免費贈閱

CHEERS GALLERY 卓思廊

www.rehabexpress.com.hk
全港最大復康用品訂購網站
提供全面產品資訊及送貨服務

復康速遞

issue 87
一站式 復康 關愛 生活
雙月刊 2021年11月

Rehab Express 全港首創復康專題雜誌・內附〈復康用品訂購表格〉・免費家居送貨服務



司持續發展的醫療服務

高拔陞

cover story 封面故事

福從口入・
亞麻籽粟米奶昔

耆妙用藥・
注意「光敏感性藥物」的副作用

醫管局資訊廊・
醫管局推「共同醫治模式」公私營協作 專科病人用「街症價」睇私家醫生

傷健深情・
活在當下 尋回遺失的感覺

樂齡樂活・
銀髮科技，職業治療幫到你

中西醫理・
中醫淺談以形補形的迷思

全港公立醫院滲透率最高及最具公信力的健康資訊雜誌

[復康速遞]為政府支持的社會企業項目，一方面為病友及照顧者提供復康資訊，促進病者康復；另一方面透過刊物製作及附帶的復康用品速遞服務，為弱勢社群創造就業機會，助其重投社會，自力更生。

慶祝「卓思廊」上環及銅鑼灣分店開幕
購物優惠券 9折
查詢電話：8206 6160
・憑此券於「卓思廊」港島區分店購物，可享9折優惠(詳情請參考內頁廣告)。・每張優惠券只可使用一次。・每次只可使用一張優惠券。・指定貨品、尿片、營養奶品及血糖產品除外。・優惠期至2021年12月31日。・此券不能兌換現金及與其他優惠同時使用。・如有任何爭議，「卓思廊」保留最終決定權。

Nestlé HealthScience

beneprotein®蛋白補™

純增肌・零增脂

撐你人生再衝刺



美國製造

無添加糖

容易被人體吸收

可加入任何食品飲品

1量匙=
1隻雞蛋蛋白質*

*根據食物安全中心〈營養資料查詢〉，一量匙蛋白補™乳清蛋白質粉等於約一隻雞蛋（50克，全隻，以水煮熟）所含的蛋白質量。 Food for Special Medical Purposes

Cheers Gallery 卓思廊 | Rehab Express 復康速遞

www.rehabexpress.com.hk 訂購熱線：8206 6160

Diabetes

迎新優惠
守護您的健康



優惠期由11月1日至12月31日

基本套裝

GE100血糖監測系統1部

送 GE血糖試紙1盒

(合共試紙60片，採血針10支)





試紙孖裝

GE血糖試紙2盒

送 GE採血針2盒

(合共試紙100片，採血針100支)





經濟套裝

GE100血糖監測系統1部

送 GE血糖試紙2盒 及

GE採血針2盒

(合共試紙110片，採血針110支)





總代理：

港豐遠東有限公司
KINGSFORD FAR EAST LTD

電話：2348 0433
傳真：2348 0727

www.kingsfordfe.com

kingsfordfe

Cheers Gallery 卓思廊

Rehab Express 復康速遞

www.rehabexpress.com.hk 訂購熱線：8206 6160

特選產品優惠

2021年11-12月



買兩包
88折

添寧透氣棉柔成人紙尿片
日用型/夜用型

瞬吸乾爽 日夜倍護肌膚

1. 首創Confio AirTM 技術 100%透氣，時刻感受通爽舒適
2. 乾爽升級、 高效鎖水 、減少回滲 、保持皮膚乾爽
3. 棉柔舒適，皮膚健康聯盟認證 ，通過皮膚科專科測試，敏感肌膚適用
4. 三重防漏保護



買兩包
9折

安加適金裝超吸成人紙尿片、安加適金裝夜用成人紙尿片

1. 附有抗菌、pH 5.5值的液體吸收層
2. 含有能中和異味的3層吸收系統
3. 經皮膚專家驗證，產品屬低敏感
4. 高度透氣
5. 整個表面均覆有柔軟無紡布，並擁有內側防漏邊
6. 底層是柔軟布質外層，完美防滲漏
7. 德國/法國製造，高品質保證
8. 可重複黏貼



購買
任何呎碼一
包送超特級長
效型成人尿片
樣本一包

德寶123 全效型成人尿片
中/大/加大碼(10片裝)

1. 雙層超強鎖水層
2. 多次用腰貼面
3. 直立防漏摺邊
4. 腰圍設計寬闊
5. 抑菌消臭
6. 尿濕顯示
7. ISO:2008質量管理系統認證

買兩包
9折



安而康金裝豪華版成人紙尿褲、安而康皇家至尊裝成人紙尿褲

1. 高溫消毒
2. 抗菌、除味
3. 長期卧病、嚴重大小失禁及接受手術後患者適用

單包送心相印
Minion系列
超迷你濕紙巾
一包



優惠價$45.9
原價$51



Tenson
高級透明即棄手套(無粉)
(200隻/盒)

1. 防滑表層,方便使用
2. 適合進食時或不同場合時使用，清潔衛生
3. 各大老人院舍採購及使用的產品
4. 用完即棄，經濟實用
5. CE質量管理系統認證

優惠價$44.5
原價$49.5



Tenson
高級防漏床墊
(20片裝，40 x 60 cm)

1. 棉柔表層，柔軟舒適
2. 優質木漿棉內層，吸水力强
3. 添加高效吸水分子，迅速鎖水，防返滲
4. 高級PE防漏底膜，防滲漏
5. 特設兩邊包邊設計，更有效防滲漏
6. 使用肌膚更乾爽，感覺更舒適
7. 適用於長期臥床人士及有需要人士使用
8. 各大醫院採購及使用的產品
9. ISO 13485、CE質量管理系統認證

爽潔之選

買二送一
(平均每包 $ 22.7)
(原價$34)



Tenson 成人蘆薈濕紙巾 (80片裝)

1. 無味、無酒精、不致敏
2. 不含MIT-free & Paraben-free
3. 含蘆薈成份，滋潤肌膚
4. 溫和PH 值
5. 各大老人院舍指定採購產品
6. 通過 “HOKLAS” 香港認可實驗所檢測認證
7. ISO 9001、FDA質量管理系統認證

買兩包
9折



包大人親膚防漏紙尿片 - 日用型10片裝

1. 立體防漏隔邊有效防止外漏
2. 藍色導流層秒速吸收，強效鎖水
3. 3重天然護膚表層蘊含蘆薈、洋甘菊及維他命E，呵護脆弱肌膚
4. 備有自在魔術貼及尿濕顯示



3M 科技改善生活

8折

3M™Cavilon™加膚康™ 特效持久保膚霜無香味92克 (3392G)

1. 滋潤嚴重乾燥肌膚，專用於預防尿布下的皮膚刺激反應
2. 3M獨有聚合物技術，可形成持久保護薄膜，能隔離水份和刺激物(如尿/糞便)
3. 不易被水洗掉或於尿布中結塊
4. 不影響膠帶或敷料黏貼



買3M™ Micropore 醫生紙膠帶
送 Micropore™ S 溫和剝離矽膠帶升級版 2.5厘米X1.3米 (2770S-1) 一卷

送

3M 科技改善生活

3M™Micropore™ S 溫和剝離矽膠帶升級版 (2770S-1)

1. 對皮膚溫和的膠帶
2. 獨特的矽膠粘合劑，剝離時疼痛小，不傷皮膚，適用於皮膚脆弱的高危患者的護理
3. 完美貼合，即使長時間使用也可以隨時輕鬆剝離
4. 無需剪刀即可輕鬆用手撕斷
5. 升級固定性比前一代的溫和剝離矽膠帶加強50%



買兩包
9折

赫曼頂級尿片

1. 附有抗菌、pH 5.5值的液體吸收層
2. 含有能中和異味的3層吸收系統
3. 經皮膚專家驗證，產品屬低敏感
4. 高度透氣
5. 整個表面均覆有柔軟無紡布，並擁有內側防漏邊
6. 底層是柔軟布質外層，完美防滲漏
7. 德國/法國製造，高品質保證
8. 可重複黏貼



買三包
送一包

DiniClean™ 「隨處沖」沖涼布 (12片裝)

1. 1包12片，可用於全身清潔，特別適用於手術後、長期臥床及傷口不能碰水的人士
2. 20x20cm，特大面積，一片足夠全身使用
3. 多泡配方，加倍潔淨，更無需過水，方便易用
4. pH平衡特性，加強對皮膚的滋潤及保護
5. 已通過皮膚測試（不致敏、非刺激性）
6. 歐盟認證（EC 1223/2009）

facebook : Cheers Gallery Rehab Express

備註:

- 「健醣之選」優惠期至2021年12月31日止。
- 以上產品或於指定「卓思廊」有售，購買時請先致電分店查詢。
- 贈品數量有限，送完即止。
- 尚有其他「健醣之選」產品提供。
- 「卓思廊」保留修訂及終止此推廣活動之權利，而不作另行通告。
- 如有任何爭議，「卓思廊」保留最終決定權。

「卓思廊」分店地址

律敦治醫院24小時便利店	電話：2836 0780	東區醫院復康用品專賣店	電話：2896 6318	上環復康生活幹線(皇后大道中)	電話：2811 9992
瑪嘉烈醫院荔景大樓便利店	電話：2488 3678	瑪嘉烈醫院復康生活幹線	電話：2488 2123	銅鑼灣復康生活幹線(軒尼詩道)	電話：2762 2728
威爾斯親王醫院便利店	電話：2645 0333	明愛醫院復康生活幹線	電話：2242 6313	筲箕灣復康生活幹線(南安街)	電話：3596 3270
大埔醫院便利店	電話：2607 6540	賓華醫院復康生活幹線	電話：2788 1771	旺角復康生活幹線(窩打老道)	電話：3709 8798
北區醫院24小時便利店	電話：2669 7959	將軍澳醫院復康用品專賣店	電話：2208 0456	佐敦復康生活幹線(南京街)	電話：3586 1525
博愛醫院24小時復康店/便利店	電話：2470 7065	屯門醫院復康用品專賣店	電話：2463 1905	觀塘復康生活幹線(協和街)	電話：3974 5027
				荃灣復康生活幹線(街市街)	電話：3111 2386

Rehab Express
復康速遞
issue 87
雙月刊 2021年11月

contents 目錄

CHEERS Gallery 卓思廊

cover story 封面故事



8 **可持續發展的醫療服務**

高拔陞

14 福從口入 關節炎、痛風症，飲食原則要分清！

亞麻籽粟米奶昔

18 耆妙用藥 注意「光敏感性藥物」的副作用

22 醫管局資訊廊 醫管局推「共同醫治模式」公私營協作

專科病人用「街症價」睇私家醫生

26 急症室先鋒 我是中風嗎?

48 一脈相連 糖尿與運動

50 御癌有術 更年期、賀爾蒙、飲食、肥胖和運動與女性癌症的關係

54 傷健深情 活在當下 尋回遺失的感覺

Back to school 的心理適應

58 樂齡樂活 銀髮科技，職業治療幫到你

60 中西醫理 中醫拆解更年期症狀

中醫淺談以形補形的迷思

editor 編者的話

這兩年疫情和社會事件都大大改變了香港人的生活，一方面疫情影響下大家無法外遊，但另一方面卻又有不少人移居外地開始新生活，離開的不少更是各行各業的專業人士，其中為人關注的就是醫護人員的流失問題。

近月有統計指由2020年7月初至今年6月底，全職醫生及全職護士流失率分別為4.6%及6.5%。相比以往，的確有上升趨勢，因此醫管局也採取了不少措施挽留及引入人才，例如將臨床前線醫護的退休年齡由60歲延長至65歲，以及增加護理職系的晉升機會，提供更好的發展前景。此外，積極引入海外醫生以增加醫護人手，提倡毋須通過執業資格試，即可在港取得正式註冊資格。

對於引入海外醫生的豁免考試方案，令大眾產生不少疑慮，在今期的封面專訪中，曾向醫管局行政總裁高拔陞醫生提問此事，他並不擔心會因此影響香港整體醫療水平，更提及無論回歸前後都有海外醫生在醫院任職，他也曾跟那些在英聯邦畢業的醫生合作，他們都富有經驗，甚至可視為跟外地醫護交流的機會，令香港醫療跟世界接軌。他認為醫護人員短缺已非香港獨有的問題，而是全球在競爭醫護人才。

或許我們仍會批評管理階層都是「堅離地」的，而曾任職前線工作的高醫生也直言當年他也是這樣埋怨管理層，今天雖然改變了工作崗位，但他仍然抱著服務市民的初衷去履行他的工作。

無論香港經歷多少困難，但願每個人也緊記初衷，一起努力！

全港公立醫院滲透率最高及最具公信力的健康資訊雜誌

營辦機構 明途聯繫有限公司（香港心理衛生會附屬公司）

聲明及版權 本刊所載之文章內容均由醫院部門負責人、醫生、醫護人員及專業人士提供，旨在提供準確的復康訊息予病人及照顧者。惟所有內容均屬參考性質，故建議病人就個別不同情況向專業醫護人員尋求正確的診斷及治療。本刊、被訪者及撰稿人，均不會為任何人對本刊的內容應用、廣告商所載資料與提供的服務及產品的準確性、質素或可靠性，負上任何醫療及法律責任。本刊所刊登的一切資料，倘未經書面提出正式索取，又獲得本刊書面回覆之允許，均不可複制、編纂、翻印、仿制及以任何形式轉移至任何類型之刊物及媒體之中應用。

一站式●復康●關愛●生活 www.rehabexpress.com.hk

名譽顧問團

（排名按筆劃序）

方玉輝醫生 社會醫學專科醫生
程志剛先生 香港心理衛生會總幹事
李俊傑醫生 養和醫院家庭醫學專科醫生
吳美君女士 名卓護專科護士診所顧問護士
高永文醫生 骨科專科醫生
高淑蘭女士 香港醫務行政學會課程總監
孫外主教授 香港中文大學中醫學院專業顧問
莫恩榮醫生 資深呼吸系統專科醫生
莫華勳先生 大澳文化基金會有限公司董事
許偉智先生 葵涌醫院部門經理(物理治療)
麥基恩醫生 資深精神科醫生
楊慧珍女士 高級營養師
葉維國醫生 香港結構性心臟病學會主席
詹華強博士 香港科技大學中藥研發中心主任
黎守信醫生 資深精神科醫生
劉業添醫生 內分泌及糖尿科專科醫生
潘佩璆醫生 資深精神科醫生
盧德臨醫生 資深精神科醫生
鄺國柱醫生 呼吸系統科專科醫生
龐曹聖玉女士 香港護理及衛生管理學院創院主席
羅英敏先生 聯合醫務集團有限公司康復總監

編輯委員會

出版人 明途聯繫有限公司（香港心理衛生會附屬公司）

督印人 鍾偉成先生 行政總裁

編輯部 李　春小姐 總編輯
Agnes 特約記者
Natalie Wong 攝影

市場推廣及廣告 金保華小姐
伍偉照先生
王佩珊小姐

2710 8860

發行及印刷 VISIONAIRE

Rehab EXPRESS

復康速遞

cover story 封面故事

CHEERS Gallery 卓思廊

記者Agnes　攝影Natalie Wong　設計VISIONAIRE



由骨科到老人科到CE

雖然高醫生現時主要做行政工作，但今年取得醫管局30年服務獎的他，之前從事臨床工作近二十年，「我最初在瑪麗醫院是做骨科的，剛畢業對做骨科手術很感興趣。早期的骨科培訓以做創傷個案為主，當中又以做長者骨折手術佔最大比例，特別是為長者做髖關節手術。我記得多年前一個婆婆早上做完手術，下午已可自行去洗手間，雖然她擅自拔掉喉管離床是不恰當的，但看到她手術後立刻活躍起來，那種滿足感很觸動我。長者病人一般較信任醫生，他們總是熱情地向醫生表示感激，這種互信關係驅使我之後轉到老人科工作。」

那麼為何之後會由臨床工作轉為從事行政工作呢？高醫生分享道：「醫務行政跟臨床工作本來就息息相關，我在雅麗氏何妙齡那打素醫院和新界東醫院聯網工作時會涉獵很多行政工作，例如跟進長者入院安排、社區協調、醫社合作等，除了替病人診症，醫療服務發展、提升服務質素也是醫生的工作之一。當時



可持續發展的醫療服務

高拔陞醫生，現任香港醫院管理局行政總裁（CE），2019年8月上任後不久，即要面臨來勢洶洶的新冠肺炎疫情。2003年沙士期間任職前線醫生的他，十多年後以另一個角色經歷新冠疫情，但無論從事哪個崗位，他還是抱持同一信念：盡心盡力為市民服務。

