



消渴茶館

香港糖尿聯會會訊

1999年7月

第六期

目錄

編者的話

會務及會員小組

茶客天地

香港糖尿聯會第二屆理事會報告

食物標籤看真真

天地茶情

消渴茶館年會後記

響應世界糖尿病日——糖尿健步行

消渴茶館意見調查

糖尿病教育小組

共鳴篇

糖尿病末梢血管疾病的治療

糖尿病患者的足部檢測

糖尿病者的足部護理

糖尿病人該如何正確地選鞋以防止腳患

糖尿病中心使我……生命的重新

糖尿病人在香港小組

向卷檔案

人物掠影

傾心吐意

茶品絮語

淺談糖尿病慢性併發症

生活小插曲

糖尿服務在香港小組

足病診療師

人物剪影

賴國民先生

復康用具資源中心

糖尿腳患的新希望……

糖尿服務壁報板

編者的話

林

小玲教授在第二屆糖尿聯會週年大會發表的報告詳列了過去一年的會務發展及對未來的展望，是各會友必看的一文。消渴茶館各出版委員亦於茶館年會中暢論和檢討各項館務。首次對茶館表現的問卷調查結束，從回覆的量來說是強差人意，但從分析回覆的問卷中，我們卻看到不少的鼓勵和支持。詳情請閱消渴茶館意見調查。不少讀者於閱讀消渴茶館後來傳真表達希望加入聯會，亦有會員表示願意參與茶館出版工作，我們對此表示多謝及歡迎。為響應世界糖尿病日，聯會將於十月舉辦“糖尿健步行”，既為糖尿聯會籌募經費，亦可推廣運動治療。消渴茶館將於下一期作出配合，以“糖尿病運動治療”作主題。各位對此題目有甚麼問題意見，歡迎交流及賜稿。

請茶！



香

港糖尿聯會成立於一九九六年十月，是一個非牟利的志願團體。成員包括醫護人員，糖尿病患者及其親友。聯會的宗旨是透過普羅大眾及專業人士攜手合作，為香港眾多的糖尿病患者服務，促進不同人士對糖尿病的認識，以期改善糖尿病的預防和治理，並以我們共同強大的聲音，爭取社會對糖尿病患者的關注和公平的待遇。本會歡迎所有關心糖尿病的人仕參加。如欲索取會員申請表格，請寄香港中央郵箱 732 號，費用全免。

現任理事會名譽主席：楊紫芝教授

理事會主席：林小玲教授

出版委員會成員：

陳國榮醫生

簡靜兒小姐

劉業添醫生

梁逸思小姐

盧國榮醫生

蕭成忠醫生

徐業成醫生

董靜漪小姐

歡迎來信投稿，請寄香港中央郵箱732號
或傳真到 2366 9967

聯會互聯網址為：www.diabetes-hk.org/

茶 客 天 地



香港糖尿聯會第二屆 理事會報告

(4/1998-4/1999)

第二屆糖尿聯會週年大會已於5月30日舉行了，出席委員有83人，非會員25人，若你沒有出席，我便借此機會為你略加介紹當天的主席報告及財政報告。

糖尿聯會在過去一年的會員人數繼續增長，目前會員數目計有939人，當中728人為糖尿病友或其親人，211為醫護人員。理事會提議豁免會費直到2001。

今年在副會長鄭馮亮琪女士（鄭女士是一位糖尿病兒童的媽媽），及兒童糖尿病專科關彥華醫生的領導下，正式成立兒童糖尿病小組，開展了之工作計有與新城991電台合作，以DJ訪問形式介紹兒童糖尿病常識；於七月三日假煤氣家政中心舉行飲食新知及烹飪示範；又會於今秋舉辦糖尿病兒童生活營。

出版小組在徐業成醫生主持下，成功得到專業人士及非專業人士參與、合作，編製「消渴茶館」。到今天為止一共出版了五期「消渴茶館」，在版面及內容設計上，編輯組均花了不少心血，不但主題鮮明，內容充實、豐富，而且印刷精美。一方面為會員提供最新的糖尿病知識，另一方面又開闢了互相討論及分享的園地，對會員中的專業人士而言，亦有溫故知新的作用。

整體而言，「消渴茶館」面世雖只有短短一年時間，但已頗具專業水準，備受各會員讚賞。

基於教育小組的工作日益繁重，聯會為免小組再兼顧公開講座事宜，已另外成立了一個專門負責

公開講座的小組，由蘇敏兒護士主持。

教育小組在張秀祥醫生的領導下，成功申請了醫院管理局健康發展推動基金之55萬元經費。在未來兩年內籌拍八輯有關糖尿病教育的雙語（國／粵）VCD。屆時將會免費派發到各糖尿中心及公共醫療機構，並且會以低價售賣給會員。

新的糖尿聯會網址為<http://www.diabetes-hk.org/>已於今年二月正式註冊，在兩個月內已有118人次瀏覽過網址，其中20人次來自加拿大、美國及英國。透過聯會網址，各人將可閱覽已出版的「消渴茶館」及其他聯會資訊；更可以互動形式了解糖尿病知識，醫護人員亦可參與網上之有關糖尿病的趣味問答。

本會財政狀況維持正常，無論公開講座、出版通訊、兒童糖尿小組等活動均獲得十四間藥商及糖尿用品商贊助經費。我們希望當金融危機過去，經濟復甦時，我們可成功地籌集得更多經費支持，以達到籌辦一所糖尿教育中心的目標，為各會員及全港的市民服務。

過去一年我們分別在港島、北區及荃灣舉辦了三次公開講座，每次的參與人數約200至300人。於同年我們又應藥商的邀請共同協辦了兩次為醫務人員而設的專題研討。

是次週年大會特別之處，在於可分享到七間醫院糖尿病人互助小組互勉的經驗。分享内容包括小組結構及其成立經過，為會員提供之服務及各項精彩的活動，例如組員彼此互勵堅持做運動，分享使用胰島素輸液機（insulin-pump）的支持經驗，更有小組與會眾齊唱會歌分享等。

在完結分享活動，主席讚揚各小組之互助服務精神及其努力成果，並重申聯會與各醫院互助小組合作之立場：**團結全香港糖尿病患者及其家人，成為大家的喉舌，爭取合理和全面照顧的宗旨。**

更換會員証

舊會員由即日起可免費換領新証，新証之有效日期會直至12/2002。請將舊會員証，連同回郵信封（須附郵票及以端正字體書寫回郵地址）寄往香港中央郵箱732號。

由於財政健全，在2002年仍將豁免會員入會費及年費，如果你未續會，請盡快！

資產負債表

年結於一九九八年十二月三十一日

	1998 港幣	1997 港幣
流動資產	61,294	108,379
減：		
流動負債	15,983	36,881
淨流動資產	<u>45,311</u>	<u>71,498</u>
資金來源：		
累積盈餘	<u>45,311</u>	<u>71,49</u>



食物標籤看真真

特式甜品 YUMMY YUM!

