

樂晞園地 第45期

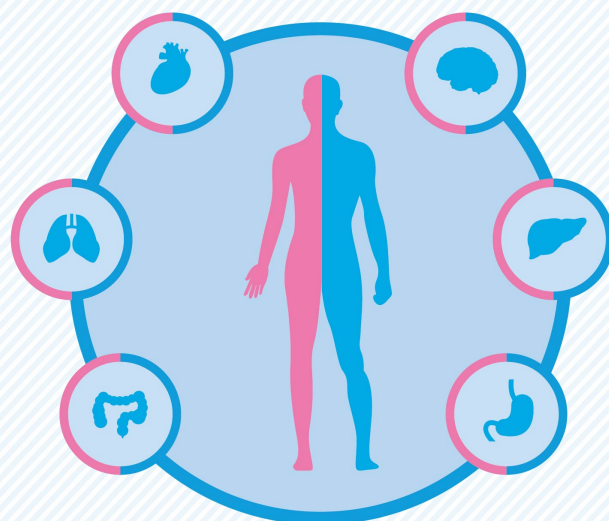


HONG KONG LUPUS ASSOCIATION
G.P.O. Box 13390 Hong Kong

樂 晞 會

Hong Kong Lupus Association
網址 <http://www.hklupus.org.hk>
電話 8103 7018 (留言信箱)

非賣品
二零一八年九月出版



解讀紅斑狼瘡

編 者 的 話

黎淑芳

很快便踏入新的一年，出版小組在此祝福各位樂晞會會友身體健康，工作順利！過往不少病友團體舉辦不同形式的健康講座、期望大眾對健康生活了解和重視。因此，紅斑狼瘡也隨之被受社會人士認識和關注，但是坊間仍流傳著很多似是而非的謬誤；為此今期《樂晞園地》主題轉載自《醫藥人》雜誌中的一篇文章〈解讀紅斑狼瘡〉，希望透過這文章內容提供正確資訊，同時讓舊病友對紅斑狼瘡病上有溫故知新作用。

另外《樂晞園地》刊登了 30 周年晚宴精彩活動照片，再次帶給大家溫馨快樂回憶。會友可以透過「會友平台」認識一些生活性資訊，而今期好書推介《焦慮自療》，以深入淺出手法幫助讀者認識焦慮本相，並與讀者分享處理恐懼和憂慮的自助方法，過自信和積極的人生。

一個有互相推動，共同參與的義工群體是可以充滿彼此關懷和激勵投入感！而今期《樂晞園地》帶大家看看兩位現屆委員王惠敏和梁玉貞的義務工作分享，是怎樣踏出她們的第一步而成為義務委員。

