髓康會會訊(第93期)

熱線 : 6239 0025
本會電話: 3656 0822　　傳真 : 3656 0920
網址 : www.bmtpa.org.hk
電郵 : bmtpa1993@yahoo.com.hk
地址 : 九龍黃大仙下邨龍昌樓地下C翼2-8號
HK Bmtpa facebook

贊助機構 :
癌症基金會 CANCERFUND 抗癌路上不孤單

活動預告　　歡迎取閱

髓康繽紛日2018

本會正在籌備大型聚會-髓康繽紛日2018，邀請嘉賓及捐髓人出席，讓受髓者與捐髓者帶同親友共聚一堂，分享重獲健康的快樂，藉此向捐髓者及醫護人員致敬，並向親友宣傳骨髓捐贈登記。歡迎邀約你的捐髓人及家人參加。

日期: 2018年8月19日(星期日)
時間: 上午11時至下午3時
地點: (地點待定)
名額: 200人
內容: 包括午膳、表演、相聚分享、展覽及攤位遊戲等。
費用:

1) 會員、附屬會員及其首名陪同人	$100/位
2) 骨髓捐贈者及首名陪同人	免費
3) 其他陪同人	$200/位

報名: 詳情稍後於本會Facebook及網頁公佈，密切留意。

如何向你的非血緣捐髓人表達謝意?

若接受非血緣骨髓移植的病友，可於移植一年後向所屬醫院醫護人員或透過本會向紅十字會輸血服務中心轄下「骨髓捐贈資料庫」申請，由紅十字會安排與捐髓者通訊或約見。若捐髓者為香港以外人士，則須獲當地相關機構同意，始可作往來通訊。

【血科治療新趨勢及禁忌】講座暨心聲交流

由血液及腫瘤科護理部、心血會、髓康會及瑪麗醫院癌症病人關顧支援組合辦

日期：2018年5月11日（星期五）
時間：下午2時30分至4時30分
地點：瑪麗醫院癌症中心二樓活動室
講者：喬夏利醫生（香港大學內科學系臨床助理教授、血液及血液腫瘤科專科醫生）
對象：血液腫瘤科患者及其家屬
內容：1. 講解血科治療新趨勢及禁忌
2. 問答時間
3. 心血會及髓康會康復者分享復康心得

義工工作坊

日期 ： 2018年5月20日(星期日)
時間 ： 上午10時30分至下午3時30分
地點 ： 黃大仙癌協
費用 ： 免費(包括午餐)
主持 ： 癌協社工黃金鳳姑娘
主題 ： 1) 義工的動力
2) 團隊的協作
內容 ： 以遊戲方式進行互動分享。
歡迎新舊義工參加，共渡愉快時光，共同推進會務。

皮革製作班-初班(2)

日期: 2018年6月23日(星期六)
時間: 下午2時至4時
地點: 黃大仙癌協服務中心
九龍黃大仙下邨龍昌樓地下C翼2-8號
(黃大仙港鐵站C出口)
名額: 15人(首次參加者優先，額滿即止，快速行動)
費用: 會員HK$60 非會員HK$100（已包括材料費）

兩年一度的移植運動會又到了!

由香港移植運動協會主辦的第四屆香港器官移植及透析人士運動會將於2018年11月3日至4日在將軍澳運動場舉行，比賽項目包括 ：
乒乓球、羽毛球、游泳、法式滾球、擲木球、競步、跑步、跳高及跳遠等。另門球，保齡球及飛鏢比賽則會在較早時間舉行*(敬請留意賽事日期)。

報名表格及運動會章程可透過以下方式索取:

1. 直接登入www.hktsa.org 網址下載
2. 瑪麗醫院K4骨髓移植門診部袁詠詩姑娘
3. 於辦公室時間內致電本會3656 0822 彭姑娘

所有參賽者須填妥報名表格、參賽項目及個人聲明，交給所屬醫院由醫生填寫健康狀況證明，若符合要求便可參與。歡迎各位踴躍參加!!

截止報名日期為2018年7月15日，如欲了解比賽詳情，請瀏覽www.hktsa.org

活動剪影

狗年迎春聯歡會

一年伊始，萬丈更新，瑞犬迎春，如意吉祥！
本會的春節聯歡於3月3日舉行，會友們又共聚一堂，互相祝賀，細訴近況，共享佳餚。最開心是抽獎時間，人人有份，無一落空，大家愉快留影。

禪繞畫工作坊

如欲參閱更多照片請登入

facebook Bmtpa HK

迪士尼之旅

病人組織新春團拜2018

義工嘉許禮

醫訊

多發性骨髓瘤（漿細胞瘤）

多發性骨髓瘤（又稱漿細胞瘤）即漿細胞出現癌變，形成腫瘤。漿細胞是人體免疫系統的重要組成部分，正常B淋巴細胞轉化成漿細胞，負責製造抗體（又稱為免疫球蛋白），抵禦外敵，殺死病毒細菌。漿細胞生長失控，形成「漿細胞瘤」。癌細胞可影響全身骨髓，稱為「多發性骨髓瘤」。多發性骨髓瘤病發中位數約70歲，只有35%患者年齡在65歲以下。