地點：煤氣烹飪中心
香港銅鑼灣禮頓道七十七號
禮頓中心地庫

日期：一九九九年七月三日（星期六）

登記及接待：下午一時三十分

講座：下午二時至二時四十五分

問答時間：下午二時四十五分至三時

甜品示範：下午三時至四時四十五分

講座題目：看真 D 食物標籤

講員：由醫院營養師負責

參加名額：八十人（必須預先登記）

費用：全免

登記手續：六月廿六日前致電林小姐

（電話：二八五五 四四八五）或

（傳真：二八五五 一五二三）



消渴茶館年會後記

消渴茶館出版委員於5月8日下午舉行了一次檢討會，目的為檢討過去一年出版工作及匯集各小組的意見以釐定未來發展路向。

是次會議共有17人出席，大家分享了過去一年出版工作的經驗，撮要記錄如下：

- 1) 各小組成員經初期短時間適應後，合作漸見熟絡，組內的運作與分工亦見順利，交稿並無大困難。
- 2) 很多組長及組員都從出版工作中獲益良多，例如透過採訪資料，對本地與糖尿病有關的服務認識多了，又或者對糖尿病患者的感受明白更多等。
- 3) 小組提出了過去「消渴茶館」的編排「擠逼」，錯字頗多，文字表達及文法亦可加點修飾。我們將加強審閱稿件，並作錯別字調查，以減低謬誤。
- 4) 小組亦討論過未來出版主題方向。有些組員以為現時每期出版的主題以醫學主導為單向，並提議釐訂更多向性主題。但亦有些組員以為現時的主題釐訂及內容編排容許多方面豐富的內容發揮，亦頗符合會員「口味」。所以出版委員會決定暫時維持出版的大方向，有待更多會員的提議後再作考慮和修訂。
- 5) 組員提出會員未能透過茶館增強彼此溝通或參予會務。或許會員及會務小組可加點思索，強化茶館作為會員互相溝通媒介的功能，使更多會員的心聲及意見得以與眾分享。建議包括設立電話錄音或主動聯絡會員，以收錄會員意見與提問等。
- 6) 來年茶館經費略有增加，當可增加編幅四頁，以作充實內容及減編排擠逼之困。

好消息



Attention!

響應世界糖尿病日 及 為糖尿聯會籌募經費

十月三日（星期日）
舉行“糖尿健步行”(Walk for Diabetes)
內容：展覽
步行籌款
詳情將於日後公佈

真鼓勵！！多謝你的支持，各出版小組
會繼續努力！！



沒有回應
不可接受
尚可接受
可接受
尚滿意
頗滿意
甚滿意

(3) 刊物的內容及編排：

消渴茶館印刷編排	2	0	1	3	2	11	4
會務及會員專欄	2	0	0	4	3	13	1
糖尿病教育專欄	1	1	3	4	9	5	1
糖尿病人在香港專欄	1	0	1	3	5	10	3
糖尿病服務在香港專欄	2	0	2	2	5	9	3

(4) 刊物的作用及影響：

宣揚聯會會務	3	0	3	5	6	5	1
加強會眾溝通	2	1	4	4	6	5	1
推廣糖尿教育	3	0	2	4	7	5	2

消渴茶館內容及編輯評估 人數：23

(5) 消渴茶館質與量的意見

80% 以上的讀者對刊物所提供有關知識的質與量均認為合意；但 25% 回應卻認為實用資料不足夠；13% 認為理論不足夠。



消渴茶館意見調查

為了解會員及出版小組對過去一年消渴茶館出版的意見，我們向每一位會員發出了一份問卷，結果收回 23 份。雖然這些迴響未必能代表全體會員的意見，但我們相信這些意見極能代表一群支持消渴茶館出版的會員之意見。以下就收回的意見作簡略報導：

(1) 閱讀消渴茶館的習慣

70% 以上的讀者回應顯示有全期閱讀刊物，並有保存刊物的習慣；50% 以上的人會將刊物介紹其他人看。

(2) 對消渴茶館出版及內容的意見

超過 50% 的評估認為刊物編排及各專欄內容均為頗滿意或甚滿意，意見亦反映刊物普遍地發揮了教育和溝通的作用。

60% 以上回應刊物適量地提供了讀者在心靈和經驗上交流的機會，全部回應顯示刊物曾不同程度地幫助讀者更積極面對糖尿病。



70% 以上反映了刊物提供足夠的糖尿病服務資料；而13%則以為份量不足夠，近40% 回應曾接觸過或介紹別人使用有關之服務。

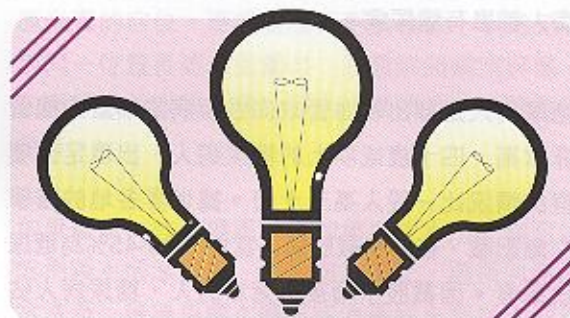


除提供知識及有關服務資源外，我們盼望刊物更能成為會員交流，與分享的園地。

(6) 對出版內容的建議

最多讀者 (> 90%) 提議刊物需增加有關糖尿病科學新知；其次近80% 贊成增加有關糖尿病其他治療資料；另外 60% 提議增加一般健康保健常識。

(廣告) 所有藥物均須由醫生處方，方可使用。



多謝「茶客」寶貴提議，在未來我們會多加插醫療科學新知一欄。

從以上意見看來，大家對消渴茶館出版內容及其作用之評估亦很接受和滿意，其中我們需加倍著重提供更多糖尿經驗及心靈交流部份，使會員能藉此溝通與鼓勵，更積極渡過每天的生活，另外出版委員會再動動心思去增強會員之間的溝通。在此再重提兩個現時表達意見的途徑：

- (1) 郵寄香港中央郵箱 732號或傳真到 2366 9967
- 或 (2) 探訪聯會網址：www.diabetes-hk.org/，並請大家多多表達意見。

BLOOD GLUCOSE CONTROL BLOOD GLUCOSE CONTROL
控制血糖 BLOOD GLUCOSE CONTROL
BLOOD GLUCOSE CONTROL 控制血糖 BLOOD GLUCOSE CONTROL
控制血糖 BLOOD GLUCOSE CONTROL 控制血糖
BLOOD GLUCOSE CONTROL 控制血糖
控制血糖 BLOOD GLUCOSE CONTROL
BLOOD GLUCOSE CONTROL 控制血糖 BLOOD GLUCOSE CONTROL
控制血糖 BLOOD GLUCOSE CONTROL 控制血糖

全新的降糖藥物

若你想
更有效控制
你的
餐後血糖
知道最
新的口服降糖藥物
有一個正常
愉快的生活
請向你的醫生查詢



平穩的血糖控制

良好的監測 GLUCOMETER ELITE®

血糖測試儀
量血

少

牌子 X：30 滴升

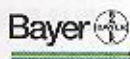
牌子 Y：10 滴升

Glucometer Elite
只需 3 滴升



Bayer China Co., Ltd.
15th Century Square
20 Yuen Hong Road
Causeway Bay, Hong Kong

Bayer Diagnostics
170, Ming Ping Garden Building
300, King's Road
Kowloon, Hong Kong





共鳴篇

6

糖尿病末梢血管疾病的治療

鄭永強醫生

在香港，患上末梢血管疾病的病人數目日漸上升，在過去的七年，香港大學醫療中心血管外科的手術室工作量急升三倍。而需要接受手術的病人，大部份都是股與脛窩間血管出現閉塞，其中接近六成（59%）病人有吸煙習慣，超過半數（55%）患有高血壓，而最值得注意的是一成（42%）病人都患有糖尿病。

