

新冠肺炎肆虐－同行防疫散記

節錄自李疊寅來稿

新型冠狀病毒肺炎（COVID-19，以下簡稱「新冠肺炎」），疫情從去年12月開始，至今年年初迅速擴散至全球！由於病毒潛伏期多達、甚至超過14天，期間感染者未必有發燒或其他感染跡象，致構成容易將病毒傳染給他人的風險。

醫管局因應新冠肺炎情況，於1月25日宣佈提升應變級別，公立醫院相應啟動「緊急應變級別」以加強感染控制。措施包括從翌日起全面暫停探訪安排；進入醫院及診所範圍必須佩戴口罩；暫停所有醫院義工服務及臨床實習安排。

本會亦因應以上的措施及個人防疫需要，全面暫停會務等相關活動，例如常務會議、康體小組活動、義工探訪及春節聯歡晚會等，直至另行通告為止。

共抗疫情 限量防疫包供會員登記領取

本會與腎友共抗疫情，感謝各界團體及人士送出防疫物資。品種多元及數量亦有所不同，已由本會集合製作成防疫包，內容包括口罩、搓手液/濕紙巾及酒精消毒紙。



共約500份免費防疫包已於2至3月份分階段悉數免費派發給基督教聯合醫院及將軍澳醫院會員及非會員腎友。希望藉著此次行動能幫助到有需要的腎友，共渡疫情。

非常感謝各界人士、團體及社福機構於疫情嚴峻期間，慷慨捐助款項及物資給本會腎友應急，特此鳴謝以下機構及熱心人士：

社會福利署
社福聯合陣線
宣道會恩樂堂
宣道會希伯崙堂
基督教豐盛生命堂
基督教關懷無家者協會
電視廣播有限公司
百利達健康器材有限公司(Tanita)
美豐化粧品有限公司
美國兆行有限公司(理的)
香港地產學會
香港地產學會慈善基金
中區街坊福利會
陳漢賢伉儷慈善信託基金
Mission M Foundation
The Stepping Stones Tutti Limited (SST) 背包事工

朱銘謙 腎醫
溫先生(腎友朱惜琮家屬)
將軍澳太極班組員
教會傳道人蔡姑娘
何楊琪梅女士
張慧慈姑娘
何惠玉姑娘
李俊銘
喬太太
張女士
周小姐
盧小姐
黃小姐
林小姐
黃嘉欣

Tyson Wong
Teddy
Ms Marie Ng
Cora
Ada Lee
雪媽
Hison
Yoki 事工

(排名不分先後)

疫境同行·陳貝兒陳庭欣送暖到康寧腎友會

無線電視「東張西望」節目，發起疫境同行物資配對行動，得到多家機構響應，其中一輯報導有日本健康用品公司送出酒精搓手液，連同本會獲其他機構贈送的酒精濕紙巾及口罩等「防疫三寶」，給康寧腎友會會友，並安排藝員陳貝兒和陳庭欣到場協助分發。



上述機構送出的防疫物資，於交收上需要特別安排，由於醫院現正啟動緊急應變級別措施，故此物資的寄存、分揀及包裝等處理，只好借助會友及職員的家居進行。防疫物資派發當日，地點安排在基督教聯合醫院旁的秀雅道足球場舉行，電視台派了攝製隊到場拍攝活動狀況。

瀏覽節目片段請登入：<https://youtu.be/aWspzIXzRmY>

疫情下腎友口罩嚴缺 腎科姑娘邀請義工黃夜縫製布口罩應急

新冠肺炎爆發，疫情引起全城關注，市面出現一片瘋狂搶購口罩的熱潮，在一罩難求的情況下，雖然自製口罩未必能夠完全阻截病毒，但仍有幫助。由於腎友於每次進行洗血或腹膜透析期間更換透析液時（每天3至4次），都需要配戴口罩以防飛沫污染，而事實上在我們認識的腎友家庭之中，不乏經濟拮据、老弱及行動不便的情況。

有見及此，有腎科姑娘邀請友人於短時間內，連夜趕製了六十枚布質口罩，成品交本會處理，讓會友解燃眉之急；同時亦呼籲大家於外出或在治療過程時，盡量佩戴合規格的外科口罩。



腎友聯同心抗疫，願健康歸香港



早前市面上的口罩、消毒用品被搶購或炒賣。2月24日的有線電視新聞，採訪在疫情下洗腎病人張羅口罩等消毒用品的苦況，受訪者表示差不多每天都四處搜購洗腎的必須品，慨嘆莫說口罩，甚至連用來洗傷口的酒精也買不到！

有見及此，末段並報導了腎友聯將收集到由社會人士捐助的防護物品，分階段派發給有需要腎友的資訊。從2月份到執筆日，腎友聯已安排了五輪「愛在疫症蔓延時：免費防疫物資」，領取地點分別安排在香港復康會核下，屯門大興邨、鯪魚涌康山花園及九龍橫頭磡的「社區復康網絡」派發，反應非常熱烈。