解讀紅斑狼瘡

撰文：Donna 鳴謝：李國銘醫生（中文大學內科及藥物治療學系榮譽教授）

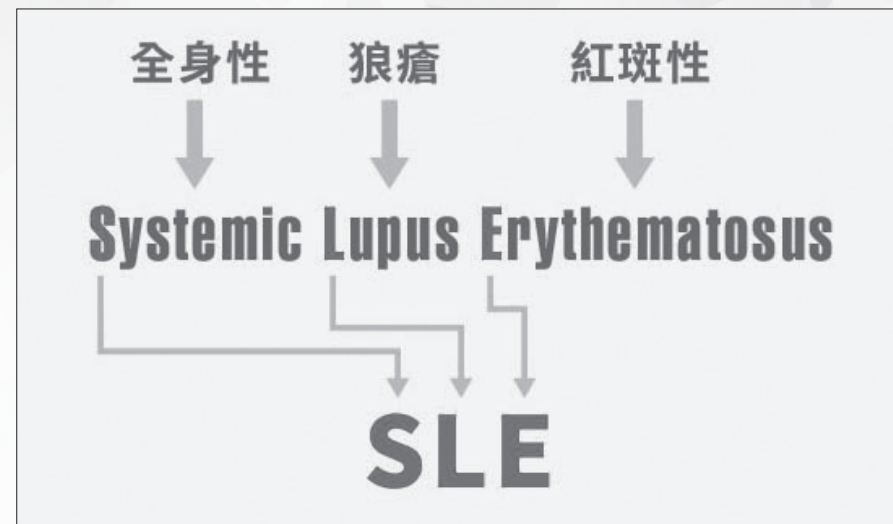
轉載自《醫藥人》雜誌 191 期

早在十多年前，香港人對紅斑狼瘡這個病仍是相當陌生，多年來醫學界努力推廣健康教育，現時市民大眾對紅斑狼瘡已有一定的了解，但是坊間仍流傳著很多似是而非的謬誤。

紅斑狼瘡這個病似近還遠，當不少知名人士公開或是被公開是紅斑狼瘡患者時，我們不期然會想——紅斑狼瘡是不是有很高的發病率？究其實，紅斑狼瘡不算是常見病，香港的平均發病率為 0.003%，即每 10 萬人有 3 人，雖如此，多年累積亦有一定數量。

紅斑狼瘡是女性專利？

其實男女都會患紅斑狼瘡，不過，女性患者確是遠多於男性，比例為 9:1，即是每十個紅斑狼瘡患者九個是女性。紅斑狼瘡多發生在女性的生育期，即是自經初潮期至更年期前，發病高峰期為 15-44 歲，更年期後亦可發病。據統計，東方人與美國有色人種有較高發病率。



紅斑狼瘡與系統性紅斑狼瘡

我們不難發現坊間對這個病常有兩種稱呼，一是紅斑狼瘡，一是系統性紅斑狼瘡。兩者有何分別？分別主要是看紅斑狼瘡的嚴重程度及有沒有影響身體的其他器官。

紅斑狼瘡可影響身體不同的系統，例如皮膚、關節、腎臟、腦神經、心臟、血管細胞等等，如果影響多於兩至三個身體其他器官系統，稱為系統性紅斑狼瘡（Systemic Lupus Erythematosus, SLE）或是全身性紅斑狼瘡，也有以受紅斑狼瘡影響的身體器官來分類，如腎狼瘡、腦狼瘡或肺狼瘡等，大部分只影響皮膚的患者則稱為皮狼。

主題文章

嚴重性

紅斑狼瘡對身體的影響很視乎病情的嚴重程度，情況輕微的只影響皮膚，嚴重的可影響身體多個器官，當然亦有一些是處於兩者之間——皮膚及關節有些問題，但對生活卻是無大影響。一般來說，九成病人可以如正常人一樣結婚生子，過正常生活。

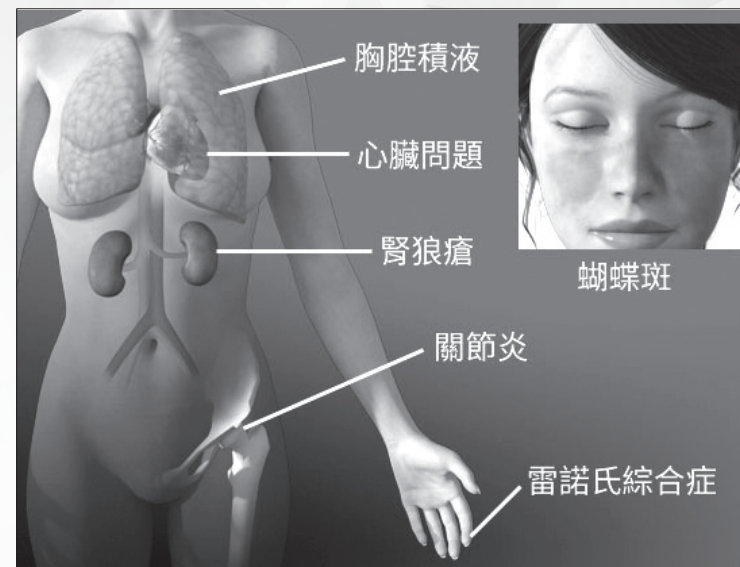
有沒有致病因？

紅斑狼瘡是一種自體免疫性疾病（Autoimmune Disease），有家族傾向，患者的——等親如父母、兄弟姊妹會有較高的發病率。此病雖然有遺傳因素，卻並不是染色體遺傳病；其他致病因包括女性荷爾蒙及外在環境因素，醫學界認為紅斑狼瘡是多因素所引起的疾病，可能是先天的基因異常與後天的因素（包括內在與外在因素）誘發。