同事請我幫幫忙，誰料一直做著做著，自此開拓了我在醫務界的另一崗位。」

醫生睇症背後的工作

出任醫管局CE前，高醫生曾任職新界西醫院聯網總監及屯門醫院行政總監，他坦言多得過往每一個崗位的工作經驗，令他可以從不同角度去理解各部門和同事的工作。「無論是前線的臨床工作，或是在聯網的工作，我都認識了很多同事，這樣令我跟同事溝通有一定好處。其實工作上不順利的事，很多時都是因為不了解對方的看法所致。現時不少同事跟我都認識了很久，在彼此信任和尊重的基礎上去溝通和討論會比較容易一點。當然，每一代人要面對的挑戰也不同，我明白有同事會鬧我們『堅離地』，但我們也希望盡量代入年輕一輩的角度去了解他們的想法，至少學習去理解他們。」

提及不少醫生埋怨繁重的行政工作令他們忙上加忙，高醫生以自身經歷解釋道：「在醫療系統的運作上，醫生的工作不如一般人想像中只需睇症，一些臨床運作事務難免要醫生幫忙，例如我們要定期檢討買什麼藥物、儀器等，那當然需要詢問醫生；或是有關醫療服務的發展計劃，例如心臟病或中風的醫治要如何改善？醫生便有需要參與心導管檢查、『通波仔』或心臟搭橋等手術的發展和質素保證工作。要提

Rehab Express

復康速遞

CHEERS Gallery 卓思廊





升醫療水平，有賴培訓、技術提升、質素保證等各方面的配合。」

上任後的新冠肺炎挑戰

新冠疫情持續近兩年，沙士爆發時他在雅麗氏何妙齡那打素醫院任職，對當時的經歷仍歷歷在目，「當年不少同事受感染，令市民都不敢來醫院，外賣速遞員只會把食物放在醫院大門口。我們也不敢回家怕傳染家人，當時我在醫院睡了很多個晚上呢。然而沙士的悲痛經歷，無論對香港醫療系統或市民也是有得著的，例如公營醫療的前輩花了十六、七年在軟、硬件方面下了不少功夫，因此新冠肺炎雖然來得突然，但相對來說，香港算是準備得比較好的。例如疫情爆發後我們很快便提供租金津貼予醫護人員，以便他們可租地方暫住；另外亦加快發展快速測試技術，立刻安排隔離病床等。市民自沙士後也加強了防疫意識，疫情爆發初期已養成戴口罩、用消毒液搓手的習慣等。」雖然疫情仍然肆虐全球，可幸這次香港醫護受感染的個案不多，因疫情而去世的人數也比沙士少。



醫療系統講求硬件和軟件

世事難料，高醫生直言接任時從沒想過會發生那麼多事，不過種種無法預計的事情，正好帶出醫管局的發展方向——可持續性發展。高醫生說：「醫療發展要軟、硬件配合，尤其硬件發展需時，因此醫管局正全力推行第一個十年醫院發展計劃，並積極籌備第二個十年醫院發展計劃。例如醫院病床擠迫緊絀，新建醫院是最有效的解決方法，而在第一個十年醫院發展計劃中，啟德新發展區興建的新急症醫院是其中規模最大的工程，預計落成後可提供約2,400張病床，成為全港病床數量最多的公立醫院。還有屯門醫院手術室大樓的擴建計劃、廣華醫院的翻新工程等。而隨著香港人口老化，我



們將大力擴展『公私營協作計劃』，資助病情穩定的專科門診病人到私家醫生診所覆診。香港醫療往往很依賴專科，不少長者可能同一時間在看幾個專科，我們希望加強家庭醫生的概念，這樣對病人也有好處，由一個醫生長期跟進，可更理解患者的病歷，有助作出較準確的判斷。此外，資訊和科技發展亦將成為提升醫療和服務質素的關鍵，例如2019年推出的「HA Go」手機應用程式，現時已有90萬人已下載，期望可加快預約覆診期、付款、取藥等流程；而大數據的分析和人工智能科技，也有助改善醫療技術。」

訪問中提及了不少硬件發展的方向，然而在訪問尾聲，高醫生最著重的還是軟件——醫護人才，他語重心長的說：「我希望同事間多點互相尊重和信任，多溝通多理解，那麼我們一定可以做得更好。同事的共同目標是服務市民，但我也希望同事要顧及個人身心健康，各人在工作上獲得滿足感外，也可以做到自我成長或增值。」

醫者父母心，無論硬件如何提升，為病人著想的「全人醫療」信念才是醫療系統的關鍵。

特區政府在2016年施政報告中宣布已預留港幣2,000億元的專款承擔在未來十年推行的十年醫院發展計劃。

十年醫院發展計劃包括:

- 興建1所大型急症全科醫院
- 重建/擴建11間現有公立醫院
- 興建3所社區健康中心
- 興建1所支援服務中心

醫院管理局將進行十年醫院發展計劃，在完成計劃後將提供:

- 額外約5,000多張病床
- 增加約90個手術室
- 診所新增設施每年可提供約四十三萬普通科門診人次和約二百八十萬專科門診人次

第二個十年醫院發展計劃的項目亦正在籌備中，涵蓋共18項醫院工程和一項社區健康中心工程，預算費用為2,700億元，待此計劃完成後，可額外提供逾9, 000張病床及其他新增醫療設施。

eefit 依飛

日本製
Made in Japan



依飛舒痛貼
有能量
有健康！



增強血液微循環
快速舒緩各種痛症
提昇身體免疫力

eefit inside
efficiency enhancement field induction technology
效能場導入技術

專利技術

本產品經過eefit®專利效能場導入技術處理，將對健康有益的能量傳導到產品，長久發揮作用。技術已獲得多個國家和地區專利。





依飛生物醫學項目研發合作夥伴

- 中藥質量研究國家重點實驗室(澳門科技大學)
- 埃爾文內爾博士生物物理與創新藥物實驗室(諾貝爾獎得主)

93% 受訪者滿意依飛舒痛貼效果*

依飛能量·讓身體更美好

銷售點：

Cheers Gallery 卓思廊

- 上環復康生活幹線 (皇后大道中)
- 銅鑼灣復康生活幹線 (軒尼詩道)
- 筲箕灣復康生活幹線 (南安街)
- 旺角復康生活幹線 (窩打老道)
- 佐敦復康生活幹線 (南京街)
- 觀塘復康生活幹線 (協和街)
- 荃灣復康生活幹線 (街市街)

Rehab Express 復康速遞

訂購熱線：8206 6160
www.rehabexpress.com.hk

產品諮詢熱線
2677 7898

www.eefit.com

*根據新元科技(亞洲)有限公司委託尼爾森公司在香港進行的調查訪問報告，在2020年3月5日至3月19日訪問了101位的年齡介乎18-60歲之間，且有明顯的頸梗膊痛、肌肉繃緊、關節痛、腰背痛等問題的成年人的報告 (©2020 尼爾森公司版權所有)

ElderJoy® 安而康®

成人活力褲

Adult Vitality Diaper Pants

大人用長持ちおむつパンツ

特強吸水力



零負擔的呵護

舒適貼身如內褲





抗菌除味

特設導流層
超強吸收

貼身舒適
不易移位滑落

總代理 Sole agent:
HENGAN PHARMACARE CO., LTD.
A member of Hengan International Group

www.banitore.com.hk

福從口入

深水埗地區康健中心註冊營養師 **關建慧**



關節炎、痛風症 飲食原則要分清！

不少中年或年長人士都經歷過關節問題的困擾！病徵主要有關節疼痛、紅腫和發炎等，嚴重的更會出現關節變形。發病時痛楚難忍，所以受關節相關疾病影響的人士，遵從飲食「規條」都相當嚴謹！不少患者更是甫見營養師便要求「戒口紙」，但求早日止痛！







關節發炎可以由多個不同疾病引起，例如類風濕關節炎、退化性關節炎和痛風症等。不同的病因需要注意的飲食要點都不盡相同。未經醫生確診病症而道聽途說，甚至過度地限制飲食，對病情未必有幫助，更有可能令身體缺失一些有益營養素，長遠影響健康。

類風濕關節炎

類風濕關節炎是自身免疫系統疾病。免疫細胞錯誤地攻擊身體各關節，引致發炎、腫痛等徵狀。由於這病是由免疫系統而非飲食引起，因此若遵從均衡飲食的原則，不過量進食某種或某類別食物，則毋須特別「戒口」。有針對類風濕關節炎的研究指出，增加奧米加三脂肪酸的攝取，或有助控制炎症，減輕徵狀。含豐富奧米加三脂肪酸的食物有深海魚如三文魚、亞麻籽和芥花籽油等。

退化性關節炎

退化性關節炎的成因有工作勞損、長期姿勢不當、年長或過重等。建議過重人士先控制體重，避免進食高脂肪及高糖份食物。另外，攝取過量奧米加六脂肪酸有可能加劇發炎徵狀，應盡量減少進食花生油、粟米油、大豆油或果仁類等。