糖尿病人足部出現血管缺血性疾病或壞疽的機會非常高。四十歲或以上的糖尿病人，出現足部壞疽的情況比一般人高五十倍。據世界各地的醫學文獻記載，在所有截肢病人當中，30-45%為糖尿病患者。因截肢手術後而死亡的人，糖尿病人佔50%，至於接受膝上或膝下截除手術後而能夠成功獨立行走的機會分別為40%及80%。不過，如果能及早察覺足部病變及改善下肢血液循環，大部份截肢手術都是可以避免的。

血管硬化是形成末梢血管疾病的基本原因，而糖尿病人患上血管硬化的發病率較一般人高出12-28%，糖尿病人患有末梢血管疾病的都較年輕，女性也不能倖免。病況多數影響下肢遠端處的血管，範圍廣泛，如未能及早治理，最後可能導致需要接受截肢手術。由於糖尿病人的運動、感覺以及自主神經系統產生病變，以致足部出現變形，加上足部容易受傷及動靜脈血管的分流，減低了對炎症的反應，結果對感染的抵抗力相對減低，潰瘍及壞疽的糖尿病足便接著出現。由於病

情一般較為嚴重，血管接駁後能夠通暢的情況偏低，所以能夠保存下肢的機會較非糖尿病人為低。基於上述各種因素，處理糖尿病足是非常具有挑戰性的。

大多數病人來到醫院時，病情已非常嚴重。有三分之二患上末梢血管疾病的糖尿病人，會申訴足部靜止痛楚，足部呈現潰瘍或足趾壞疽的情況。導致病情嚴重的主要原因是醫生和病人都未能及早察覺出初期病徵，明顯地，他們兩者都非常需要接受有關教育，事實上，間歇性跛行的症狀是不能被忽略的。另外，有大部份壞疽的足趾，都是在未經過適當的血管狀況評估下而被截除，手術後，不但傷口愈合不良，又延遲了改善血液循環的手術，結果，病人無辜地要再接受下肢截除手術。導致醫生未能及早轉介病人的原因，就是他們未能察覺感染的存在和嚴重性，以及誤解微細血管是不能施行手術的。

糖尿病人在接受足趾或足部手術之前，最好先由血管外科醫生評估末梢血管情況。足部脈搏消失是患上末梢血管疾病的最初徵象。亦可以在血管檢查室施行簡單的檢查，利用超音波量度踝肱指標，量度下肢血管壓力，下肢動脈波動及運動檢查。不過，如果病人的血管出現鈣化，會有假性高壓及高指標情況。無論如何，如果踝部指數在0.4或以下，都反映出下肢出現缺血情況並且需要施行血管手術。

處理糖尿病足部疾病的主要原則包括血管造影檢查，徹底刮除壞死部份，控制感染，然後為有病變的血管施行血管接駁手術。治療的目標是保存肢體，為有截肢危險的肢體施行血管接駁手術已証實是一種符合成本效益的做法。標準的血管接駁手術包括股與脛窩間的血管分流，用自生靜脈血管或人造物料，由股部動脈分流到脛動脈。雖然經血管射線檢查發現遠端血管出現毛病，不過，分流手術是可行的。由於糖尿病人的血管疾病影響廣泛以及受影響的血管多較微細，所以施行小氣囊擴張血管手術的效果不大理想。缺血性足部潰瘍不但對糖尿病人做成極大身心困擾，亦導至沉重的醫療成本負擔，病人怎樣才可以避免截肢呢？有賴於醫療小組的各成員緊密合作及共同努力。

糖尿病患者的足部檢測

足病診療師 任慶福

糖尿病長期控制不良的病人，容易發生併發症。週邊神經病變、血管病變和細菌感染都是常見影響足部的併發症。

初期發生週邊神經病變的病人，通常都會感覺足部麻木，嚴重的情況會失去足部感應及影響步行姿勢。沒有足部感覺的病人，很容易令足部受傷，造成傷口，如果護理不妥，細菌感染的機會很高。

血管病變對足部的影響比較深遠。由於足部的血液供應退化，足部組織的健康會慢慢變差，不容易被病人察覺得到，足部溫度會比較冰冷，顏色癆紅，皮膚乾燥，腳甲生長慢及甲面比較粗糙。如果有損傷，痊癒速度比較慢及容易受細菌感染。下肢血液循環不良的病人，在走路時容易感覺肌肉酸痛，造成「間歇性跛行」的情況。如果足部血管發生栓塞，便會形成足部壞疽。

在各個主要的糖尿病診所，都會定期為病人檢查足部的併發症。如發現足部有毛病，會有足病診療師為你詳細檢查及療理，有需要的話，足病診療師會轉介你到專科接受更詳細的神經線傳導測試或血管檢查。

除了足部併發症會影響足部健康外，還有很多身體及足部毛病會對雙腳造成危險，病人應對以下所列出的情況多加留意：患有糖尿病超過五年，年紀大過六十歲，皮膚常出現爆裂現象，或常有雞眼和厚皮，足部變形及很難找到舒適合尺寸的鞋子，雙足有痺痛或麻木異常感覺，患有眼疾，曾經吸煙超過十年，患有腎病，曾經爛腳超過半個月仍未康復，患有心臟衰竭，部份腳部或下肢曾經接受切除手術等等。如果你患有愈多以上的毛病，那麼壞腳的危險便會愈高。你應該早些要求醫生轉介你往見足病診療師，作詳細檢查，以便接受治理和足部護理教育。

糖尿病者的足部護理

雖說糖尿病併發症會影響足部，要保持腳部健康或預防足疾，最重要的便是養成良好的足部護理習慣。

談到足部護理，每天要用微暖清水及肥皂洗淨雙足，然後用柔軟毛巾拭乾，尤其是趾縫間，要待

乾透後才能穿上鞋襪。其實不需要每天用消毒藥水洗腳，這樣做反而很容易造成皮膚乾燥或皮膚敏感。在自我檢查雙足時，如果發現皮膚乾燥，則應塗上潤膚膏，留意趾縫之間是否乾爽，避免細菌感染，引致發炎。

在修剪腳甲時，糖尿病者應用指甲鉗橫向直剪，切勿將腳甲剪得太短，亦不應修剪深入彎角位置，避免產生跣甲。可以用指甲銼挫去尖邊，但不應使用尖銳的金屬剪刀，以免弄破皮膚。假如腳甲過厚，不能使用指甲鉗，可以用趾甲銼輕挫厚甲。如果仍然有困難，可以請你的足病診療師代勞。

如發現足部有厚皮或雞眼，糖尿病者不應應用利刀和尖較剪自行割除雞眼，也不可使用雞眼藥水或膠布去除雞眼，因為這些藥物含有水楊酸，會腐蝕皮膚，容易受細菌感染。如厚皮引起足部不適，可以在洗滌足部後，用指甲銼輕挫厚皮，然後塗上潤膚膏，軟化厚皮。若果這些方法不能改善痛楚，便應請醫生轉介你見足病診療師，而你可能需要接受切除厚皮小手術。足病診療師亦會指導你如何保持鞋襪健康及為你製造保護足部的鞋墊。

穿著尺碼合適的鞋子，亦有助保護雙腳。糖尿病者不應穿著鞋頭過尖或過緊的鞋，鞋頭應有約一厘米寬的空位。應盡量隔天更換鞋款，以避免腳部同一位置長期承受壓力，及預防起繭或癆傷。在選擇襪子方面，應以柔軟棉質或混羊毛質襪子為佳。