我是否患紅斑狼瘡？

紅斑狼瘡可以出現的症狀很多，最普通是一些如感冒一般周身乏力、沒有胃口、不明原因發熱，又有可能出現關節痛、肌肉痛，甚至蛋白尿或是面部出現圓盤型紅斑。紅斑狼瘡不是常見病，必須由醫生臨床根據病史、症狀作出診斷，不要根據網上一些不完整資料簡單自我判斷。尤其面部出現紅疹，最有可能只是過敏或濕疹之類疾病。

主題文章



要看哪一科？

明明已被診斷患紅斑狼瘡，卻被醫生轉去看腎科、腦科，醫生是不是推卸責任？

紅斑狼瘡是自體免疫性疾病，身體的免疫系統把自己組織的抗原當作外界的抗原，從而產生抗體，相關自體免疫性疾病通常由風濕科醫生處理，但由於大部分紅斑狼瘡患者會出現皮膚問題，所以很多病人最先接觸皮膚科。

由於系統性紅斑狼瘡會影響身體其他的器官，故此也有些病人可能先在其他器官出現症狀（例如腦、腎或血液）而先看其他專科後再轉到風濕科。然而，由於系統性紅斑狼瘡

主題文章

臨床症狀及表現複雜而多樣化，常會有多個專科醫生參與治療。

紅斑狼瘡會縮短壽命？

視乎患病的嚴重程度，舉例說，患了影響腎臟的系統性紅斑狼瘡，很可能比沒有併發其他器官疾病紅斑狼瘡的預期壽命較短。在 50 年代，紅斑狼瘡患者的十年生存率低於 50%，至 60 年代增至 60%，70 年代至 70%，現時紅斑狼瘡患者的十年生存率已高於 90%。

生存率的提升，一方面是醫生及病人對疾病的認識及警覺性提高，可以早診斷早處理，令病情在較輕性時期得到治療，減低發展至嚴重階段，尤其醫學界發現紅斑狼瘡會影響患者的其他器官，在治療上不單針對紅斑狼瘡，更關顧到疾病對身體其他器官的影響，從而減少了併發症的出現。另一方面是治療藥物發展進步，可以使用多種藥物控制病情。而且，紅斑狼瘡患者常有三高（高血壓、高血脂及高血糖），當病人接受治療時，其他紅斑狼瘡之外的疾病都會一併處理，且有各科醫生照護，大大提高病人的生存率。

患者可以結婚生育嗎？

紅斑狼瘡好發於育齡期的年輕女性，生育問題最為患者顧慮。一般病人若無嚴重的腎臟或心臟病，絕大部分都能安全懷孕分娩，且受孕率亦不受疾病所影響。主導懷孕期間的病情是以受孕時紅斑狼瘡的活躍程度為主要因素，如果一直用藥且控制良好，患者可以如常人一樣生育甚或出外旅遊。

主題文章

如果紅斑狼瘡患者打算生育，應按醫生建議，不要在疾病活躍期受孕，以免引起併發症。不少病況輕微且又能得到適當治療的患者，由媽媽級升至祖母級都並無問題。

甚麼時候見醫生？

視乎紅斑狼瘡對身體的影響，紅斑狼瘡是一種變化多端的疾病，患者的臨床症狀很不相同，尤其系統性紅斑狼瘡病人的臨床表現非常多樣化，較多見是關節、不明原因發燒、肌肉痛、皮膚出現紅色斑點、蛋白尿（腎炎）、心肌炎（常導致心臟衰竭）等等，通常若醫生懷疑引起以上症狀的背後原因不單純有可能是自體免疫性疾病時，便會轉介到風濕科。