痛風症

痛風症與飲食有最密切的關係。主要是過量進食肉類和酒精，加上身體未能有效地分解代謝物普林，令它積聚在關節位置，誘發炎症。有效的飲食療法，首要是謝絕酒精，調整肉類進食量至每天5至8兩(成年人)，避免濃肉湯、肉汁和貝殼類食物。豆類、菇類、菠菜等含有中或高普林的食物，可因應病情，於穩定時期適量進食，不用完全戒絕這些營養豐富的食物。

深水埗地區康健中心
網址： https://www.sspdhc.org.hk/
電話：23971110
Facebook：深水埗地區康健中心 SSPDHC

福從口入

深水埗地區康健中心



亞麻籽粟米奶昔

營養師貼士

1. 奶昔份量適中，可作下午茶小食。
2. 奶類是豐富鈣質來源，是健骨好幫手。建議選用脱脂種類，以助維持健康體重。
3. 亞麻籽含有奧米加3脂肪酸，有抗發炎作用。

材料(2人份)

- 粟米粒 120克
- 脱脂奶 125毫升
- 亞麻籽 2 茶匙

做法

1. 將粟米粒、脱脂奶和亞麻籽放入攪拌器攪拌約半分鐘。
2. 取出後以少量亞麻籽裝飾即成。
3. 凍飲可在攪拌時加入冰塊，熱飲可先將奶煮熱。

肝美靈
Aminoleban® EN

肝問題專用營養品







經本地大學醫學院臨床醫學研究證實能有效：

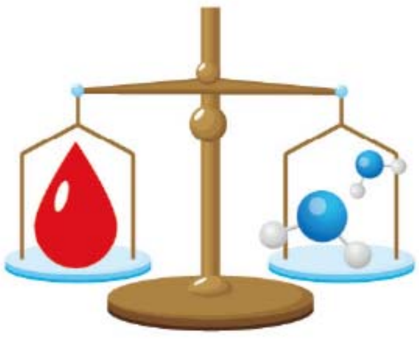
關注肝臟 信賴肝美靈



- 改善病人精神狀況及日常活動能力[1, 3]



- 血液測試顯示血清蛋白水平上升，膽紅素下降[1, 2, 3]



- 平衡血液氨基酸[1]





Ref: (1) The San-in Group of Liver Surgery. Br J Surg. 1997 Nov;84(11):1525-1531.
(2) Meng WCS, et al. Aust N Z J Surg. 1999 Nov;69(11):811-815.
(3) Poon RTP, et al. Aliment Pharmacol Ther. 2004 Apr;19(7):779-788.

HKTV mall　裕利健康 ZPhealth

Cheers Gallery 卓思廊
Rehab Express 復康速遞
www.rehabexpress.com.hk 訂購熱線：8206 6160

HKOP-AMN-EN-202107-002

肝友營

立即掃描QR Code登記成為會員啦！
現憑「型友證」於卓思廊門市購買肝美靈®產品，可享會員優惠。
登記後，更有機會獲得精美禮品乙份。

2881 6299

收集之資料只供「肝友營」會員登記及有關使用，一切資料絕對保密。

Otsuka
香港大塚製藥有限公司　香港銅鑼灣禮頓道38號東區電訊大廈21樓

耆妙用藥

到訪藥劑師　**廖家康**



注意「光敏感性藥物」的副作用

某日我來到一間位於葵涌區的老人院舍工作，護士轉介了一位患有精神病的院友給我。這位姓吳的伯伯經過精神科醫生多次調校藥物後，病情才得以控制。大約一個多月後，護士發現了吳伯伯的皮膚顏色變得異常。

她當初推測這可能是由於吳伯伯喜愛在院舍的戶外花園歇息，而我也認同在五、六月的初夏季節，若果他經常逗留在室外猛烈陽光環境下，皮膚顏色自然會變深。可是，當這位護士帶我到吳伯伯的床邊，展示他的手臂時，我感到非常驚訝！手臂膚色與其他部份截然不同，呈現深紫紅色。根據護士的陳述，吳伯伯手臂上的深紫紅色部份維持了幾個星期，而且未有消失！一般的皮膚曬傷會呈現淺紅色，可是絕不會呈現比瘀傷還深色的紫紅色！加上被陽光曬傷的部份只會短暫維持，並且容易回復正常。因此，我估計這似乎不是普通的皮膚曬傷！

護士也認同我的看法。其實根據院舍指引，在陽光太猛烈的天氣時，職員會勸喻院友在室內歇息，不會建議進行室外活動。況且，吳伯伯每日在戶外花園休息的時間都很有節制，不會超過一至兩小時。我們暫時找不出甚麼原因，令吳伯伯手臂的膚色變異，我唯有嘗試查閱他的病歷資料和最近的藥物記錄。

首先，我檢查了他是否曾使用過某些影響皮膚色素的藥物。在吳伯伯的所有口服及外用藥物中，沒有任何會轉變皮膚顏色的藥物，例如祛瘀的藥膏、口服的抗凝血藥(anticoagulant)。經過詳細的藥物檢閱後，我才發現當中有一種口服精神科藥物，名叫「氯丙嗪」(chlorpromazine)，而它可能是改變皮膚顏色的原因。於是，我再向護士問及吳伯伯服用這種藥物的歷史。原來醫生在兩個月前才開始處方chlorpromazine，而他的皮膚顏色變異問題，巧合地在服用這種藥物後才開始發生，因此我開始懷疑chlorpromazine的某種獨特副作用是這次問題的主要原因。

吳伯伯的藥物治療評估及分析

我們先要了解吳伯伯為何須要服用chlorpromazine這種藥物。他多年前確診患有思覺失調，而且病情逐漸惡化。由於他的行為錯亂，也有被送往精神科急症的記錄，精神科醫生經常改變處方及劑量，最後使用抗精神病藥物chlorpromazine，吳伯伯的情況才得以全面控制。

Chlorpromazine可以用來醫治精神分裂症、思覺失調、躁狂抑鬱症（包括躁狂抑鬱症的抑鬱症狀）等。當中，思覺失調或精神分裂的病徵，可分為「陽性病徵」和「陰性病徵」兩大類別：

「陽性病徵」包括妄想（指思想上的錯亂，例如堅信一些與事實不符、違反邏輯的理念）、幻覺（一種感官上的異常，指聽到、看到、聞到或身體感覺到一些不存在的東西）以及言行錯亂。

「陰性病徵」則有情感遲鈍、缺乏積極性、思想異常貧乏。

除了陽性及陰性病徵之外，患者還會有大腦認知能力的損害，例如專注力、判斷力及記憶力衰退。這些病徵使患者的社交及工作能力大為下降。

根據吳伯伯的病歷報告，他所患上的思覺失調症以「陽性病徵」為主，由於腦內不同區域的腦神經功能失調，產生出思想和認知錯亂，因而引發出極端異常的性格、行為及情緒轉變。

耆妙用藥

Chlorpromazine屬於傳統抗精神病藥物 (conventional antipsychotics)，與新一代的抗精神病藥物比較，其藥物副作用，如錐體外徑症候群 (extrapyramidal symptoms, EPS) 明顯增加。這些症狀包括口、舌或身體其他部位的肌肉不受控地重覆動作、面部及肢體僵硬、手腳震顫、坐立不安、站立時不斷搖晃身體及肌肉持續抽搐 (例如：反白眼、頸向後仰)。另一方面，患者或會出現神智不清，心跳加速、血壓不穩定及大量出汗等徵狀。

除此以上的副作用之外，chlorpromazine還有一種容易被忽略的特性：它是一種「光敏感性藥物」(photosensitive drug)，能使皮膚對光線產生敏感反應(photosensitivity)。換言之chlorpromazine這種藥物會增加人體對紫外線的吸收反應，因此服用者受陽光照射後，皮膚較普通人容易出現顏色異變，甚至較容易被曬傷。由於吳伯伯在服用這種藥物後，才出現皮膚顏色變異，況且在服用chlorpromazine期間，他沒有使用過其他特別藥物，亦沒有患上任何皮膚疾病，故我認為他的皮膚顏色變異問題，很可能來自chlorpromazine。