如果發現一些小傷患，例如擦損或水泡，你可以先用暖水清潔患處，然後徹底拭乾，再用消毒藥水洗淨，最後用藥水膠布或消毒紗布蓋好。你要每天用消毒藥水清洗一次，確保傷口沒有發炎。如發現引致發炎，紅腫發熱，流膿或流水，應馬上與醫護人員聯絡。

糖尿病人該如何正確地 選鞋以防止腳患

足病診療師 林琳

雙腳是人體結構力學上最複雜的部位之一。雙腳亦是人體接觸地面的橋樑，而身體於步行時所產生的壓力亦是由雙腳所承受。據統計，人類每踏一步就產生相當於體重三至四倍壓力，而每人每日平均踏出約八千至一萬步，人一生所走的路

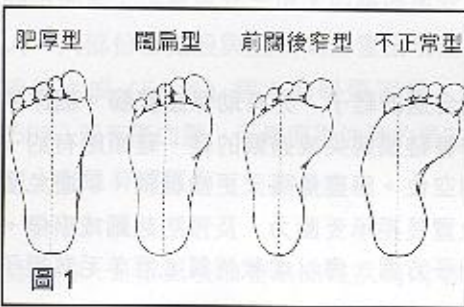
程更達十一萬五千里，相等於環繞地球四周的路程，由此可見腳部護理是非常重要的。而糖尿病人更不能忽視腳部護理以防止併發症。

糖尿病影響腳部有兩方面：

- (一) 影響腳部血液循環，導致腳部因缺乏營養而容易受到感染或潰爛。
- (二) 影響感覺神經，導致感覺神經遲鈍，病者往往不能察覺擦傷或夾傷足部。

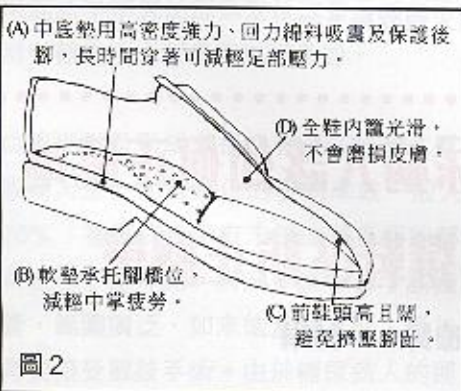
由過往經驗所得，很多腳部的毛病甚至受傷都和病者所穿的鞋有密切關係。市面上的鞋多數著重款色而欠缺真正有保護作用及配合腳形的健康設計。

每個人的腳形都不同，特別是年長的一輩，他們的腳都有不同程度的變形(見圖1)，所以一對適合自己腳形的健康鞋對老年人及糖尿病者都非常重要。



一對健康鞋必須有以下的特點：

- (一) 用全真皮製造，皮質要柔軟透氣，內裡平滑不會刮傷皮膚。
- (二) 有厚軟墊用作吸震及減少足底壓力(見圖2)。



- (三) 輕巧簡潔。
- (四) 鞋底要直身，不可內彎向腳趾公處，避免小腳趾因不夠空間而受到擠壓(見圖3)



(五) 經濟耐用。

以下是一對合乎以上標準及適合糖尿病者穿的鞋的例子(圖4)



糖尿病病者首要注重鞋的健康設計及保護功能，其次才考慮鞋的款式。

聰明的消費者應選擇有度腳服務的公司，每次買鞋之時都要先量腳長和前腳骨的闊度。鞋子的大小以預有一隻手指闊度為準。

病者只要遵從以上的資料，便可大大減少因穿鞋不當而引致的受傷及腳患。

糖尿病中心使我……

生命的重新

青葉

黃先生，六十五歲，獨身，一九八三年患上糖尿病，需要每日注射胰島素兩次。一九九三年夏天，因左腳趾縫潰爛，接受左腳下肢切除手術。

想起當年趾縫潰爛，黃先生猶有餘悸，他說：「我是一名臨時演員，素來沒有積蓄，手停口停。當初發覺左腳趾縫脫皮痕癢，以為香港腳發作，實在沒有需要唔返工去見醫生，於是自己去藥房買些葯膏回家塗塗抹抹，以為三兩天後便會痊癒，萬萬想不到兩個星期後，左腳紅腫，連鞋也穿不上，痛入心竅，寸步難行，唯有急忙叫救護車送到醫院去。」

(廣告) 所有藥物均須由醫生處方，方可使用。

糖尿病病人長期血糖水平和血黏度過高會引致多項併發症，其中一項是神經病變，令神經功能退化。病人可能出現手腳麻痺，感覺遲鈍，由於足部感覺喪失，皮膚對外界的防預功能減退，令足部容易受到損傷，被細菌感染，造成潰爛，少數病例甚至有需要截肢的可能性。

為了減低糖尿病病人出現足部問題的機會，足部神經病的藥物治療是不容忽視的。現在有藥物能修復損傷的神經，緩解麻木、疼痛和感覺異常，對糖尿病神經障礙、多發性神經炎等末梢性神經障礙能起作用。

如果糖尿病病人疑患神經病變症狀，請儘早求診。

衛材(香港)有限公司
香港北角英皇道 250 號
北角城中心 2104 室
電話：(852) 2516 6128
傳真：(852) 2561 5042
email: ehk6128@netvigator.com

為您提供公共醫療服務



HUMAN HEALTH CARE COMPANY

入院後，黃先生心裡盤算著只要住院數天，洗洗傷口，打針吃葯，便可以出院返工。豈料這一次萬萬想不到醫生竟然對他說：「您左腳需要切除，否則細菌入血，生命有危險。」黃先生回想當時情景說：「我聽到醫生的說話，實在不能接受，自己活到六十多歲，突然要失去自己身體的一部份，實在非常唔捨得，想到自己手術後變成殘廢，日後如何去搵食呢？及後得到醫生轉介往醫務社工，為我申請綜援，生活問題得到解決，加上想到自己孑然一身，就算萬一發生手術意外，亦都沒有家庭負擔，所以便毅然接受切除左腳手術。」

手術切口在左膝下，手術後傷口非常痛楚，日子非常難熬，而且黃先生情緒非常不穩定，總不能接受自己失去左腳的事實。其後在五個月的住院期，黃先生眼見比自己更不幸的人都能夠堅強地活下去，又得到醫護人員的鼓勵及關懷，卒之立下決心，面對現實，每日積極的學行，做運動。出院後，黃先生靠綜援金維持生計；閒時到公園散步，兩餐由家務助理送飯供應。

最後，我問黃先生面對糖尿病其他併發症的態度及方法，他說：「我現在非常珍惜自己身體的每一部份，每日我都檢查自己的右腳，看看有否出現毛病，我實在不能夠再失去自己僅存的一隻腳，為了怕自己會有其他併發症，我現在非常小心飲食，連飲酒習慣都戒掉了，定時覆診及每日依時注射胰島素更不在話下。以往的痛苦日子已經過去，後悔亦都無補於事，現在唯有盡自己的責任，將糖尿病好好控制，避免其他併發症發生。」

後記

今早天文台掛起三號強風訊號，天空佈滿烏雲，下著滂沱大雨。整個上午，我內心忐忑不安，因為約了裝上義肢的黃先生在下午做訪問，我怕天雨路滑，加上他行動不便，容易跌倒，致電黃先生商量取消訪問，怎料他堅持今午做訪問，以免耽誤稿件出版，有幸天公造美，中午時份，雨勢驟減，訪問得以順利完成，在此深深向黃先生致意。