紅斑狼瘡是一種可影響全身器官的疾病，因此醫生在診斷時需要做詳細的問診及理學檢查，才能掌握患者的病況。

診斷的標準

坊間最常使用的診斷方法是血液學檢查，其中最具診斷價值的是抗核抗體（Antinuclear Antibody, ANA）測試。抗核抗體是一組真核細胞中各種成分自體抗體的總稱，被認為與多種自體免疫性疾病相關。一般來說，如果呈現陽性，即表示病人的免疫系統受到刺激，接近 90% 紅斑狼瘡病人在檢測核抗體時都會出現陽性，但是，抗核抗體陽性卻不一定是紅斑狼瘡患者，因為這種抗體亦會出現在其他風濕病或受感染的病人身上，例如硬皮症及原發性膽汁性肝硬化。所以最重要是醫生臨床看病人的症狀，再配合血液檢查才可確診。

主題文章

抗核抗體在很多人的身上也可檢出（含量高低不同），只能說抗核抗體陰性一定不是自體免疫性疾病，但陽性也不一定是紅斑狼瘡患者。

臨床醫生會看的症狀

美國風濕病學院（American College of Rheumatology，ACR）在 1982 年重新訂定 11 點標準作為診斷系統性紅斑狼瘡的依據，當病人的表現符合以下 11 點中的 4 點以上可診斷為系統性紅斑狼瘡。

1. 面頰部出現紅斑（形狀類似蝴蝶）
2. 圓盤狀狼瘡（皮膚出現圓盤狀的皮疹）
3. 對陽光敏感（曝曬後皮膚反應強烈）
4. 口腔內潰瘍（時常發作，不易治愈）
5. 多發性關節痛或關節炎
6. 尿蛋白
7. 神經或精神異常
8. 胸膜炎或心包膜炎（引起胸痛或呼吸不順）
9. 白血球減少或血小板減少或溶血性貧血

主題文章

10. 血液中出现 DNA 或 SM 抗體（自體抗體），或梅毒血清反應偽陽性或紅斑狼瘡細胞（LE cell）陽性。

11. 抗核抗體（ANA）陽性

有藥醫？

藥物的治療包括：非類固醇類消炎藥物（NSAIDs）、抗瘡疾藥物（Plaquenil）、皮質類固醇（Prednisolone）、免疫系統抑制劑及生物製劑。

皮質類固醇

由於類固醇是目前抗發炎最有效的藥物，所以很多患者都認為治療一定會用類固醇，其實並不是每個患者都需要使用類固醇，只有較嚴重的內臟器官受到影響，例如腎炎、血小板低或是心肌炎才會使用，若只是輕微或只影響皮膚、關節，則沒必要使用類固醇。類固醇的副作用嚴重，長期大量使用類固醇會引致免疫系統減弱導致嚴重感染，如肺炎、腦膜炎等等，是紅斑狼瘡病人的主要死亡原因，也可能引致骨質疏鬆、骨頭缺血壞死。

免疫系統抑制劑

除類固醇外，若是病情嚴重，醫生會考慮使用免疫系統抑制劑。大劑量使用類固醇會出現嚴重副作用，但若類固醇併合免疫系統抑制劑則可得到相輔相成的效果，較常用的免疫系統抑制劑有硫唑嘌呤（Azathioprine）、

霉酚酸酯 (Mycophenolate Mofetil) 及環磷醯胺 (Cyclophosphamide)，合併使用可提高治療效果之餘更可減少類固醇的使用。唯，免疫系統抑制劑或會輕微增加病人患淋巴瘤、子宮頸癌、乳癌及肺癌的機會。

抗瘡疾藥與維他命 D

抗瘡疾藥是很安全的藥物，可以提升病人的免疫能力，主要針對治療併發關節炎及皮膚紅斑的系統性紅斑狼瘡。由於此藥已沿用多年，孕婦使用也安全無慮，醫生常會建議病人長期使用抗瘡疾藥和維他命 D，以控制疾病及預防復發。