說到這裡，你可能會問既然傳統抗精神病藥物chlorpromazine有很多副作用，那麼為何精神科醫生沒有為吳伯伯選擇其他抗精神病藥物呢？這樣就可以減少藥物引致的副作用吧！這是一個合理的疑問，可是對於精神病的長遠治療，吳伯伯的病情較嚴重及反覆，精神科醫生一般以有效長期穩定病情為目標，來判別到底應該使用哪種抗精神病藥物。我翻閱過吳伯伯的藥物紀錄，了解到精神科醫生曾處方過不同的新一代抗精神病藥物，可惜治療效果並不理想，直至兩個月前才開始使用chlorpromazine。事實上，醫學界暫時沒有共識，哪一種抗精神病藥物有特別顯著的功效。精神科醫生主要根據個別病人的臨床病徵及副作用反應而作出不同的藥物治療選擇。

Chlorpromazine的確能夠有效地減少吳伯伯的「陽性病徵」，促進睡眠及安定他焦慮不安的情緒，因此它的藥效對於吳伯伯的病情控制有顯著幫助。由於精神科醫生經已花了一段長時間才能夠穩定吳伯伯的思覺失調症狀，因此我認為他有必要繼續服用chlorpromazine，關鍵在於現時服用的份量能否調整，同時又不會影響他的病情。

吳伯伯的chlorpromazine服用份量為每日3次，每次200毫克，每日總共600毫克，屬於中高份量 (每日建議不多於1000毫克的份量)。作為藥劑師，我有責任向精神科醫生報告chlorpromazine對光線敏感反應所產生的副作用，並提議醫生再次評估吳伯伯的chlorpromazine劑量。

精神科醫生評估藥物後的結果

精神科醫生回應了我的提議：他認為吳伯伯患有的思覺失調症屬於非常嚴重，好不容易才經藥物治療穩定過來，若果在短期內再次調整chlorpromazine的份量，可能使吳伯伯的病情控制又出現不穩定。他認為這次覆診不是評估吳伯伯的chlorpromazine的合適時間，結果他在4個月後，即在下次覆診時，把藥量從每

日3次，每次200毫克，減至每日3次，每次150毫克。

預防「光敏感性藥物」造成的副作用

我還有一些建議透過護士提供給吳伯伯去減少及避免chlorpromazine這類「光敏感性藥物 」造成的副作用。最有效地預防chlorpromazine引起光敏感的方法，就是在服藥期間，儘量減少逗留在戶外的時間，以免過度曝曬。尤其是在紫外光最強的午間時段，更應該減少接觸陽光。若然吳伯伯需要每天外出到戶外花園休息，必須穿著長袖衣物和戴上帽子，最理想是攜帶可以阻隔紫外光的傘子。此外，吳伯伯的家人也應該為他預備一些防曬用品，例如太陽油和防曬霜。

調校藥物後的結果

在此個案中，藥物的選擇空間實在不多。精神科醫生為了控制吳伯伯的病情，嘗試處方不同種類的抗精神病藥物，最後選用了chlorpromazine這類「光敏感性藥物」。我非常理解當中在藥物治療上所遇到的難處。事實上，我認為因為光敏感副作用而導致皮膚顏色變異，並不一定要立即建議病人停止服藥，反而應轉介醫生再作深入評估，決定應否繼續使用或劑量是否可以調整。大半年後，吳伯伯在我們多方面的悉心護理下，手臂上的皮膚顏色慢慢褪回原來的深度。這次建議可說是非常成功，不但替護理人員解答了藥物所引起的疑慮，還可以幫助吳伯伯在日後避免更嚴重的膚色變異問題。

機構介紹

香港藥學服務基金的主要服務包括院舍到訪藥劑師服務、電腦化藥物記錄、自動化藥物包裝服務及電子派藥系統。另外，配安心藥房為香港藥學服務基金創辦的社區藥房，由註冊藥劑師為患者提供藥物資助計劃和藥物諮詢服務。

參考資料：

青山醫院精神健康學院
http://www3.ha.org.hk/cph/imh/doc/information/publications/6_07c.pdf

抗精神病藥小冊子 - 醫院管理局
http://www3.ha.org.hk/cph/imh/mhi/article_02_03_01_chi.asp#5

亞東院訊
https://www.femh.org.tw/epaperadmin/viewarticle.aspx?ID=6264



醫管局資訊廊

醫院管理局



醫管局推「共同醫治模式」公私營協作

專科病人用「街症價」睇私家醫生

面對人口高齡化的問題，市民對公立醫院門診服務的需求持續增加。繼2014年推行「普通科門診公私營協作計劃」（門診協作）後，醫管局再進一步實行公私營協作的措施，在門診協作的平台上，為專科門診病人推出「共同醫治模式」，計劃以先導形式推行，首階段邀請約1000名病情穩定的內科及骨科病人，以普通科門診收費到社區內的私家診所睇醫生，以騰出診症名額讓其他更有需要的病人使用。

截至今年八月中，門診協作已有近600名私家醫生參與，為逾4萬名病人提供超過71萬次診症，反映市民對公私營協作模式反應正面。

醫管局總行政經理（服務轉型）陳允健指出，新的「共同醫治模式」首先會在內科推出，目標病人主要是患有高血壓及糖尿病而情況穩定，並已經在醫管局門診覆診最少十二個月的病人，他說：「計劃會先在新界西醫院聯網試點推行，醫管局會分批向病人發邀請信，密切監察計劃進展，從中汲取經驗，再陸續擴展至其他聯網及專科。預計今年第四季會加入骨科，有背痛等問題的病人可以選擇到私家醫生覆診。」

病人最關心的收費，以及將來能否再次回到公營醫療的問題。首先，病人如果同意選擇到私家醫生求診，每年可以按每次50元的醫管局普通科門診收費，享用最多10次私家門診服務，相關收費已經包括醫生診症、指定藥物及由醫生按病人情況需要專介至醫管局提供特定的相關化驗和X光檢查服務。除了跟進慢性疾病外，若有偶發性疾病，例如傷風、咳嗽、感冒也可使用。醫管局亦會因應流感高峰期情況，考慮增加額外2次資助名額予病人使用。

綜援、長者生活津貼及醫療費用減免受惠人士，公務員和醫管局的合資格人士亦可繼續享有與醫管局服務相同的費用減免。

對於病人擔心一旦不再參加計劃，想回到公立醫院專科門診時會否變成「新症」而需重新輪候。陳允健指「共同醫治模式」的特色是設有轉介機制，病人如果獲私家醫生轉介，可不被視為「新症」返回原本的公院專科門診跟進。陳允健補充：「根據門診協作的經驗，大部分病人都沒有用盡每年10次的資助服務名額，相信目前提供10次名額已經足夠。另外，私家醫生的診症時間更靈活和具彈性，定期在同一家庭醫生覆診對病人是好事。」

醫管局其他專科委員會亦會繼續探討推行「共同醫治模式」的可行性，期望未來會有更多專科參與計劃，隨著有更多合適的病人選擇參加公私營協作計劃，騰出的診症名額可讓與其他更有需要的病人使用，從而紓緩醫管局科門診輪候時間。



陳允健指出，「共同醫治模式」首先會在內科推出，
目標病人主要是患有高血壓及糖尿病而情況穩定、
並已經在醫管局門診覆診最少十二個月的病人。

包大人Dr.P | Vinda 維達

護肌膚　拒外漏
從此照護
輕鬆無憂



台灣NO.1* 成人紙尿片品牌

包大人Dr.P 親膚防漏成人紙尿片







3重天然護膚表層

蘊含蘆薈，洋甘菊及維他命E、呵護脆弱肌膚



乾爽導流層

秒速吸收
防止回滲



雙重立體防漏隔邊

結合無縫
防止側漏



CHEERS Gallery 卓思廊

Rehab Express 復康速遞

www.rehabexpress.com.hk 訂購熱線：8206 6160

包大人Dr.P護理專線：2316 2613

包大人Dr.P為維達集團旗下品牌

*台灣No.1 成人紙尿片品牌Dr. P (根據尼爾森2019年1月至12月台灣成人紙尿片市場調查報告)

Sanyrène
法國
活膚油 優拓

URGO MEDICAL

百年皇牌

修復極乾燥皮膚

舒敏降紅

抗衰老

減退痕癢

淡化色斑

APPROVED 醫學證實 APPROVED



醫療級

Since 1880

更多產品資訊

*1 GIPPS Study: Meaume S. et al,
Journal of Wound Care, 2005; 14(2): 78-82.