問卷檔案

在眾多糖尿病引致的併發症之中，足部併發症往往會給人忽視，但其導致斷腳傷殘的嚴重後果卻不容輕視。這一期「消渴茶館」，正想提高糖尿病人對足部健康的認識。就讓我們在此作一小型的問卷調查，藉此了解糖尿病患者對「糖尿腳」的知識及有關服務的足夠性。

若你是糖尿病患者，請花少許時間填寫以下問卷，在八月十日寄回香港中央郵政信箱 732 號或傳真至 23669967，我們將綜合分析大家提供的答案，在下一期刊登出來。

「糖尿腳」問卷調查 1999

1. 性別 1) 男 2) 女
2. 年齡 1) 21-40 2) 41-55 3) 56-75 4) 75以上
3. 患有糖尿病的歷史： 1) < 5年 2) 6-10年 3) 11-20年 4) > 20年
4. 現接受的治療： 1) 不需要藥物治療 2) 口服降血糖藥物 3) 注射胰島素 4) 口服降血糖藥 + 注射胰島素
5. 覆診： 1) 私家醫生 2) 衛生署普通科門診 (賽馬會) 3) 醫院專科門診 4) 自行購買成藥 5) 中醫
6. 現在或曾經吸煙多過十年？ 1) 有 2) 否
7. 有否因糖尿病導致其他併發症？ 1) 有 2) 否 3) 不知道
8. 你知否糖尿病會導致足部病變？ 1) 知 2) 不知
9. 雙腳有否痺痛或麻木等異常感覺？ 1) 有 2) 否

10. 腳部皮膚曾否出現爆裂現象或有雞眼、厚皮？ 1) 有 2) 否

是否

- 若有：
- a) 你是否每天用溫水清洗患處
 - b) 你有否使用潤膚露滋潤乾膚
 - c) 利用自購的雞眼水/藥膏搽抹
 - d) 自行利用利器去除厚皮

11. 雙足皮膚曾否經常出現水泡、痕癢 (俗稱香港腳) 的現象？ 1) 有 2) 否

12. 有否曾經出現腳趾甲倒生 (跗甲) 1) 有 2) 否

13. 雙足腳型有否異常？ 1) 有 2) 否

14. 難找到尺寸合適的鞋子 1) 是 2) 否

15. 在家中經常脫腳步行 1) 是 2) 否

16. 現在或曾經爛腳超過兩星期未癒 1) 是 2) 否

17. 部份下肢或足趾曾被切除 1) 是 2) 否

18. 在兩年內，醫生有否檢查過你的雙足？ 1) 是 2) 否

19. 醫務人員有否教導你有關護理腳部的常識？ 1) 有 2) 否

本會訊由以下公司聯合贊助印製

Bayer 拜耳公司
 Bristol-Myers Squibb (HK) Ltd.
 Eisai (HK) Co. Ltd.
 Eli Lilly Asia, Inc.
 Hoechst Marion Roussel
 Lifescan Hong Kong
 Merck Sharp & Dohme (Asia) Ltd.
 Novo Nordisk A/S
 Parke-Davis
 Pfizer Corporation
 Pharmacia & Upjohn Ltd.
 羅氏診斷 (香港) 有限公司
 SmithKline Beecham Limited
 Servier Hong Kong Ltd.

人物掠影

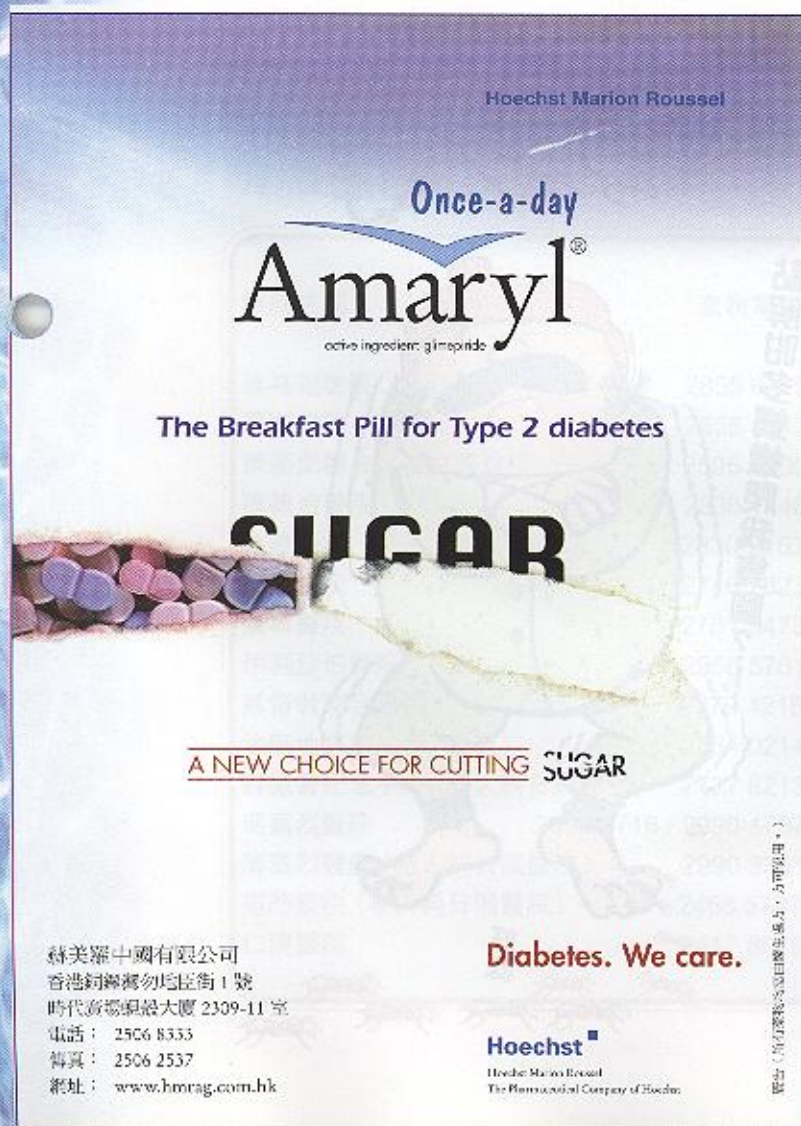


人物掠影

(1) 83歲的陳婆婆患上了糖尿病已經22年。她腳部患有雞眼。初時她用某種葯水膠布自行處理雞眼，後來覺得效果不理想，便改塗用含腐蝕性的雞眼葯水，怎知只塗用了一次，於患處便穿了一個小洞，引起傷口感染，劇痛及行動不便。經過3個月的專業護理，現時傷口已漸癒，經此次後，陳婆婆再不敢胡亂地用葯物處理雞眼。

除左腳的雞眼外，陳婆婆的右腳也需定期接受專科護理。最近兩年，她的右腿血管有血塊阻塞，需服用通血管葯。她覺得腳部被扯著，痛楚由小腿一路伸延至大牌及臀部。為了減少痛楚，她坐下時會抬高腳部，這足患影響行動，令她減少出

(廣告) 所有葯物均須由醫生處方，方可使用。



Hoechst Marion Roussel

Once-a-day
Amaryl
active ingredient: gliclazide

The Breakfast Pill for Type 2 diabetes

SUGAR

A NEW CHOICE FOR CUTTING SUGAR

Diabetes. We care.

