

Apr-Jun 2010

### 顧問 CONSULTANTS

- 勞永樂醫生 傳染病專科醫生  
Dr. Lo Wing Lok
- 嚴秉泉醫生 心胸肺外科專科醫生  
Dr. Anthony P. C. Yim  
Hon. Professor of Surgery, The Chinese University of Hong Kong
- 王國耀醫生 心臟專科醫生  
Dr. Chris K.Y. Wong Specialist In Cardiology
- 李家仁醫生 兒科專科醫生  
Dr. David Ka-Yan Lee
- 鄭志偉醫生 泌尿科專科醫生  
Dr. Michael Cheng
- 郭妙芳醫生 心臟專科醫生  
Dr. Jennifer Kwok
- 林禮根醫生 整形外科專科醫生  
Dr. Lam Lai Kun Specialist in Plastic Surgery
- 蘇平輝 牙科醫生  
Dr. So Ping Fai Alfred, Dental Surgeon
- 金德維 脊骨神經科醫生  
Dr. David T. W. King Doctor of Chiropractic
- 梁沛錦教授 中國健康工程引發基金主席  
Prof. Leung Pui Kam
- 張仁傑博士 自然療法醫師  
Dr. Y. K. Cheung
- 曾遠和博士  
香港大學專業進修學院健康及應用科學學部客席副教授  
Dr. Warren Y. W. Tsang  
Adjunct Associate Professor, SPACE, The University of Hong Kong
- 唐海誼博士  
澳門理工學院 高等衛生學校診療技術課程主任及副教授  
Dr. Tong Hoi Yee, Henry  
Associate Professor/Biomedical Science Programme Coordinator  
School of Health Sciences, Macao Polytechnic Institute
- 李偉民律師 香港執業律師  
Mr. Maurice Lee Solicitor, Hong Kong
- 楊剛先生  
Mr. Dominic K. Yeung
- 查錫我先生  
Mr. Char Shik Ngor, Stephen

- |           |                                 |
|-----------|---------------------------------|
| 出版人       | PUBLISHER                       |
| 黃綺雯       | ALICE WONG                      |
| 企業發展總監    | BUSINESS DEVELOPMENT CONTROLLER |
| 林旭華       | PETER LAM                       |
| 編輯部       | EDITORIAL                       |
| 生命力編採委員會  | VITALITY EDITORIAL BOARD        |
| 市務及廣告     | MARKETING & ADVERTISING         |
| 楊麗芬       | LORNA YEUNG                     |
| 余鳳玲       | CARMON YU                       |
| 美術設計      | DESIGN                          |
| 黃振基       | ALEX WONG                       |
| 出版        | PUBLISHING                      |
| 生命力出版有限公司 | VITALITY PUBLICATIONS LTD.      |



香港九龍灣臨興街21號美羅中心第二期20樓2027室  
Unit 2027, 20/F, Metro Centre II, 21 Lam Hing Street,  
Kowloon Bay, HK  
Tel : 3527 0518 Fax : 3152 2552

Website : www.vitality.hk Email : enquiry@vitality.hk

Vitality is registered with the Hong Kong government. Nothing may be reprinted or utilized in any form or by any means without written permission from the publisher.

《生命力》健康雜誌受國際及地區版權法保障，未經出版人書面許可，任何圖文均不得全部或局部轉載、翻譯或重印。

本健康平台內容並不構成法律及其他專業意見，故不承擔任何法律責任。

《生命力健康平台》並沒有以「生命力」名義代理或出售任何健康產品，亦沒有進行任何傳銷活動。如有任何人士或機構假冒本公司／雜誌名稱進行以上行為，本公司將保留追究法律責任之權利。



p.18



p.10



p.30

### 健康潮流 / Vital Trends

- 4 香港眼科醫學院聯同香港眼科學會舉辦「戰勝糖尿眼」活動 喚起公眾對此致盲殺手的關注和認識
- 6 九成煙民戒煙不得其法 單憑意志力易失敗 專家指吸煙乃疾病 籲煙民及早求醫
- 8 浸大中醫藥學院牽頭編寫 權威中醫藥英文教科書