總代理：
滙寶醫療 Health Care P&S Ltd.
15+ caringcompany
2273 8233 Nu Pro & Solutions
www.solutions-healthcare.com.hk

滙寶eshop 網上購物

銷售點：
萬寧 mannings | mannings Plus
HKTV mall
CHEERS Gallery 卓思廊
Rehab Express 復康速遞
Culture Homes 文化村
營康會 Live Smart
A Social Enterprise of HKSR
唯健康 Health Top
唯家 wecare
全港各大藥房有售

URG-A1-2106C5

急症室先鋒

急症科專科醫生 **梁遠雄**



我是中風嗎？

「醫生！我是中風嗎？」陳伯憂心忡忡的問醫生，原來陳伯一早起來，便發現自己面部不對稱，有歪嘴的情況，感到十分擔心，便到急症室求診；經醫生仔細的檢查後，發現陳伯原來是患上了面部神經癱瘓，俗稱的面癱，陳伯也略為鬆了一口氣！



貝爾斯麻痺症，又俗稱面癱，是十分常見的，任何年齡性別包括兒童也可以患上，它是我們第七條面部神經線發炎所引致的，大部份發炎成因不明，少部份人士可能感染了帶狀疱疹；患者在病發三四日前或有耳痛的情況，之後便發現面部不對稱和歪嘴，大部份人遇上這情形也會很擔心是否患上中風。如患上貝爾斯麻痺症，醫生在檢查時會發現患者一邊面部癱瘓，包括眼睛閉不上，在微笑時一邊嘴角不能提起，醫生還會檢查面部其他的神經線和其他神經系統的功能，識別患者不是患上中風或腦部腫瘤的可能。

貝爾斯麻痺症可以靠臨床診斷出來，並非每一個患者也需要更進一步的影像檢查；治療面癱最有效的是服食七至十天的類固醇，如患者有感染帶狀疱疹，醫生會處方抗病毒藥，另外也會處方眼睛滋潤藥水，以防止眼睛因暴露在空氣中乾涸而發炎；至於其他的治療方法，暫時沒有實證確定成效。

貝爾斯麻痺症其實不是很嚴重的病患，除了有面部外觀問題外，不會影響身體健康，患者一般會在數星期後慢慢痊愈，但也有一至兩成的患者不能完全康復，導致永久性面部不對稱，對工作儀容要求高的患者影響較大。



clinell®

gama healthcare | 英國研發

英國國民保健署首選
9成醫院採用Clinell
清潔消毒濕紙巾

10秒起有效殺滅
99.99%病毒、細菌
及多種常見病原體

棉密泡沫
持久不黏膩，
清潔消毒更有效

30秒有效
殺滅新型冠狀病毒
歐盟認證 EN14476
COVID-19
(SARS-CoV-2)

Universal Wipes
全方位清潔消毒濕紙巾
適用於清潔及一般表面消毒

EN16615 最新的歐盟醫療用品認證，提供更完整、更全面的清潔及消毒效果

100片/包 呎吋：180 x 260 (mm) ~~**HK$105/包**~~

優惠價

HK$88/包 | **HK$158/2包**



優惠期至
2022年
1月31日

Antimicrobial Hand Wipes
無酒精清潔消毒濕紙巾

100片/盒(獨立包裝)
呎吋：160 x 180 (mm)

標準價

HK$110/盒

3合1
清潔+消毒+潤膚

適用於餐前餐後
手部清潔消毒，使用後
無需沖洗，方便快捷。

含蘆薈成份
滋潤雙手，無酒精，
通過皮膚刺激測試。

總代理： A. R. Medicom Inc. (Asia) Ltd.
Medicom
Pride in Protection

經銷商及顧客服務：
健珀有限公司
Health Park Trading Company Limited
(852) 2724 • 6880 info@hptltd.com

零售商店：
Cheers Gallery 卓思廊
Rehab Express 復康速遞
www.rehabexpress.com.hk 訂購熱線：8206 6160

Nutren® DIABETES 佳膳® 適糖

每日飲，或有助於
穩定血糖#
維持體力

關注血糖水平 延續健康里程

低升糖指數為28，
或有助於**穩定血糖**[1,2#]

提供4.79克*膳食纖維、
100%水溶性纖維，
有益腸道健康

豐富乳清蛋白質，
佔總蛋白質的50%，
有助**建立肌肉質量**

優選脂肪組合，
含7.15克*單元不飽和脂肪，
有利心臟健康[3,4]

提供多種
維他命、礦物質

由今日開始，記住 2 3 4
健康早餐

2 200毫升熱水



3 3量匙 佳膳® 適糖



4 4湯匙燕麥片



做法 將燕麥片放碗或保温壺內，加入熱水，拌勻後泡焗3至5分鐘，然後加入佳膳®適糖營養補充品，拌勻即成。(可跟個人喜好，加減熱水的份量，選用原片麥片更佳)



瑞士製造

*一杯標準沖調方法：將55克粉末加入210毫升溫水

References:
1. Riccardi G et al. Role of glycemic index and glycemic load in the healthy state, in J Clin Nutr 2008; 87(suppl): 269S-274S.
2. Brand-Miller J et al. Low-glycemic index diets in the management of diabetes controlled trials. Diabetes Care 2003; 26 (8):
3. Nutrition Therapy Recommendations for the Management of Adults with Diabetes Care Volume 37, Supplement 1, January 2014
4. 參考美國心臟協會及世界衛生組織的建議，適量食用單元不飽和脂肪，以取代飽和及反式脂肪，有利心臟健康