Hoechst
Hoechst Marion Roussel
The Pharmaceutical Company of Hoechst

蘇美羅中國有限公司
香港銅鑼灣勿拉士街1號
時代廣場銀禧大廈 2309-11 室
電話：2506 8333
傳真：2506 2537
網址：www.hmrug.com.hk

廣告 (所有葯物均須由醫生處方，方可使用。)

外。若需出外時，她會穿著闊頭及透氣的鞋子，並在腳面蓋上膠布，以減低鞋面與血管間的磨擦。

雙腳的病痛令她不太開心，胃口也差了，並因此瘦了很多，幸好她還有家人同住，能給她多一些支持及照顧。

(2) 李女士現年72歲。她患了糖尿病已20年以上。現時她獨居，兒女間中會探望她。

約2、3個月前，她發覺腳板流血水及潰爛。看醫生後，她每日都要到診所接受清洗傷口，及定時往見足病診療師接受檢查及護理。

此腳患對她的生活影響頗大。以往她的主要社交生活是往老人中心及在那裡當義工。現在因行動不方便，暫時少外出了，有時還要請鄰居幫忙買菜購物。

自患足病後，她擔心到睡得不好。既擔心一個人獨居，發生了事故不知怎辦，又擔心不夠錢醫病，她期望腳患能盡快康復。預防勝於治療，她打算日後要跟隨醫護人員指示小心保護雙足，以減少傷患。

(3) 張先生患了糖尿病約12年，他現年72歲，與家人同住，他才剛退休1年，以前一直當熟食小販，因以往的工作環境較潮濕，他穿著的是較柔軟通爽的布鞋。退休後則改了穿著皮鞋。可能是鞋身太窄的關係，雞眼在腳趾尾形成。雞眼與鞋面碰觸引致痛楚，影響行動，他曾嘗試自己去剪及「批掉」雞眼。後來他向家庭醫生提及此事，醫生便轉介他往足病診療師處接受護理及指導，他慶幸能及早獲得適當的轉介及護理，並了解到正確的腳部護理方法。



楊子嬰

由“茶館”自然想到“喝茶”，尤想到“茶”本

身。“茶”本為“荼”，是“如火如荼”的“荼”。“荼”者，乃軍旅裝束、披甲、旌旗、羽飾的色彩，正是源自秋天綻開遍野而皆白的茶花。

茶字沿用到唐代，陸羽著《茶經》、盧仝撰《茶歌》，便由荼而茶了。宋朝蔡襄編《茶錄》，則以烹煮之法補綴桑苧翁之闕漏。彼輩都可說是茶癖，茶癡，茶家。茶味微苦，但嗜茶者絕不以為苦，《詩經·邶風·谷風》云：“誰謂荼苦？其甘如薺。”薺，俗稱薺菜，古又通蒺藜。江南暮春，鄉人每採其嫩葉，調製素包，其味確實甘香。

茶葉之名，有茶芽和茶槍之謂。長於頂梢一芽一葉者，曰茶芽；一芽二葉者，則以茶槍名之。採茶當在春分清明之間，“明前茶”便是上乘之作。經過立春、驚蟄以後，受到雨露的滋潤，不但萌發生機，欣欣向榮，而且枝頭爭嬌了。茶直接源於自然，汲取甘霖，兼收陽光化生之效，其葉綠得潔淨，澄明，晶滢、其花之白而純，也是這類象徵，由是顯出清純，高尚的品格。

有所謂酒有“酒德”，而茶也有“茶品”。但前者早就苦受酒徒、酒鬼、酒狂，以至酒失和酒色之累，而於周公以成王之命頒下《酒誥》之後，不只宣判了紂王酗酒之罪孽，也昭示了沉湎於酒的禍害。茶之有茶品則完全不同：一方面是上述品格的概括，另一方面又是它實在、受用、質樸的功能，而跟布帛粟黍一樣，具有相同的特性。同時，茶品並不是茶本身所僅有本質，還是如它那樣的人、物、事所應有的象徵。

我們常說：“請到舍間喝杯清茶”、“僅以粗茶淡飯招待”。“清茶”、“粗茶”，自然是謙稱的表示；竟又不盡然的。茶的清新和拙樸的內涵，也獲得了揭示。我們又常說：“茶飯”、“茶飽飯足”，以至“受茶”、“受薪”並舉，更及於“吃茶禮”。這是茶跟飲食、應酬、工作、生活緊密地維繫在一起了。

昆蟲界的“知了”，也是直接源於自然。牠深埋地下的卵，經過孵化，破土而出，攀上高枝。牠的蟬蛻祛風清火，是腫毒痛的大敵。牠餐風飲露；絕不食人間煙火。這不是自命清高，而是屬性使然。牠的居高臨下，也並非自鳴得意，而是閱盡世間的光怪陸離現象，懷著憤懣之心，不平則鳴。同時，牠有求必應，上述克敵的效用就是了；又接受世人的訴求，“知了，知了”既是不平之聲又是實際的承諾。牠跟植物界的茶，都是純樸高潔的化身。

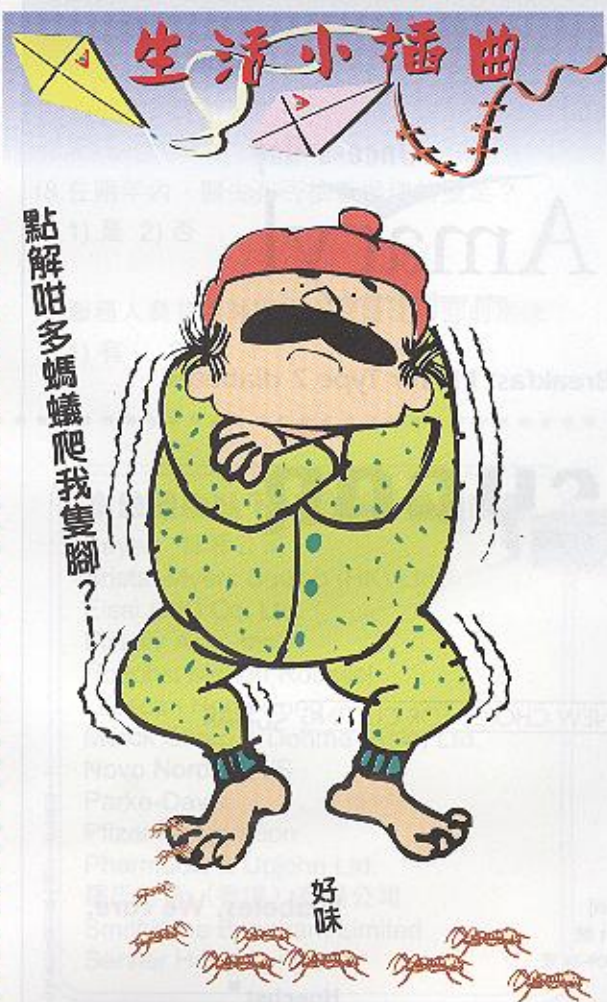
說起茶的純樸高潔，也不能不想起筋骨嶙峋、面容清癯而精神豐饒的形象。這恐怕該是合乎自然的吧？