生物製劑

對傳統免疫抑制劑沒有良好反應的病人可嘗試使用較新的生物製劑。生物製劑不是坊間所想——是治療紅斑狼瘡的最佳療法或是治療的最後手段，醫生不處方是因為價錢太高。其實生物製劑並非所有病人都適合使用，也不是紅斑狼瘡的最佳療法。

生物製劑其中一種是 Rituximab，可透過抑制淋巴系統中的 B 細胞活動，阻止釋放不正常抗體，減少免疫系統的自我攻擊。另一種 Belimumab 是針對 B 細胞活躍的生物製劑，能減少抗雙鏈 DNA 抗體，改善症狀，減少病發。

可治愈嗎？

紅斑狼瘡是一種不能完全治愈的疾病，治療的目標是透過良好控制，避免病情過度活躍傷害其他器官，因此患者需要終身與醫生配合。一旦治療緩解，病人或會感到無症狀，但由於緩解期不會永久，所以需要長期追蹤檢查，以便在疾病未惡化之前能及早預知，改變治療方案或藥物劑量。由於現有多種治療藥物，加上良好的醫療支持，預後已有極大改善。一般十年的存活率有 90% 以上，比其他慢性病如高血壓和糖尿病有過之而無不及，故必須接受免疫風濕科醫生建議，正確用藥達到良好治療效果。

提高免疫力有辦法？

很多人都以為既然是自體免疫性疾病，最好是多吃些增強免疫力的食物或是補充劑，相信大家都聽過不少提高免疫力的方法。不過，無論是電視、報章或是你朋友推介種種可提高免疫力的食物都是沒有醫學根據，沒有臨床證據證明可以提升免疫系統的能力。免疫系統的結構相當複雜，醫學上未有證據證明，多吃補品或湯水可以幫助提升某種細胞的能力。

反過來說，醫學界對減低免疫能力的因素則較為明確，例如睡眠不足、暴飲暴食等等，會令白血球細胞功能減低，增加感染的機會。一般來說，要身體健康，保持正常起居、一日三餐、恆常運動、多菜少肉等等已經足夠。

主題文章

預防患上紅斑狼瘡？

患者都會追問患病的原因，從而希望可以減低家中下一代罹病的可能。李國銘醫生認為，疾病的出現有時很難追究原因，病人最重要是了解如何處理疾病，如何減低復發機會。



「很多疾病都是成因不明，例如原發性高血壓，有些人是找不出原因的，既然患病，最正確的面對方法是如何處理，而不是追究原因。疾病的發生很可能是多因素而不是單一因素引起。以病人的角度，最重要學會如何處理疾病。」

李國銘醫生強調，雖然紅斑狼瘡不是常見病，但具有遺傳因素，如果病人有家族史，便需提高警覺。

「舉例如鼻咽癌，縱使不是常見病，但若是家族中有人患鼻咽癌，其他人患病的機會都會較高，如果出現流鼻血便應有患病的警覺性。」

鳴謝：《醫藥人》雜誌 191 期

會友分享

體驗超過我的想像

王惠敏

大家好，我是新委員王惠敏，本人已加入樂晞會多年，初期是想透過中心得知更多有關紅斑狼瘡的資訊，久而久之參加了中心活動，也想為中心盡一點綿力，於是加入委員會成為當中的一份子。

當初擔任為委員，真不知道能幫忙做得甚麼事情，又怕會阻礙了中心的活動。自己很少參與這類型活動，以為出席一些會議、參與中心活動、簡單的事務；但短短數個月內擔任了委員後，更加認識到樂晞會在病友心中擔當了重要的角色，是醫務人員與病友之間的溝通橋樑，而委員則需要安排定期舉辦講座及活動，讓病友能參加更多社交聯誼活動，大家相聚互相認識溝通。過往中心的活動，自己每次都是參加而沒有參與籌備，不清楚整體活動的運作，終於有機會比我更了解委員會的工作，我有幸能參與今年樂晞會 30 周年聯歡晚宴籌備工作，由於各委員日間要上班，大家都盡量抽出工餘時間籌備晚宴工作，如聯絡、構思、計劃、宣傳等等……這段時間，可見到大家的熱誠及幹勁，發揮團體精神，令晚會在歡笑聲中渡過。