此產品沒有根據《藥劑業及毒藥條例》或《中醫藥條例》註冊。為此產品作出的任何聲稱亦沒有為進行該等註冊而接受評核。此產品並不供作診斷、治療或預防任何疾病之用。

www.nestlehealthscience.com.hk 雀巢健康生活誌 產品查詢熱線：(852) 8202 9876

Cheers Gallery 卓思廊
Rehab Express 復康速遞
www.rehabexpress.com.hk 訂購熱線：8206 6160

Nestlé HealthScience

一站式●復康●關愛●生活

全港最大復康用品訂購網站 • 提供全面產品資訊及格價比較平台

www.rehabexpress.com.hk

訂購電話 8206 6160　訂購傳真 2710 8322

Whatsapp 訂購服務 5114 4981

營養之選

NestléHealthScience

Rehab Express

復康速遞

Nestle Medical Nutrition

雀巢系列營養補充品

訂購表格 全港首創復康專題雜誌

2021年11月至12月

客戶名稱：_____ 訂購日期：_____

電話：_____ 傳真：_____ 電郵：_____

送貨地址：_____

要求送貨日期：_____ 顧客簽署：_____

注意：由於個別病者的情況不同，故建議病者必需向專業醫護人員尋求正確的診斷和合適的產品、品牌及份量。

	精選貨品	貨品編號	貨品敘述	貨品規格	售價 (HK$)	貨品優惠 (HK$)	訂貨數量	金額
癌症營養治療品	速癒素 (熱帶水果味) Oral Impact	22100067	• 癌症病人電療、化療及手術期間專用營養品 • 專利配方含奧米加3、核苷酸、精氨酸 • 治療期間提升免疫力，有助按時完成治癌療程及緩和療程的副作用	每盒10包74克	408	$780/兩盒	(　)盒	
	速癒素(橙味)	22100120		每盒10包74克	408	$780/兩盒	(　)盒	
	速癒素(咖啡味)	22100121		每盒10包74克	408	$780/兩盒	(　)盒	
	速癒素即飲裝 (熱帶水果味)	22100107		每盒3包237ml	122		(　)盒	
	速癒素即飲裝 (咖啡味)	22100108		每盒3包237ml	122		(　)盒	
管飼營養品	安體健 (即用裝) Ultracal	21300108	• 高營養、高蛋白質、高纖維管飼配方 • 與人體滲透壓相等，減少腹瀉機會	250ml	14.5		(　)箱 每箱24包	
	愛素寶 (即用裝) Isocal	21300114	• 完整均衡營養管飼配方 • 與人體滲透壓相等，減少腹瀉機會	250ml	13.5		(　)箱 每箱24包	
	愛素寶高蛋白HN (即用裝) Isocal HN	21300112	• 高營養、高蛋白質管飼配方 • 與人體滲透壓相等，減少腹瀉機會	250ml	14.5		(　)箱 每箱24包	
	天源素 (即用禮盒裝) Compleat	21500061	• 美味營養湯，適合調理進補，恢復健康體魄 • 含雞肉蛋白質、胡蘿蔔、蕃茄、碗豆及小紅莓汁，成份天然，營養豐富 • 容易消化吸收，口服及管飼均可，保健及送禮佳品	每盒6包 250ml	145		(　)盒	
	健源素1.5 Cal IsoSource 1.5 Cal	21300109	• 每毫升1.5千卡 • 高能量、高蛋白質、含纖維素管飼配方	250ml	23.5		(　)箱 每箱24包	
營養補充品	力源素2.0 RESOURCE 2.0	21300116	• 高能量，每毫升2千卡； 高蛋白質，每包含19.4克 • 不含膳食纖維 • 適合作為營養補充或代餐之用	200ml	29.5		(　)箱 每箱24包	
	佳膳益生 NUTREN Optimum Powder	21300040	• 完整均衡營養，含L.P乳酸益生菌及Prebio 1益菌生纖維組合 • 經醫學研究證明，配方有助提升免疫力及減少感染達4成 • 不含乳糖及麩質	400g	83		(　)罐	
		21300039		800g	164.5	送試用裝	(　)罐	
	佳膳纖維 NUTREN Fibre Powder	21300033	• 完整均衡營養，含Prebio 1益菌生水溶性纖維及非水溶性纖維 • 有助腸道蠕動，改善便秘 • 不含乳糖及麩質	400g	83		(　)罐	
		21300037		800g	164.5		(　)罐	
	兒童佳膳 NUTREN Junior Powder	21200001	• 適合1-10歲兒童 • 含B.L及L.P益生菌和Prebio 1 Plus益菌生纖維組合，有效提升免疫力及促進腸道健康 • 含優質乳清蛋白高達50%，容易消化及吸收	400g	145		(　)罐	
		21200002		800g	230		(　)罐	
	蛋白補 Beneprotein Powder	21300050	• 100%優質乳清蛋白，容易被消化及吸收 • 可加於任何食物或飲品中，額外補充蛋白質，改善肌肉質量 • 適合需要補充蛋白質的人士	227g	97.5	送試用裝	(　)罐	
	雀巢纖維樂纖維粉 Optifibre Fibre Powder	21300110	• 有助紓緩便秘 --刺激大腸蠕動；促進腸道益菌生長；軟化便便 • 可加入任何食品及飲品	250g	168		(　)罐	
	纖維樂纖維粉便利裝 Optifibre Fibre Powder Box	21300111	• 有助紓緩便秘 --刺激大腸蠕動；促進腸道益菌生長；軟化便便 • 可加入任何食品及飲品	5克x30小包	156		(　)盒	
	藹兒舒 Alfare	21200004	適用於出現以下情況的嬰兒： • 牛奶蛋白和/或大豆蛋白過敏 • 食物不耐受	400g	216		(　)罐	
	兒童佳易得 Peptamen Prebio	21200005	適合以下情況的兒童： • 腸胃功能受損　• 吸收不良　• 營養不良 • 慢性腹瀉　• 早期腸道餵養	400g	330		(　)罐	
關注血糖人仕營養品	佳膳適糖 NUTREN Diabetes	21500022	• 完整均衡營養，此產品適合關注血糖的人士服用 • 低升糖指數配方，或有助於穩定血糖 • 不含乳糖、蔗糖及果糖，適合口服或管飼使用	400g	118		(　)罐	
		21500021		800g	214	送試用裝	(　)罐	
		21500044		237ml	19		(　)箱 每箱24包	
	力源素關注血糖配方 即飲裝 (咗呢嗱味) Resource Diabetic	21300115	• 高蛋白質配方，可加速體內的蛋白質合成 • 此產品適合關注血糖的人士服用，或有助於穩定血糖 • 不含乳糖、蔗糖及果糖，適合口服或管飼	250ml	22		(　)箱 每箱24包	
特殊膳餐產品	快凝寶 ThickenUp	21400008	• 專為吞咽困難的人士而設的凝固粉，能調製成合適的稀稠度，無色無味，迅速凝固各種食物和飲品	227g	68		(　)罐	
	快凝寶清透配方 Thicken Up Clear	21400006	• 專為吞嚥困難人士而設的食物凝固粉，食物或飲品在沖調後保持清透，並且不會改變其外觀及氣味	125g	73		(　)罐	
	快凝寶營養布丁甘薯味 Thicken up Nutri Pudding (Sweet Potato)	21400018	• 吞嚥、營養豐富且美味的小食，適合餐與餐之間攝取能量和蛋白質 • 日本製造	66克 x 4杯	66		(　)罐	
	快凝寶營養布丁朱古力味 Thicken up Nutri Pudding (Chocolate)	21400016		66克 x 4杯	66		(　)罐	
	快凝寶營養布丁豆腐味 Thicken up Nutri Pudding(Tofu)	21400015		66克 x 4杯	66		(　)盒	
	快凝寶營養布丁咖啡味 Thicken up Nutri Pudding (Coffee)	21400017		66克 x 4杯	66		(　)盒	
	快凝寶營養布丁蘋果味 Thicken up Nutri Pudding(Apple)	21400021		66克 x 4杯	66		(　)盒	

備註：大量貨品不能盡錄，請到各「卓思廊」復康用品專賣店參觀選購。
以上價目僅供「復康速遞」直銷訂購所用，與「卓思廊」復康用品專賣店價目不盡相符，敬請閣下留意。

一、付款方法：a) 請把款項存入本公司恆生銀行帳戶：264-087214-007，然後把存款單傳真至本公司-2710 8322。
b) 顧客可郵寄支票給我們，支票抬頭請書「明途聯繫有限公司」，待確認款項收妥後，將盡快安排送貨。
c) 所有產品訂購表格均獨立計算並不設退款服務

二、不論以任何形式訂購，敬請提供準確之聯絡電話及送貨地址，「復康速遞」以電話聯絡閣下以確認訂購後交易方可作實。

三、以上貨品倘有價格或產品包裝更改，以電話覆單作準作實。

四、運費：以上貨品購滿港幣$400元以上免費送貨，少於港幣$400元須收取港幣$80元的送貨費。離島區暫不提供送貨服務。

五、貨品如有損壞或錯漏，請於七天內與本公司聯絡處理。貨品之退換必須連同原箱包裝。貨品一經使用，恕不退換。

六、於經確認後的送貨時間內，若送貨地址無人接收貨品而須安排第二次送貨，「復康速遞」將收取HK$80作為額外運輸費用。

買滿$400免費送貨

怡保康®
最多家庭醫生推薦†

穩醣，穩妥！



全球最多
臨床醫學實證[△]

即飲裝

營養組合符合
美國糖尿病協會建議[1]

特有醣穩妥組合，緩慢消化；早餐代餐，全日穩醣穩妥！

Abbott雅培營養專家

此產品沒有根據《藥劑業及毒藥條例》或《中醫藥條例》註冊。為此產品作出的任何聲稱亦沒有為進行該等註冊而接受評核。此產品並不供作診斷、治療或預防任何疾病之用。△基於已發表的關注血糖專用營養臨床研究　1. Diabetes Care, 2014(37), S120-142 (符合美國糖尿病協會之碳水化合物及脂肪建議); Diabetes Care, 2010(33), S13-61 (符合美國糖尿病協會之蛋白質及脂肪建議)　2. Devitt AA et al., J Diabetes Res Clin Mtab.2012;1:20.　3. Devitt AA et al., Advances in Bioscience and Biotechnology, 2013,4, 1-10　+Ipsos Healthcare 2015年醫療營養品調查報告（香港家庭醫生）/ Ipsos Health 2015 nutrition product study (Hong Kong Family Physicians)　M21-S434-L-0011

Abbott 雅培

一站式●復康●關愛●生活

全港最大復康用品訂購網站 • 提供全面產品資訊及格價比較平台

www.rehabexpress.com.hk

訂購電話 8206 6160　訂購傳真 2710 8322

Whatsapp 訂購服務 5114 4981

營養之選

訂購表格 全港首創復康專題雜誌

2021年11月至12月

客戶名稱：_____ 訂購日期：_____

電話：_____ 傳真：_____ 電郵：_____

送貨地址：_____

要求送貨日期：_____ 顧客簽署：_____

Rehab Express 復康速遞

Medical Nutrition 營養補給品 (一)