淺談糖尿病慢性併發症

文清

胰島素、抗生素的應用，飲食合理科學搭配，

以往糖尿病人的嚴重威脅，酮酸中毒、感染等已大為減輕，但慢性併發症如冠心病、腦動脈硬化、高血壓、脂肪肝等卻逐年增多，突出地影響糖尿病人的健康與壽命，冠心病的發病率為42-85.7%，五年以上的糖尿病人腦動脈硬化的發病率達70%，腦中風比正常人高五倍，高血壓發病率40-80%，脂肪肝發病率21-78%，不少患者最終發展為難治的肝硬化，下肢壞疽比一般人多20-40倍，以上所述慢性併發症均與糖尿病人血脂紊亂相關。有60-70%的糖尿病人血脂紊亂，病人血清膽固醇、甘油三脂升高，高密度膽固醇(HDL-C)明顯降低，血脂紊亂引起全身動脈血管粥樣硬化，脂肪在周圍組織中蓄積，這便是以上最常見併發症發生的主要因素，HDL-C又稱“抗動脈硬化因子”、“動脈血管清道夫”，它可將動脈血管周圍組織的膽固醇脂質，攜帶至肝由膽道排出體外，一般中國人平均HDL-C水平為60-68mg%，而糖尿病人明顯下降(HDL-C越高越好)，常以30-40mg%，有某年輕婦女糖尿病患者其HDL-C降低至16mg%，HDL-C < 35mg% 比 > 65mg% 的人冠心病的發生率高八倍，如果已經併發心、腦血管病的糖尿病人，除降低血清膽固醇、甘油三脂外，還應提高高密脂蛋白，以改善已硬化的冠狀動脈、腦動脈硬化病變。高血壓、脂肪肝、下肢動脈硬化，均可用提高病人HDL-C得到改善，並提高糖尿病人的生存質量，延長他們的壽命。



足病診療師

相信不少糖尿病患者對「足病診療師」這個名稱不太熟悉，其實足病診療師在香港已有十八年歷史，今期我們將重溫他們的發展簡史。

足病診療的歷史

1981年 — 於瑪嘉烈醫院聘用了第一位足病診療師，當時隸屬於老人科，主要服務對象為六十五歲以上之老人科病人，除了糖尿病人之外，很多亦患有足部關節變形之問題。

1985-1989年 — 是項服務擴展至威爾斯親王醫院及瑪麗醫院之內科部門。

1990-1999年 — 醫管局成立之後，將足病診療部歸納於專職醫療部門，其發展步伐開始加快，各大醫院增設足病診療服務，已經不再局限六十五歲以上之老人科病人，而糖尿病患者更是其中主要的服務對象之一，而有些糖尿中心（例如瑪麗醫院梁球璣糖尿中心），則更加設有糖尿病科專用之足病診療師。

現在全港醫管局轄下之醫院及專科診所共有十八位足病診療師，另有一位私人執業。而全港共有十五間醫院或專科診所提供足病診療之門診服務，但全部均需要由專科護士／醫生轉介。

醫院名稱	查詢電話
馮堯敬醫院	2855 6159
瑪麗醫院	2855 3712
東區尤德夫人那打素醫院	2595 4290
律敦治醫院	2836 1446
東華醫院	2830 2162
明愛醫院	2746 7823
廣華醫院	2781 5473
伊利沙伯醫院	2958 5761
基督教聯合醫院	2379 4216
油麻地專科診所(新翼)	2384 0214
容鳳書紀念中心(老人科日間醫院)	2727 8213
瑪嘉烈醫院	2990 1716 / 2990 1707
瑪嘉烈醫院(老人科日間醫院)	2990 3351
屯門醫院(老人科日間醫院)	2468 5797
仁濟醫院	2417 8079



賴國民先生

賴先生於1986年從英國回港服務，首先在瑪嘉烈醫院老人科服務，其後轉到聯合醫院足病診療部服務一直至今。除負責聯合醫院之足病診療工作之外，更需要兼顧容鳳書紀念中心（老人科日間醫院）之工作，可謂十分繁忙。除此之外，賴先生亦是香港社區復康聯網糖尿部之顧問，經常出席各糖尿病人小組之聚會，講解正確之足部護理知識予病人及有關醫護人員認識。

談到香港現有的足病診療服務，賴先生認為仍然有很大的改善空間。由於人手短缺及醫護人員和普羅大眾對這門專業認識未普及，以致有很多病人都未能接受到妥善而及時的足病診療服務。他舉例說，由於人手短缺，很多病人都需要忍受長時間的輪候及覆診期，而一些特別的糖尿鞋墊亦不能依期完成。另外，由於有部份醫護人員對這服務並不熟悉，有些病人要在患上嚴重的足部潰爛時才得到轉介，大大減低治療成效。同時坊間亦有很多不專業的足部護理服務（例如理髮店、美容院、出售鞋具的專櫃或流動修甲車等），對一些病人（特別是糖尿病患者）來說，是有相當大的潛在危險，萬一引致傷口發炎而又延誤醫治，可引起嚴重的後果，所以賴先生希望能從以下各方面入手，改善香港的足病診療服務。

1. 增加人手——醫管局於數年前已經增加這方面的培訓，但由於香港各大專院校並沒有足病診療科，故此全部要補送往外國受訓，未來兩年將會有七位學員受訓完畢，希望他們都能加入醫管局工作。另外，賴先生亦積極支持本土培訓，希望能透過足病診療師協會、海外大學及本地大專院校合作提供一個國際認可的專業培訓課程，而無須每年補送本地人員到外國受訓。
2. 增加市民大眾及醫護人員對足病診療之認識，以便病人能及早獲得適當之治理。賴先生亦相

信，各足病治療師都會積極參與各醫院及社區組織之講座，以推動正確的足部護理常識予各有關病人或醫護人員。

3. 希望成功爭取專業地位，實行註冊制度，與美加澳洲等地區看齊。

雖然賴先生對現有服務仍未滿意，但他對未來的發展卻充滿信心，亦希望足病診療工作會獲得醫護人員、病人及社會的支持。

復康用具資源中心 (Rehab Aid Centre)

復康用具資源中心位於紅磡育才道，是復康資源協會轄下四間中心之一，專門提供服務予成年及老年人士，而扶輪兒童復康用具資源中心則提供服務予幼兒及兒童。另外有兩所流動復康用具資源中心都是流動展覽單位，其主要提供服務有以下各項：

1. 病人服務：職業治療師會評估傷殘人士的需要，繼而進行訓練，以增強功能發展、自我照顧、就學及接受教育的能力。另外，有社康職業治療師往探訪行動不便及不能到達中心接受服務的傷殘人士，在他們的家居環境進行評估和訓練，以協助他們解決在日常生活中因身體殘障所引致的困難。
2. 專科服務：主要為病人提供復康用具顧問服務，建議輪椅選用及訓練服務，及利用電腦科技來評估受訓練傷殘人士（例如傷殘駕駛復康服務）。
3. 生活環境輔導服務：提供資料及專業諮詢，以協助傷殘人士解決因建築障礙所引致的問題。
4. 資料及資源服務：職業治療師會解答有關傷殘人士的電話查詢或來信，同時資料庫儲存有關本港及外國製造之復康用具的最新資料，並提供復康用具外借服務予各界專業和工作評估之用。此外，每間資源中心均設有圖書館，蒐集有關不同類別的殘疾、傷殘人士如何適應和解決身體傷殘所引致的問題等之書籍、期刊、文獻及視聽資料。
5. 教育服務：中心會邀請本地和海外專家來港舉辦各種研討會、工作坊、講座及示範，同時亦出版季刊「復康資訊」及年刊「復康用具黃