### 話題 / Vital Topic

## 10 營養標籤新法例 慎防「變營」陷阱

### 政策面面觀 / Viewfinder

## 14 美國醫療體系：昂貴而多缺點 改革成敗難料

### 醫保 / Insurance

## 16 購買醫保 寧早莫遲 申報病歷 切莫遺漏

### 山水相逢 / Vital Leisure

## 18 從上海世博 看城市未來

### 中西大不同 / East & West

## 30 健康、五臟中西看：肝臟

### 活動 / Vital Activities

## 34 肝要Keep Fit 也要淨 肝臟保健資訊講座報導

## 36 光輝歲月流金頌 油尖旺區活動 提高生活質素 有效分配醫療資源

## 39 光輝歲月流金頌 深水埗區活動 「出入平安」 由提高警覺及安全意識做起

### 食療 / Vital Life

## 40 百般武藝集一參

### 特刊 / Vital Issue

## 42 意味深「腸」 消化系統 常見疾病(二)

《生命力》雜誌內刊登之圖文，僅代表作者個人之意見，並不代表本刊立場。任何在本刊內刊載的資料，僅供參考，不帶任何責任，讀者如有任何疑問，必須諮詢醫生或有關專業人士意見。

我們會將廣告的部分收益捐獻給慈善團體，讓更多人得到幫助。我們亦會將每年的利潤部分回饋社會，讓更多人分享生命力的健康成果。

# 高錕的啟示： 正視老年癡呆症

光纖之父高錕去年獲得諾貝爾獎(物理)，令他一時之間人氣急升。其實高錕的成就早已被肯定，諾貝爾獎只是錦上添花一若沒有光纖技術，互聯網就不能極速運行，想想現時互聯網對已發展社會的重要性、對我們生活的深遠影響，就知道高錕的貢獻絕對是劃時代。雖然高錕構想這技術時根本未有互聯網這回事，但他肯定看到未來社會的資訊需要極速傳遞，才會努力不懈去尋找可以製造他心目中「數據光速通道」的物料。

是以高錕獲獎的迴響只是傳媒「趕熱鬧」，並不重要；反而他的近況被廣泛報導，令老年癡呆症患者得到更多關注，才是有建設性的事。歷史不會忘記高錕，高錕卻只能逐漸忘記自己的歷史，而這病症誰都有機會罹患，不論天才或庸才，甚至不限於老年人。但當然，老年人患上的比率相對極高，亦因此容易令人忽視此症的存在：不了解此症的人會以為老人家記憶力減退是正常現象，不會帶他求診，所以患者數目往往被低估。

老年癡呆症患者多是六十五歲以上，隨年紀愈大，罹患的機會亦愈高。據統計每十名六十五歲以上人士便有一人是患者，而由於隱形患者未計在內，實際數字肯定更高。此症成因不明，最可怕之處是病情無法逆轉，只會不斷轉差，所有醫治及訓練手段都只能減慢惡化速度，不能根治。患者除了智力及記憶力逐漸退化，性格也可能會改變，情緒亦可能變得不穩定。

照顧老年癡呆症患者極不容易。當然，所有慢性疾病除了影響當事人，亦會影響其家屬，是以所有病人自助、互助組織都很重視對家屬的支援。但老年癡呆症患者的家屬壓力更大，因為患者活動能力無礙卻又會忘記家居生活細節，在家中易生意外，出外則容易走失，由於可能記不起自己名字(連地址電話)，無法求助。患者逐漸忘記照顧他的親人是誰，亦令親人甚為難受，甚至可能因病情影響變得暴躁、經常辱罵身邊的人。

筆者曾訪問香港老年癡呆症協會的負責人，她表示中心的日間託管服務除了能為患者提供適當的訓練活動，亦能舒緩照顧者的壓力，而協會亦設有家屬互助小組、關顧組、輔導服務，力求給予家屬生活及精神上的支援。而香港賽馬會慈善信託基金亦早於2000年資助成立賽馬會耆智園，透過綜合服務形式，除了為癡呆症患者提供適當的社交及心理活動，減慢認知能力的衰退速度，亦希望可以舒緩患者家屬的身心壓力。耆智園於四至七月更舉辦癡呆症的重新命名比賽，結果將於十一月公佈，屆時我們再為大家報導吧！

《生命力》編輯部

2010年6月