瀏覽片段請登入：<https://www.youtube.com/watch?v=ZoXQCT3JI9Q>

新冠病毒香港腎友支援行動及基金 外科口罩贈逾萬病友

末期腎衰竭患者由於病人多為年長者，加上他們需要接受透析治療，是故口罩、消毒酒精、火酒潔手紙和消毒搓手液等，是他們日常接受替代治療時的防感染必需品。新冠肺炎疫情爆發後，相關物資非常短缺且價格暴升，腎衰竭病人是高危一族，亟待社會人士施以援手。香港腎臟基金會、香港腎科學會及香港腎科護士學會聯合成立「新冠病毒香港腎友支援行動及基金」，籌募善款購買防疫物資，派送

給全港11,000多位接受治療的腎衰竭病人，初步籌得一百萬元善款，預算購買275,000個外科口罩，每人可獲發25個。



(星島日報)

醫護專欄 — 黃思豪顧問醫生

新冠肺炎像海嘯般忽然來襲，令中國、香港、以至全球都受到重大的衝擊，並陷入嚴重的混亂之中。學校停課，交通停運，商業活動停止，城市封城。多少繁華的大都市，熙來攘往的街道，一下子變得清冷、沉寂下來。另一邊廂，醫院裡，醫護人員卻忙得不可開交。不斷湧進的病人，有限的醫療資源與人手，不足夠的醫護保護裝備，令人疲於奔命的工作量，與及經常與死神擦身而過的壓力，令到很多國家的醫療系統承受極大壓力，甚至瀕臨崩潰邊緣。病毒向全球迅速擴散，轉眼已遍佈各個大洲。執筆之際，全球確診人數已達323萬，死亡人數超過22萬。

在香港，及至一月中的時候，由於內地疫情越來越嚴峻，醫管局已大有山雨欲來之感。所以在腎科方面，中央腎科委員會已開始統籌各個腎科單位作出準備。我們迅速製定給腹膜透析病人的防疫指引，及每一個腎科單位內的感染控制措施，與及在疫情下腎科服務的安排。由於我們的腎友，不論是正在洗腎，或已換腎而正在服用抗排斥藥的，抵抗力都是比較低。他們較易受到感染，染疫後病情亦有機會較嚴重。再者，如果在腎科單位或洗腎中心發生大爆發，後果將不堪設想。所以醫管局的腎科單位，都是以嚴陣以待的心情與態度去面對。

在爆發初期，搶購口罩、酒精搓手液、米與及廁紙等日用品的情況，相信大家仍然記憶猶新。我們的腎友首當其衝，因為口罩與及酒精搓手液，正是我們家居洗腎的腎友，每天都要用的「日用品」。我們也接到我們腎友向我們求助，說買不到口罩及酒精搓手液。但是這些物資，醫院也是無法提供給腎友的，如何是好呢？我們即時聯絡了醫院的復康店，跟他們商量，如何可以供應這些物資給我們的腎友。口罩方面，我們也有些腎科護士主動幫忙，聯絡義工縫製布口罩給腎友應急。

在此困難時期，康寧腎友會幹事急大家所急，立即行動，四出奔走，為腎友搜羅物資，製作成防疫包，多次派發給腎友，充份發揮腎友守望相助的精神。腎友會成立的目的與理想，給我們的幹事真真正正的活了出來。也幸有社會上不同的善心人士、慈善團體的積極幫忙支持，當中包括腎臟基金會，腎科學會，腎科護士學會等出錢出力，為腎友購買、籌集物資，幫助我們的腎友一起去應對渡過這一個難關。香港腎科醫護與病人的關係一向密切，腎科病人的健康與福祉都常常在我們醫護人員的心中。

在疫情中，優秀的香港人又再一次發揮獅子山下精神，有智慧，有決心，有努力，有紀律。在疫情爆發之初就已經做對了事情。全民戴口罩，勤洗手，保持社交距離。篩查隔離可疑及密切接觸者。在醫院內，我們重整服務，調撥資源，全力照顧患者，控制疫情的發展。在基督教聯合醫院，我們已先後有多位腎科醫生參與隔離病房的工作，有些已完成任務，健康歸來。在全港上下一心下，香港在抗疫上交出亮麗的成績。在一個如此人口密集的都市，到現時為止我們沒有大型的社區爆發。我們的低感染率，與及超低死亡率，被國際醫學/科學機構評為全球抗疫最成功地區之一，並要向香港學習我們的做法與經驗。

而在基督教聯合醫院腎科，抗感染一直是我們的重要工作。在腹膜炎控制方面，國際腹膜透析學會建議一個理想的腎科單位病人腹膜炎的發病率應低於每年0.5次(即每兩年一次)。在我們全組醫護人員努力下，基督教聯合醫院腎科部門洗肚病人的腹膜炎發病率在去年年尾已經達致每人每一年0.26次的成績(即每3.8年才會發生一次)。及至今年首三個月，雖然新冠肺炎爆發，但本部門的腹膜炎發病率，更進一步低至每一年0.19次(即5.3年才發一次)，令人欣慰的成績，並刷新本部門的紀錄。



