



## 多倫多全科醫院肝病中心 華人乙型肝炎互助團體

Toronto General Hospital Centre for Liver Disease  
Chinese Hepatitis B Peer Support Group

### 本期主題: 需「知」更須「行」 作者: 輝華 (上集)

編者按語: 本文原為加拿大肝臟基金會第一屆「肝願為你」徵文比賽第一名作品。並由該會發表於二零一三年二月十六日星期六明報副刊健康醫事版。該文以三個真人真事講述了解自己肝臟健康及積極治療對自己健康甚至生命之重要。正值多倫多肝病中心繼續為華人社區做快速乙型肝炎檢測，經徵得加拿大肝臟基金會健康推廣及病人服務部全國總監 Potkonjak 女士及原作者同意，本刊特重登該作品以提醒讀者去作檢查之重要。更請各位讀者讓您的親人、朋友們也能讀到此文，並請他們也必去做檢測。肝臟正常誠可喜，若有毛病也好立刻就醫，重拾健康。

這不是一篇談論「知難行易」或「知易行難」這類哲學性的深奧學術文章。這裡要說的是三個真人真事的故事或例子，但是這三個例子有一個共同點，那就是肝病。而這三個人對這共同點的「知」或「不知」及「行」却導致他們失去了生命或繼續生存。希望您有興趣看完這三個故事。

雖然這些人、事發生在多年前，我也相信您看完會同意這三個故事中「知」與「行」決定了每個故事的結局；更希望你看完後能去了解您自己的肝臟。為了您自己、您的家人，您有需要「知」道您的肝臟好不好、健康不健康。知了以後您更必須力「行」，確保您的肝臟健康。因為肝臟對您太重要了。我們對最重要、最珍貴的人或東西不就用「心肝寶貝」來形容嗎？

第一個故事發生在七十年代末。五十年代中，像海外千千萬萬的華僑子弟一樣，回國升學是很多人的願望，也是追求他們的父兄們因為戰亂曾經失去的機會與夢想。避開政治不談，新中國的誕生更是一大吸力。吳兄在南洋高中畢業後，像他的堂、表兄弟姊妹們一樣，奔向祖國，去了北京。不久之後，他以優良的成績考上清華大學。學習、畢業、工作，最後去了香港工作。工作順利滿意、家庭幸福、身體也一向健康。有一天他覺得身體不太舒服，就去看醫生。誰知醫生一檢查，結

論竟是肝癌，需要入院做手術。情況嚴重，三兩天後就排定進行手術。開來一看，醫生並沒有繼續做手術，只是重新把切口縫上，並告訴他家人該準備後事了。幾天後吳兄就走了；四十還沒出頭。肝癌不是三兩天或幾星期就形成的，為什麼吳兄會不知道他有呢？

第二個故事發生在台北。一九六八年韓妹說她得了肝炎，醫生要她住院治療。可是大學畢業在即，那是要耽誤功課及考試，影響學業要多讀一年的。年青的她決定不理病情，如期考試也畢業了。畢業後也找到了工作。一九七三年，得到的消息是她走了，是肝病。芳齡不過廿六。知道有病，為什麼不就醫呢？

第三件事發生在自己身上。那是在一九六零年五月下旬，一向胃口好、身體健康的，不知怎麼一連幾天沒了胃口、肚子漲、想吐、噁心、沒了力氣。三幾天下來只得去看醫生了。一早到四總院診療所，醫生一看就說是急性肝炎，立刻就須住院。住院？那怎麼行，大學二年級的期終考馬上就到了。告訴醫生說，下星期就是期考，連

支援及關懷乙型肝炎患者和家庭成員，共同分享知識，研討問題，強化信心，邁向美好將來。

[www.torontoliver.ca](http://www.torontoliver.ca)

換的衣服都沒有，那能住院？他可夠精，扣住他有把握能做到的，說衣服沒問題，我現在就叫人去宿舍幫你拿來。這一着可是利害。只好改變辦法，向他說：好，我現在就住院，但是下星期您給我回去學校考試。他可不吃我那一套，立刻說：不行，別想考試了，你好好的聽我，現在就住院，三個星期把病治好。然後他停了一陣子，仍舊堅定的，換了一個語調，清清楚楚的說：「要是你不好好的聽我的話，好好的住院把病治好，再過幾年你會肝硬化」然後頓了一下接著說：「你太年青，太可惜了」說實在的，我那時還不知道

