刺激移植區淋巴管的生長，以緩解淋巴阻塞。

手術是在全身麻醉下進行。手術時間大約為四個小時。

## 淋巴水腫日間綜合護理服務

- 東華醫院於2015年10月，設立了全新的一站式淋巴水腫日間綜合護理服務。
- 該服務有整形外科醫生，專科物理治療師和專科護士參與。淋巴水腫患者可以在該日間服務接受醫生諮詢，物理治療，病情評估以及得到淋巴水腫的最新資訊。
- 現時，日間綜合服務正在接受轉介。有需要人士，請將轉介信帶到我們的中心。

# 溫馨提示

## 向日葵會員2017至2018年度續會通告

2017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	2017年4月1日至2018年3月31日	一般會員 \$30 長者及綜援會員*\$15
二年	2017年4月1日至2019年3月31日	一般會員 \$60 長者會員 \$30
三年	2017年4月1日至2020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：

1. 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）

星期一（晚上7:00至9:00）及

星期六（上午10:00至下午1:00）

2. 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2017年1月1日至2017年3月31日期間入會，其會籍有效至2018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。

### 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	✗	✗	✗

# 活動推介

日期	活動名稱	對象	時間	活動地點	報名 / 查詢	費用
20/8/2017 (星期日)	迎新會	新加入向日葵 之會員	下午 1:00 – 2:30	黃大仙 癌協服務中心	向日葵當值 職員/義工 3656 0838	免費
20/8/2017 (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 2:30 – 4:30	黃大仙 癌協服務中心	向日葵當值 職員/義工 3656 0838	HK\$20

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。

## 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)  
星期一 (晚上7:00至9:00)

溫情專線: 星期一 (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

## 捐助名單 (2017年1月至3月) 鳴謝

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#

張慕賢女士#

翟桂萍女士#

江玉英女士#

李美娟女士#

廖谷逢女士#

#物資捐助

伊利沙伯醫院病人資源中心

愛美麗 (香港) 有限公司

雀巢香港有限公司#

社會福利署

傅惠霖醫生

林日珍女士

張佩怡小姐

麥展欣女士

徐慧襄小姐

(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

陳楚環

王秋琮

伍慧賢

陳錦秀

劉淑娟

高詠詩

楊行宜(癌協社工)

黃麗賢(QEH 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： <input type="checkbox"/> 地址 <input type="checkbox"/> 電話號碼(手提/住宅) <input type="checkbox"/> 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) <input type="checkbox"/> 香港 <input type="checkbox"/> 九龍 <input type="checkbox"/> 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>