希望未來的日子也可以繼續與大家一同成長、學習面對往後的人生，活得更精彩。

抱著信心 踏出我的第一步

梁玉貞

大家好！我是梁玉貞 Ada，感恩有機會在這個平台與大家分享……

光陰似箭，我入會已有 20 多年了。還記得在發病前的兩年，因著要照顧患重病的母親和奔波為她求醫，再加上工作及進修的壓力，令自己身心疲憊不堪，不知是否因為這些原因，我病倒了！

在暑假期間，我因持續發燒而入院，但住院接受治療了一個月，仍持續發燒，最後確診，我患了紅斑狼瘡。

當時，我對這個病不太認識，只知是一種重病，不容易康復的一種病，心裡很是不安及徬徨，那種無助的感覺現在仍然心有餘悸……

感恩，在還未出院時，已從一位親友手中得到有關樂晞會的資訊，那時，我就好像一個在大海的遇溺者尋到水泡一樣，馬上致電樂晞會，得到樂晞會主席的支持及安慰，令我感到一股暖流直入心腑，感到自己不再孤單，不再無助。自此之後，我開始參加樂晞會的活動，包括郊遊、農耕、團拜、周年晚宴等等。在聚會中我得到同行者的支持，更深深

感到醫護人員的親切關懷，他們就好像我們的家人一般，與我們一起玩，還記得有位醫生在台上唱《小李飛刀》，又會主講醫學講座，我有機會與醫生近距離接觸及對話，他們更有問必答，對我的關懷實在無微不至，此外，更有社工姑娘開設個人成長課程，令我明白自己的成長需要，學習管理情緒技巧，還有《樂晞園地》期刊，給我很多健康資訊，讓我更懂得照顧自己。因著以上種種樂晞會的安排，令我有力量面對病患的種種挑戰，快樂地與「狼」共舞到今天。在 2017 年的晚宴，黃醫生再三提及「明年是 30 周年了！」在他的言談之間，流露出對 30 周年的期待。那天晚上，主席積極呼籲我們加入執委會，我亦因著黃醫生的熱誠及主席的鼓勵，加入了執委會的團隊。

在 30 周年晚上，在祥和的燈光下，歷屆主席在承傳儀式的分享，見證著樂晞會在醫生的關愛、執委的努力、會員的支持及各界人士的愛中成長，令每一個會員也沉醉於甜蜜的回憶中……

在今天我的腦海裡仍浮現出晚宴景象，我感覺到好像置身於純美的大自然環境下，有著暖入心扉的陽光；滋潤乾渴的甘霖及令人清新的空氣，構成天上的一道充滿盼望的彩虹，湧現出「自助助人 樂晞精神」的傳統美德。

我願意學習服務大眾的功課，為會効力，回饋大家，最後祝福大家身體健康，生活愉快！謝謝。

樂晞會 30 周年晚宴相片回顧

樂晞會已於 7 月 21 日假香港康德思酒店舉行 30 周年晚宴，當晚款待眾多嘉賓及會員。餐會上，除了有歷屆主席的深情對話，還設有遊戲及抽獎助興，令全場氣氛非常熱烈。在樂晞會義工們的通力合作下，各項節目內容得以圓滿結束；編輯小組特別精選了一些晚宴相片與大家回味這個歡欣的日子！