醫護人員在病人選擇透析治療，以致訓練及跟進的功夫當然功不可沒，但我相信一個更大的原因，就是病人更加着重防感染的措施。常戴口罩、勤洗手、把家居保持得比以前更乾淨、減少外出，從而減少一切受感染的途徑等。從這些經驗告訴大家，只要大家很認真努力去執行防感染的措施，是可以很有效的將感染的風險降低。將來就算肺炎過去，大家都仍然要繼續努力哦！

最後，新冠病毒疫情始終仍未過去，世界上很多地方的情況仍然嚴峻，我仍然要提醒大家繼續謹守一切防感染的措施，不要鬆懈。只要我們大家攜手努力，風暴終將過去，美麗燦爛的艷陽天終會來到。在此我代表全體聯合醫院腎科部門的醫護向大家作出深切的問候。無論前面的路如何，我們也會陪你們一起走過。祝大家常常都平安、幸福、健康。

微電影《糖為誰控》 黃思豪醫生及譚雋熹醫生粉墨登場

本港兩宗新冠肺炎死亡個案均為糖尿病患者，糖尿病患者或面對比普通入更嚴峻的處境。香港糖尿聯會及香港腎科學會早前攜手合作製作微電影《糖為誰控》，並於3月4日開始播出。故事內容講述兩位患有糖尿病的長者嫲嫲和陳伯，後者更需要長期洗腎，他們與孫兒相聚的情節，從中帶出積極控糖護腎是愛自己、愛家人的行為。



瀏覽節目片段請登入：<https://youtu.be/WbkV2o2gtrg>

譚雋熹醫生粉墨登場飾演世侄；黃思豪醫生在「醫生話你」環節中，講解糖尿腎知多D。

本會「腎友健康生活教育營」活動取消

本會原定於2019年11月16-17日假保良局賽馬會北潭涌度假營舉行之「腎友健康生活教育營」活動，因社會運動，遺憾地臨時取消，希望將來能再舉辦類似活動，與腎友們舒展身心。

受新冠肺炎疫情影響，本會已取消/暫停舉辦或參予之活動

- 1 原定2020年1月14及15日前往基督教聯合醫院及將軍澳醫院之新春病房探訪已取消。
 - 2 原定於2020年2月22日舉行的「鼠歲喜臨福滿門聯歡晚會暨健康講座」因肺炎疫情，經本會幹事會議決，取消是次活動。
 - 3 本會於觀塘、將軍澳、藍田的恒常運動班受疫情影響，2020年2月至5月期間暫停舉行，後續安排仍有待各方商討，如有進一步消息，定當盡快通知各班組組長。
 - 4 本會由2020年1月份起暫定家訪小組出勤，直至另行通知。
 - 5 原定報名參加之香港花卉展覽2020及[世界腎臟日在香港]活動已取消。
- 本會待恢復正常運作後，定必繼續為腎友們服務，請各位踴躍支持！

兩院腎科健康講座 暨 2020-2021 年會員大會

同樣受肺炎疫情影响，原訂每年5月舉行之健康講座暨2020-2021年會員大會，將順延至今年8月22日(星期六)假基督教聯合醫院 K 座演講廳舉行，詳情請留意本會通告，查詢：9305 7207 陳小姐。

免收 2020-2021 年會費

經本會幹事會議決，將免收2020-2021年度康寧腎友會會員續會費，已繳交該年度會費之會員及家屬會員，其會費將順延至2021-2022年度。查詢：9305 7207與陳小姐聯絡。

募集物資

我們積極響應環保，讓物件可重用，本會呼籲腎友或家屬，將性能良好的暖板、中間喉、消毒蓋等物資交予本會，轉贈予有需要人士。查詢或聯絡：9305 7207本會職員。

鳴謝捐款

廖少華	HK\$8,120	黃燕霞	HK\$1,500	梁光榮先生每月捐款HK\$200
黎汝鴻	HK\$3,000	李俊銘	HK\$300	
陳寶玲	HK\$4,600	劉順賢	HK\$15	

<<康寧會訊 2020/2 >> 2020年5月發行

康寧腎友會 - 社團註冊非牟利慈善機構

基督教聯合醫院 腎科病人自助組織

地址：觀塘協和街130號 基督教聯合醫院Q座2樓 健康資源中心 代轉

電話/WhatsApp：9305 7207 陳小姐（辦公時間）

網址：www.hlrc.org

電郵：info@hlrc.org

- 編輯委員會：馬陳光、張漢榮、張翠芳、陳佩娟
- 編輯顧問：何耀榮醫生、黃思豪醫生、鄭詩意醫務社工
- 活動攝影：何耀榮醫生、張善斌、姚國英、李疊寅
- 文章內容及圖表均為作者個人意見，並不代表本會立場
- 鳴謝：基督教聯合醫院腎科、將軍澳醫院血液透析中心 鼎力支持

私隱條例說明：<<康寧會訊>>為一份腎科病人自助組織的資訊刊物，定期委託基督教聯合醫院及將軍澳醫院腎科代為郵寄給本科病人。若閣下不欲收取，請致電9305 7207通知本會職員。