常見病徵是骨質疏鬆導致骨痛甚至骨折，其他病徵則視乎受骨髓瘤影響的身體部位而有所不同。醫生會替患者進行一系列的檢查，包括骨髓活檢、骨骼掃描及驗血檢查副蛋白，症狀包括四種重要的診斷指標「CRAB」：

C代表鈣（Calcium）。患者骨骼受癌細胞影響致骨壞死，鈣質從骨入血，令血鈣水平上升，導致高鈣血症（hypercalcemia），患者尿量大增，出現脫水狀態。

R代表腎臟（Renal）。不少患者腎功能出現障礙，可惡化致腎臟衰竭。

A代表貧血（Anemia）。癌細胞侵入患者骨髓，影響造血功能，令紅血球數量減少導致貧血。

B代表骨骼（Bone）。癌細胞破壞骨骼，受侵蝕的骨骼易出現骨折。

及早確診並儘快接受適切治療是控制病情的關鍵，對骨髓瘤病變細胞的治療主要分為化療、標靶治療、免疫治療、放射治療及自體血幹細胞移植。

化療：用以殲滅骨髓中的骨髓瘤細胞。化療使骨髓瘤細胞無法分裂和繁殖。常用的有環磷酰胺（Cyclophosphamide）及美法侖（Melphalan），或需合併多種藥物以提升治療效果。

標靶治療（蛋白酶抑制劑－Proteasome Inhibitors）：蛋白酶抑制劑有助減少骨髓瘤細胞內蛋白質分解，令癌細胞死亡。這類藥物包括硼替佐米（Bortezomib）、卡非佐米（Carfilzomib）及伊克昔佐米（Ixazomib）等，當中硼替佐米是第一代蛋白酶抑制劑，適用於治療同時患有腎臟問題的骨髓瘤患者。

免疫治療：新方法免疫治療的藥物「達雷木單抗（Daratumumab）」針對骨髓瘤細胞上的蛋白CD38，使患者免疫系統重新識別癌細胞，將它殺死。它可與其他藥物同時使用，增強療效。

放射治療：一般用作支援治療，舒緩患者疼痛症狀。

自體血幹細胞移植：患者接受移植前，先接受高劑量化療殺死骨髓細胞，然後將先前從患者血液內收集的造血幹細胞，回輸自己體內，令健康骨髓重新生長。

若不幸確診多發性骨髓瘤，患者不應感到絕望，因為現時不但藥物較先進，醫療技術也多元化，治療選擇比以前多。根據臨床經驗，現時患者平均存活率較以前增加一倍，五年存活率亦有45%。此外，治療的副作用亦相對減少，有效提高患者在接受治療期間的生活質素。

撰文：梁憲孫教授

醫院探訪服務

活動名稱	日期及時間	詳情
關懷探訪	逢星期六 上午10時至 中午12時	認識同路人，分享經驗。 對象：住院病友 地點：瑪麗醫院骨髓移植中心及血液及腫瘤科病房
緣聚一刻 （門診探訪）	星期一或四 （每月一次） 上午10時至 下午12時30分	義工與等待覆診的病人作分享經驗，互相交流。 對象：瑪麗醫院骨髓移植中心覆診病友 地點：瑪麗醫院骨髓移植門診部
家庭會議 探訪	星期三 （每月二次） 下午1時至4時	義工在瑪麗醫院與準備接受骨髓移植的病友及其家屬，以過來人身份與他們分享骨髓移植的經驗。 對象：準備接受骨髓移植的病友及其家屬 地點：瑪麗醫院骨髓移植門診部

編輯寄語

梁嘉兒

已屆廿五歲的髓康會在大家的支持下，愈來愈有活力，熱哄哄的3月很忙碌，新春團拜後，又有迪士尼之旅。4月開始我們又密鑼緊鼓準備8月的髓康繽紛日，大家可提前預約血脈相連的捐髓人和家人，分享重獲健康的喜悅，更可藉此活動鼓勵更多人登記捐骨髓。

病患者需要關懷，辛勞的照顧者也需要身心支援，才能協助病友渡過難關。我們正在組織家屬支援組，五月的義工工作坊除了凝聚病友義工，也歡迎家屬參與，一同發揮助人自助精神。

會訊製作小組

編輯：梁嘉兒
排版：張凌珊
組員：黃錦漢 黃邦衛
張汝榮 李容弟
楊靜雯

髓康會顧問

梁憲孫教授 李卓廣醫生 趙健華醫生
鄺沃林教授 李國維醫生 梁如鴻醫生
詹楚生醫生 謝偉財醫生 區永仁醫生
嚴淑明醫生 袁詠詩姑娘 戴慧明姑娘
簡倩婷姑娘 陳漪瑩姑娘 方素君姑娘
（排名不分先後）

黃大仙癌協服務中心轉交髓康會
九龍黃大仙下邨龍昌樓地下C翼2-8號

印刷品