在樂晞會義工們的通力合作下，製作了一對筷子，環保袋及紀念特刊作為紀念樂晞會 30 周年成立。



樂晞會搞 30 周年慶祝晚宴怎可少了一張又美又有主題的橫額，既可做表演台背幕，又可給來賓做攝影布呢！

樂晞會 30 周年晚宴相片回顧

嘉賓及樂晞會委員舉行一個祝酒儀式，為晚宴揭開序幕。



樂晞會透過車輪上所展示服務，協助慢性病患者建立正面情緒面對患病後的生活，以及與同路人建立互助網絡。



籌備小組義工精心製作了一些影相牌，令晚宴更添色彩。



嘉賓使用別具心思影相牌拍照留念。



樂晞會 30 周年晚宴相片回顧

嘉賓手持樂晞會精心製作的特刊拍照留念。



透過社工及會員合演「蝴蝶蛻變話當年」話劇演出，鼓勵病患者告別不開心日子，積極去面對生活。



「蝴蝶蛻變話當年」表演



照顧者分享環節



樂晞會 30 周年晚宴相片回顧

嘉賓朱慧敏小姐頒獎予最佳衣服得獎者。



嘉賓朱慧敏小姐與得獎者合照。



大會邀請各屆樂晞會主席與大家回首 30 年來的甘甜苦樂和彼此的情誼。



兩位嘉賓在舞台上以特別姿態示範做運動，令台下觀眾嘆為觀止，紛紛報以熱烈掌聲讚賞。



樂晞會 30 周年晚宴相片回顧



當晚遊戲環節不但增加開心氣氛，亦促進來賓互相認識的機會。



遊戲花絮

在這個開心的晚宴中怎可少了表演呢？義工獻唱《獅子山下》。



義工感謝日

樂晞會 30 周年晚宴義工聚餐

30 周年晚宴義工聚餐已於 8 月 5 日假泉章居順利舉行，前來參加的義工人數不少，義工們都懷著異常珍惜的心情赴會，整晚氣氛非常之好！因為從義工的對話分享中感受到彼此之間的情誼，加上有搞笑高手社工 Winky 在場，令大家心情也隨之舒暢起來，大家還期待再有下一次相聚！



會友平台

書名：《焦慮自療》

作者：湯國鈞、江嘉偉、陳佩珊

出版社：突破

香港社會生活節奏急速，一部手機在手，通訊信息不斷響起，彷彿每秒也要候命。你會擔心無法做好生活中每件事？你會焦慮白晝的升起嗎？你有否因它失去心靈和生活的自由？焦慮就好像身體內的警鐘，告訴你該認真停下來重整生活的節奏。如果你的焦慮情緒問題嚴重，一定要尋求專業治療。本書深入淺出的幫助讀者認識焦慮的本相，並與讀者分享處理恐懼和憂慮的自助方法，過自信和積極的人生。



委員會報告

2017 年 11 月至 2018 年 9 月的活動

	日期	活動
1	2017 年 11 月至 2018 年 9 月	關顧探訪
2	2017 年 11 月至 2018 年 9 月	風濕科水療練習計劃 2017 - 2018
3	2017 年 11 月至 2018 年 9 月	社區推廣 (瑪麗醫院)
4	2017 年 11 月至 2018 年 9 月	分區茶聚
5	2017 年 11 月 25 日	「好義煮」義工分享日
6	2017 年 12 月 16 日	暖暖冬日聖誕暨 7-12 月份生日大派對
7	2018 年 1 月 21 日	我和星星有個約會美食之旅
8	2018 年 3 月 11 日	迪士尼樂滿 FUN
9	2018 年 3 月 24 日	「關節病變與人工關節置換手術」醫學講座
10	2018 年 3 月 25 日	第 31 屆會員大會暨新春團拜
11	2018 年 3 月至 4 月	穴位按摩班——痛症篇
12	2018 年 4 月至 5 月	穴位按摩班——保健篇
13	2018 年 4 月 28 日	紅斑狼瘡、乾燥綜合症、硬皮症的皮膚問題光敏感及春夏護理講座
14	2018 年 5 月 27 日	如何應對紅斑狼瘡皮疹講座暨新舊會員開心齊分享
15	2018 年 5 月 27 日	如何自我監察紅斑狼瘡講座暨 1-6 月份慶生 FUN FUN 樂
16	2018 年 7 月 21 日	樂晞會 30 周年晚宴
17	2018 年 8 月 5 日	30 周年義工感謝日
18	2018 年 8 月 26 日	「風濕病患者研討會 2018——自主，風濕人生」
19	2018 年 8 月 26 日	自助互助齊集思
20	2018 年 9 月 1 日	同行互勉關顧茶聚
21	2018 年 9 月 1 日	「預防骨質疏鬆有妙法」醫學講座
22	2018 年 9 月 9 日	舒心開懷齊種植 (一)
23	2018 年 9 月 22 & 23 日	黏土迷你生菓檔
24	2018 年 9 月 23 日	中秋遊園共賞行
25	2018 年 9 月 23 日	舒心開懷齊種植 (二)