肝硬化真正怎樣。但是我想起了以前歷史課上說一九二五年三月十二日孫中山先生是因肝硬化逝世的。他沒說那個「死」字，但他那「你太年青，太可惜了」可是說得很清楚了。當時並沒想什麼死或怕死，倒是只想考試。但是似乎是因為說不過他，只好認了，那就住院吧！該是早上九時半上下吧，接著護士們便把我安頓在門診後面，幾個病房中一間的床上。接著抽血、插上點滴等忙了一陣子就走了。床是進門的左邊靠牆的、頭在走廊門這一頭，向著那一段窗口，輸液的針就插在右手臂上。吊液的支架靠腳邊那一頭。

護士一出去，那一下只有自己躺在那裡不能動。只能盯著眼看著那葡萄糖水一滴一滴的在管子裡向下掉。心裏一陣失落、孤獨，因為一下子沒有了宿舍裡的人聲。一袋打完護士進來再換一袋。五十二年過去了，至今還清清楚楚的記得，大約十二點三刻，大概是門診看完了，由護士陪著，醫生進了來，聽了護士告訴他那是第三袋了，他轉過頭看了我一眼問：「你現在覺得怎樣？」真是神奇，那兩袋葡萄糖水進去，可把我幾天的肚子漲痛與難受去掉了不少。

(下期待續...)

## 主席 Joe Ip

轉眼之間，本互助團體自多倫多西區醫院遷移至多倫多全科醫院已差不多半年了，其間已舉辦了二次健康講座，出席的朋友比往年在多倫多西區醫院所舉辦之講座增加了百分之三十。借此機會，再次多謝各位義工的努力、多謝各位朋友對本團體的鼎力支持。

有如此驕人成績，義工們都感到極大的鼓勵、並對本團體的日後發展更充滿信心。要維持本互助團體的日常運作暢順，除醫院所給與的支持和幫助外，更重要的是有賴一班義工們犧牲他們的寶貴時間及服務華人乙肝患者的堅強信念。有感於本團體的義工人數有限，而其中百分之七十是在職人士，這無疑對日後的發展造

成障礙。要解決這個難題就要招募更多的義工。請各位和我們有共同信念的朋友們，加入我們的義工行列，與本團體現有的義工們齊心協力，把華人乙型肝炎互助團體的精神傳播於華人社區裡。

算起來，華人乙型肝炎互助團體於二零一三年出版了第一期期刊至今，已差不多三年半。在這段期間，我們嘗試多次改動內容和版面，在每期的期刊裡，我們都花盡心思，務求令到每位朋友看過後都能有所得益。現在，期刊的出版數量比當初已增加了一倍多。正如當初出版期刊的目的、是令到更多華人知道本團體的存在，好讓華人乙肝患者及其家屬和朋友充分利用這渠道得到最新，最

準確的資料。除此之外，更希望各界朋友，尤其是乙肝患者利用這個現有的平台去發表你對醫治肝病的心得，互相交流，這樣對一個正在接受漫長的乙肝治療的病患者來說，這一點點的交流，一點點的彼此鼓勵都帶來積極面對的作用。請大家來函投稿，把與肝病有關的人和事都寫出來，讓乙肝患者能勇敢面對，及早醫治，過其正常生活。適逢今期刊登本團體其中一位朋友的稿件，他希望透過這些真人真事的發生，啟發大家重新對醫治肝病所持有的正確態度。無論是乙肝患者或肝臟健康的人士，都希望你們閱讀後，能夠真正做到保護肝臟。祝大家生活愉快。

支援及關懷乙型肝炎患者和家庭成員，共同分享知識，研討問題，強化信心，邁向美好將來。

[www.torontoliver.ca](http://www.torontoliver.ca)

### 安大略省殘疾服務程序

這個計劃是為失業人士，以及不能有正常的日常需求人士而設立。它是由安大略省的工程提供的。您可以申請臨時，每月的，或者3個月的服務。包括在本計劃內的藥物都將得到100%覆蓋。