頁」。每期設特定主題，前者探討復康界關注的問題，後者詳列復康用具的租售服務和供應商之名稱地址和介紹本地設計及裝配服務。



(廣告) 所有藥物均須由醫生處方，方可使用。

CHANGING THE WAY YOU THINK ABOUT DIABETES MANAGEMENT



Lilly
Diabetes Care

El Lilly Asia, Inc. (Hong Kong Branch)
3/F Hua Fu Commercial Building
111 Queen's Road West
Hong Kong
Telephone : 2572 0160
Fax : 2572 7593

糖尿腳患的新希望

——“中西合璧”

治療是否可行？

訪問梁秉中教授及鄭文祺博士

大部份糖尿病患者都不相信糖尿腳患會導致截肢，其實，糖尿病腳患約佔全部截肢病人的百分之五十，它的常見性及嚴重性並不亞於其他“出名”的併發症。

為何一個起初很小及很淺的傷口潰爛會導致截肢？這主要是由於患者及部份醫護人員低估了它的嚴重性而缺乏積極醫治，或傷口不適當的局部處理，導致傷口發炎及深部組織壞死，這時截肢就成為逼不得已的方法。

因此糖尿病患者及醫護人員對下肢的定期檢查及護理是最重要，最簡單而有效的一環，正確和及早的傷口處理是可以大大減低截肢的危險，不過對於一些嚴重的糖尿腳傷口潰爛，截肢仍可能無可避免，因此醫學界正積極地尋找截肢以外的方法，參考中醫的治療方法是其中的一個希望。

談到這方面的研究，首推中文大學矯形外科及創傷學系教授梁秉中醫生，不論行內及行外，梁教授都是不遺餘力地推行中西合璧治療糖尿腳患。

「糖尿病患者的下肢傷口潰爛和非糖尿病患者的情況的完全不同，可能是由於糖尿病對局部血液循環有阻塞性的影響，使截肢往往切得不足夠，最終越切越上，切及膝部，令很多骨科醫生，包括我在內，都很沮喪，而病人的感受更越來越難受。」梁教授簡單地道出骨科醫生的無奈和病人的苦況。

「當我在上海虹橋中西醫結合醫院考察時，我見到了另一番景象，病人大多都不需要截肢，而且傷口痊癒得很快，由於他們是中醫，他們祇可以逐步少量的清除壞死組織，但這種“限制”有別於一般傳統骨科的“一刀切”，對局部血液循環的影響較少，可能是治療糖尿傷口潰爛的精髓，配合一些有中藥成份的沖劑，使肉芽加快長出，增加傷口癒合的機會。」梁教授嘗試用西方理論去解釋中醫的做法。

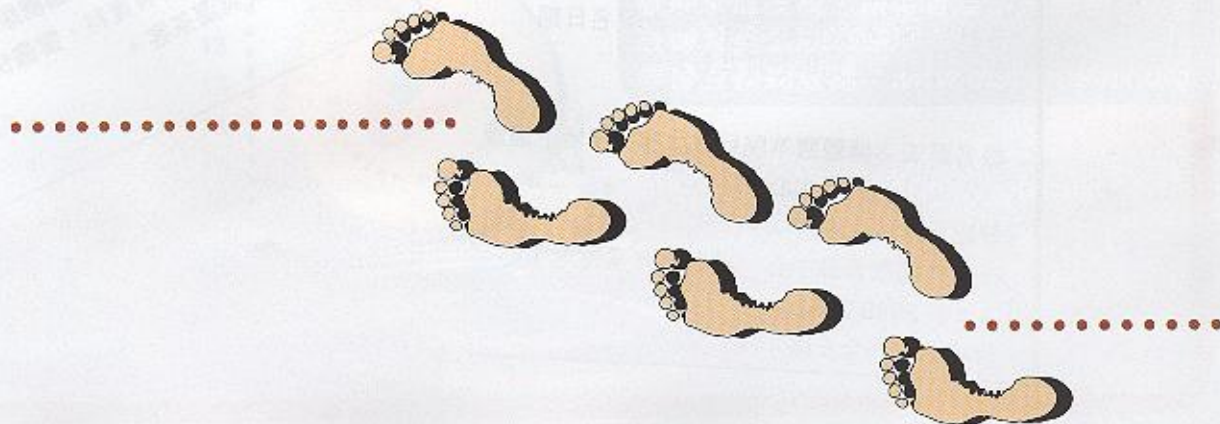
「因此，我深信配合骨科醫生較好的清創及植皮技術，大部份糖尿病腳患是可避免截肢的，但理論需要有科學的解釋及臨床的研究，我們正聯同中文大學的中藥研究所展開了臨床的研究。」雖然仍然在試驗階段，教授對這種中西合璧治療法的成效非常樂觀。「經過重重波折，我們的研究終於得到撥款支持及醫院的道德委員會通過。」

另一位對運用中藥作糖尿腳患治療抱支持態度的是廣華醫院足疾治療部鄭文祺博士，雖然鄭博士是外籍人仕及接受傳統西方醫學教育，鄭博士對於中藥的成效有很深刻的印象。

「我在廣州中醫學院考察時，見到一些屢醫無效的傷口潰爛經中藥的治療而癒合之後，我覺得可以嘗試，在病人同意下，我嘗試用“馬勃”作局部的傷口處理，“馬勃”有殺菌及強力吸收分泌的作用，那幾個病人的傷口很快便癒合。」鄭博士用頗純正的廣東話娓娓道出他的經驗。

「我對中藥是持開放的態度，如果是有效的而病人又同意的，我覺得是可以嘗試的，但最終要配合西方傳統醫學，例如血糖控制及避免傷口受壓，效果才會事半功倍。」

西醫西藥加中醫中藥，可能是明天糖尿腳患免以截肢的希望。



糖尿服務壁報板

糖尿教育推廣雙週 99'

一九九九年六月廿六日至七月十日
由雅麗氏何妙齡那打素醫院，糖尿患者互助
小組——「糖匯館」主辦，配合今年世界糖
尿日的宗旨，是次活動以「糖尿何價？」為
主題，探討糖尿患者付出的代價及其成效。
一連串內容包括：
工作坊——讓我們一起體驗糖尿病所帶來
的影響……
只限「糖匯館」會員參加

巡迴展覽

1. 日期：一九九九年六月廿八日至廿九日
(星期一至二)
時間：上午十一時至下午七時半
地點：大埔墟火車站大堂
2. 日期：一九九九年六月三十日至七月三日
(星期三至六)
時間：上午十一時至下午七時半
地點：大埔廣場二樓平台
3. 日期：一九九九年七月四日至七月十日
(星期日至六)
時間：上午十一時至下午六時
地點：雅麗氏何妙齡那打素醫院 B 座二樓
(餐廳對出)

講座「糖尿何價？」——與你分析糖尿 病的付出與成果……

日期：一九九九年七月三日 (星期六)
時間：下午二時半至五時半
地點：雅麗氏何妙齡那打素醫院專科門診大堂
名額：150 人 (先到先得/截止報名日期：
一九九九年七月二日)

報名辦法：請親臨本院行政大樓 A 座地下健康
資源中心

登記及索取入場券

查詢：健康資源中心/糖尿教育及護理中心
2689 2062

地址：大埔全安路 11 號

香港糖尿互協會—— 健康普查活動

逢每月第一個星期六)
項目包括—血糖測試
— 驗血壓
— 膽固醇測試
詳情及費用—請電 2726 4023 查詢
糖尿互協會開放時間為：
星期一至星期六
上午十時至下午四時半

本「壁報板」歡迎全港各醫院、門
診、中心、社團惠賜有關糖尿服務
之最新消息，所有資料，當儘快刊
登，以饜消渴茶客。