義工招募

我們誠邀您成為我們的義工，為本會患者及家屬出一分力，我們各項的活動都極需要您的參與及支持，無論您是病友、家屬，歡迎您加入我們的義工行列。

別埋沒大家的天資及技能，請即加入義工行列！您更可以號召朋友一同參與，共享助人之樂！現在就致電本會熱線留言/登記查詢8103 7018。

我們很需要您的幫助！希望您能積極踴躍參與！

We need
YOU!





你的支持

呼籲：義工・投稿・意見

如有興趣成為我們的一份子，請填妥下列《義工申請表格》郵寄或電郵至下列地址，我們將會盡快與你聯絡。

郵寄：香港郵政總局信箱13390號

電郵：hk1upus@yahoo.com.hk

聯絡電話：8103 7018（委員會盡快回覆）

《樂睇園地》投稿／意見，請註明「樂睇園地收」

樂睇會：義工申請表格

1. 個人資料

中文姓名：	英文姓名：	性別：
電話號碼：（住宅）		（手提電話）
地址（中文）：		
電郵地址（如有）：		

2. 希望能參與之服務（可選多項）

☐ 協助組織活動	☐ 樂睇園地編輯工作	☐ 郵務工作
------------------------------	--------------------------------	----------------------------

申請人簽署

日期：

申請表格所提供的資料只用於申請義務工作有關之事宜。



目錄

編者的話		P. 1
主題文章	解讀紅斑狼瘡	P. 2-12
會友分享	體驗超過我的想像 抱著信心 踏出我的第一步	P. 13 P. 14-15
活動剪影	樂晞會30周年晚宴相片回顧 義工感謝日	P. 16-20 P. 21
會友平台	《焦慮自療》	P. 21
委員會報告	2017年11月—2018年9月的活動 義工招募	P. 22 P. 23
你的支持	呼籲：義工·投稿·意見	P. 24
鳴謝		P. 25

鳴謝

我們衷心感謝下列人士／機構／藥廠支持及贊助
樂晞會各項工作，得以順利進行，謹此致謝各位，
如有錯誤或遺漏，祈為指正，請見諒！

鳴謝名單（排名不分先後）		
陳德茂教授	劉澤星教授	譚麗珊教授
李國銘教授	黃煥星醫生	黃基林醫生
莫志超醫生	陳德顯醫生	陳嘉何醫生
李家榮醫生	莫慕賢醫生	余嘉龍醫生
葉文龍醫生	梁滿濠醫生	李嘉麗醫生
郭文亮醫生	英景儀醫生	周淑儀醫生
何令妍醫生	蘇皓醫生	李琬微醫生
馬繼耀醫生	唐建強醫生	張劭醫生
王靜嫻醫生	陳珮珊醫生	劉穎雅醫生
張德昌醫生	何景文醫生	黃凝醫生
馮加信醫生	馮子敏醫生	黃雁玲中醫師
陳柏滔醫生	黃矩民醫生	嚴卓雲醫生
香港風濕病基金會	香港病人組織聯盟 有限公司	銀屑護關會
香港強脊會	毅希會	B27協進會
蘇廣文會計師 林李蘇會計師 事務所有限公司	香港楊森大藥廠	艾伯維生物製藥公司
美國輝瑞科研製藥 有限公司	賽特瑞恩醫療健康 （香港）有限公司	羅氏大藥廠
徐宜慧姑娘	黃潔怡姑娘	李儉汶姑娘
伍杏修先生	文凱儀姑娘	鄭美珍姑娘
潘經光先生	梁綺薇姑娘	吳俊靈先生
郭雪琪姑娘	Andy 先生	香港英特國際貿易 有限公司
各投稿病友、會友、協助籌備活動義工及活動導師		《醫藥人》雜誌