個人給予 M, C 或 D 卡根據他們的計劃。這些卡必需在每個週期遞交到藥房。

### 延齡計劃

延齡計劃將有助於 16 歲以下持有效健康卡的安大略省居民。

1. 藥物的成本超過其家庭收入。
2. 16 歲或以上居民有藥物費用超過家庭收入。
3. 低收入家庭不符合安大略省藥物計劃要求的。
4. 沒有私人保險。

您可以以個人或家庭型式申請延齡計劃。延齡計劃將覆蓋所有的家屬和家庭成員，年齡超過 16 歲，必須被包括在家庭應用中的所有成員。

延齡計劃（藥物費用減免）減除額是如何運作的？

延齡計劃的可抵扣分為 4 個部份，每年都從八月開始。

第一季度：八月／九月／十月

第二季度：十一月／十二月／一月

第三季度：二月／三月／四月

第四季度：五月／六月／七月

在八月你會收到一封信，說明你的年度免賠額是多少。該年度的可抵扣是家庭收入的百分之

四（4%），然後將會在一年中的四個季度中平均收取。

即 2013 至 2014 年度家庭收入為 \$ 35,000，該年藥物免賠額為 \$ 1,400（\$ 35,000 X 4%）。即大概每季度您將繳交 \$ 350。

### 在應用和更新延齡計劃的提示:

填寫表格的所需資料：工卡號，收入信息，保險信息。如有需要情家庭成員一併簽名。

您可能需要收入證明文件，例如納稅申報，工資，工時記錄單。接受 EI/ CPP/ OAS 或其他證明。如果你有任何收入的文件證明。

允許延齡計劃直接與加拿大稅務局每年檢查您的收入。準時報稅。

每年的 6 月到 7 月打電話到 Trillium 以確保您的所有資料有效以確保其自動更新。

確保每位成年人(16 歲或以上)簽署申請表格。

### 延齡計劃與私人保險

當申請延齡計劃時，如你目前擁有私人保險則必須註明是在應用程序中。

如果您目前有延齡計劃，並於最近獲得私人保險。延齡計劃要求告知。

問題：如我有私人保險，延齡計劃將如何運作？

答：很遺憾，您的私人保險會成為覆蓋面的主要來源。因此延齡計劃不會直接支付。您將不得不支付差價並提交。

在 SRx 藥物協助團體會根據你的個人情況提供最適合您的方案。如對申請延齡計劃有更多疑問，請致電 SRx 藥物協助團體。SRx 電話熱線: 416-674-0300 (#2) 或 黃姑娘: 416-340-2983

## 講座預告:

地點: 多倫多全科醫院 Peter Munk Building 11 樓 Astellas Conference Room (請使用 Munk Elevator 到達 11 樓)  
地址: Toronto General Hospital - 200 Elizabeth Street, Toronto, ON M4G 2C4

2016年9月24日 (星期六): Ms. Joyce Chan, 註冊藥劑師 (Ms. Joyce Chan, Registered Pharmacist) 主講, 藥物與你, Medications and you, 國語翻譯

2016年10月22日 (星期六): 鍾蔚琳小姐, 註冊社工 (Ms. Vivien Chung, Registered Social Worker) 主講, 壓力管理, Stress Management, 國語翻譯

2016年11月19日 (星期六): 薛曼醫生, 肝臟病理學家 (Dr. Morris Sherman, Hepatologist) 主講, 肝癌知多少, Liver Cancer, 廣東話及國語翻譯

## 多謝以下公司贊助本團體部分經費



加拿大帝國商業銀行(CIBC)  
社區資助計劃



藥  
房

**Leyung Wong**  
**416-340-2983**

Tel: (416) 674-030 Fax: (416) 674-1055  
25 Woodbine Downs Blvd., Toronto, ON M5W 6N5  
[www.thpharmacy.com](http://www.thpharmacy.com)

與多倫多全科醫院肝病中心 攜手並肩 為您的專科藥物提供服務

## 請支持華人乙型肝炎互助團體

支票抬頭: Liver Education Fund, Toronto General and Western Hospital Foundation

請註明: Chinese Education Fund A/C# 579051250105

地址: Toronto General Hospital Centre for Liver Disease at Norman Urquhart Wing 13/F, 200 Elizabeth Street, Toronto, ON M4G 2C4 或直接把捐款交到多倫多全科醫院肝病中心

編輯: Flora Ken

成員 (排名不分先後): Colina Yim (註冊執業護士), Joe Ip (主席), Flora Ken, David Cheung, Bonnie Ng, Tom Lam, Larry Wong, Patricia Wong, Jinny Bao, Ariel Vedel, Henry Choi, Vivien Chung, Christine Lam

電郵: [liversupportgroup@hotmail.com](mailto:liversupportgroup@hotmail.com)

電話: 647-847-1572 (請留口訊)

網站: [www.torontoliver.ca](http://www.torontoliver.ca)

支援及關懷乙型肝炎患者和家庭成員, 共同分享知識, 研討問題, 強化信心, 邁向美好將來。

[www.torontoliver.ca](http://www.torontoliver.ca)