注意：由於個別病者的情況不同，故建議病者必需向專業醫護人員尋求正確的診斷和合適的產品、品牌及份量。

	精選貨品	貨品編號	貨品敘述	貨品規格	售價 (HK$)	貨品優惠 (HK$)	訂貨數量	金額
完整均衡營養品	金裝加營素粉裝(雲哩嗱味) Ensure Powder (Vanilla)	21300020	• 連續25年成人營養品銷量No.1 • 2星期有效提升精力 • 配方特有11種護心營養組合；並符合美國心臟協會建議： ▪總脂肪比率29.5% ▪含亞麻酸(奧米加3脂肪酸)及單元不飽和脂肪酸 ▪低飽和脂肪酸 ▪不含膽固醇及反式脂肪 • 蛋白質及維他命D幫助增強肌肉強健身體	900g	190.0		(　　)罐	
	金裝加營素粉裝(雲哩嗱味) Ensure Powder (Vanilla)	21300001		400g	89.0		(　　)罐	
	金裝加營素粉裝(朱古力味) Ensure Powder (Chocolate)	21300016		900g	190.0		(　　)罐	
	加營素即飲裝 (雲哩嗱味) Ensure Liquid Nutrition (Vanilla)	21300009		250ml	23.0		(　　)箱 每箱24罐	
	加營素即飲裝 (朱古力味) Ensure Liquid Nutrition (Chocolate)	21300008		250ml	23.0		(　　)箱 每箱24罐	
	低糖金裝加營素粉裝(雲哩嗱味) Ensure Low Sugar Powder (Vanilla)	21300095	• 金裝加營素的低糖配方，同樣護身強身 • 零蔗糖配方，每100毫升只含1.75克糖份	850g	202.0		(　　)罐	
	活力加營素粉裝(雲哩嗱味) Ensure NutriVigor Powder (Vanilla)	21300024	• 金裝加營素的升級版 ，同樣護身強身 • 全港獨特HMB+健肌配方，含優質蛋白質及維他命D • 科學證明能幫助重建肌肉及減慢肌肉流失 • 幫助提升體力活力及活動能力	850g	253.0		(　　)罐	
關注血糖人士營養品	怡保康 (粉裝) Glucerna (Powder)	21300021	• 此產品或有助於穩定血糖，完整均衡營養品，可作代餐或小食 • 全球最多醫學實證營養配方 • 含科研複合醣穩妥組合，緩慢消化及吸收， 有效穩定餐後血糖和胰島素反應;或有助於增加GLP-1分泌，促進胰島素分泌 • 營養成分符合美國糖尿病協會建議 • 屬低糖及低升糖指數(GI)配方 • 維持飽肚感達4小時 • 產品組合包含等滲配方，適合短期和長期管飼	400g	111.0		(　　)罐	
	怡保康 (即飲裝) Glucerna (Tetrapak)	21500055		230ml 每盒6包	135.0		(　　)盒	
	怡保康 (管飼配方) Glucerna (Tube Feed)	21300007		8oz	22.0		(　　)箱 每箱24罐	
癌症治療專用營養品	保康速粉裝(橙味或雲哩嗱味) Prosure Powder (Orange/Vanilla)	22100088 22100089	• 醫學實證3星期有助改善胃口及增加體重，提高治療耐受力及提升生活質素，完成癌症療程 • 每日兩杯保康速，提供： ▪權威醫學組織認可成分EPA幫助維持體重，減輕炎症反應 ▪豐富蛋白質及熱量，有助增加肌肉質量	380g 每盒2罐	335.0		(　　)盒	
傷口癒合專用營養品	快癒素 Abound Orange Powder	21300017	• 獨特營養成分組合：HMB，Glutamine及 Arginine，有助增加抵抗力，減低傷口發炎及感染機會，令傷口癒合得更快更理想。 經臨床醫學實證，能迅速增加骨膠原組織於傷口內積聚，大大提升傷口癒合能力 • 適合對象： ▪糖尿腳 ▪壓瘡 ▪下肢靜脈潰爛 ▪燒傷 ▪手術切口 ▪放射及化學治療引起的口腔及黏膜破損	24g x 30包	998.0		(　　)盒	
管飼營養品	保營素即飲裝 Osmolite HN	21300004	• 等滲透配方 • 含高蛋白質(每公升提供44克)	237ml	11.0		(　　)箱 每箱24罐	
	健營素即飲裝 Jevity	21300003	• 等滲透配方 • 特含纖維 (14克/公升)，有效改善腹瀉或便秘的機會 • 含高蛋白質(每公升提供44克)	237ml	12.5		(　　)箱 每箱24罐	
腎病專用營養品	怡腎康瓶裝 – 低蛋白慢性腎病專用營養品 Nepro LP Liquid	21500054	• 專為慢性腎病病人而設 • 完整均衡營養 提供高熱量及較低蛋白質 (9.94克/220毫升) • 含緩慢消化複合性醣份組合 • 低升糖指數 • 符合國際組織對腎臟健康飲食建議：低鈉，低磷及低鉀	220ml 每包6瓶	138.0		(　　)盒 每箱24瓶	
	怡腎康瓶裝 – 高蛋白慢性腎病專用營養品 Nepro HP Liquid	21500037	• 專為洗腎人士而設 • 完整均衡營養 提供高熱量及豐富蛋白質 • 含緩慢消化複合性醣份組合 • 低升糖指數 • 符合國際組織對腎臟健康飲食建議：低鈉，低磷及低鉀	220ml 每包6瓶	138.0		(　　)盒 每箱24瓶	
肺科專用營養品	Pulmocare即飲裝	21500002	• 專為慢性呼吸阻塞肺病或呼吸衰竭病人而設 • 含較低碳水化合物，有助減少二氧化碳的產生 • 其中20%的脂肪為MCT oil，較易被人體吸收 • 含抗氧化營養素包括維生素C，E及β-胡蘿蔔素	8oz	23.5		(　　)箱 每箱24罐	

備註：大量貨品不能盡錄，請到各「卓思廊」復康用品專賣店參觀選購。
以上價目僅供「復康速遞」直銷訂購所用，與「卓思廊」復康用品專賣店價目不盡相符，敬請閣下留意。

一、付款方法：a) 請把款項存入本公司恆生銀行帳戶：264-087214-007，然後把存款單傳真至本公司-2710 8322。
b) 顧客可郵寄支票給我們，支票抬頭請書「明途聯繫有限公司」，待確認款項收妥後，將盡快安排送貨。
c) 所有產品訂購表格均獨立計算並不設退款服務

二、不論以任何形式訂購，敬請提供準確之聯絡電話及送貨地址，「復康速遞」以電話聯絡閣下以確認訂購後交易方可作實。

三、以上貨品倘有價格或產品包裝更改，以電話覆單作準作實。

四、運費：以上貨品購滿港幣$400元以上免費送貨，少於港幣$400元須收取港幣$80元的送貨費。離島區暫不提供送貨服務。

五、貨品如有損壞或錯漏，請於七天內與本公司聯絡處理。貨品之退換必須連同原箱包裝。貨品一經使用，恕不退換。

六、於經確認後的送貨時間內，若送貨地址無人接收貨品而須安排第二次送貨，「復康速遞」將收取HK$80作為額外運輸費用。

買滿$400免費送貨

FRESENIUS KABI
caring for life

“血糖急升令每餐壓力大增？”



HK-DA-067-2021

你的隨身營養專家



關注血糖營養品

- 複合性碳水化合物，低升糖指數
- 豐富單元不飽和脂肪酸及奧米加3（EPA+DHA）脂肪酸



www.fresubin.com/hk
營養諮詢：(852) 2176 1912

歐洲第1醫學營養品

Cheers Gallery 卓思廊
Rehab Express 復康速遞
www.rehabexpress.com.hk 訂購熱線：8206 6160

倍速定™

香港灣仔港灣道30號新鴻基中心50樓5001-5027室 電話：(852) 2152 1330 傳真：(852) 2119 0815 電郵：infohk@fresenius-kabi.com

此產品沒有根據《藥劑業及毒藥條例》或《中醫藥條例》註冊。為此產品作出的任何聲稱亦沒有為進行該等註冊而接受評核。此產品並不供作診斷、治療及預防任何疾病之用。

一站式●復康●關愛●生活

全港最大復康用品訂購網站 • 提供全面產品資訊及格價比較平台

www.rehabexpress.com.hk

訂購電話 8206 6160　訂購傳真 2710 8322

Whatsapp 訂購服務 5114 4981

營養之選

訂購表格 全港首創復康專題雜誌

2021年11月至12月

客戶名稱：_____ 訂購日期：_____

電話：_____ 傳真：_____ 電郵：_____

送貨地址：_____

要求送貨日期：_____ 顧客簽署：_____

Rehab Express

復康速遞

Medical Nutrition

營養補給品(二)

注意：由於個別病者的情況不同，故建議病者必需向專業醫護人員尋求正確的診斷和合適的產品、品牌及份量。

精選貨品	貨品編號	貨品敘述	貨品規格	售價(HK$)	貨品優惠(HK$)	訂貨數量	金額
康復速	22100047	•含廣譜氨基酸、低脂、低碳水化合物、提供全面營養 •速溶配方、分子細小、容易吸收、快速改善體重 •含免疫球蛋白、乳鐵蛋白等成份、增加GSH濃度，提升免疫力 •排解毒素、減少副作用、增強體質、提升生活質素 •適宜瘦弱、免疫力低下、手術及療程期間人士食用	10g/袋，30袋/桶	498.0		(　　)罐	
加力康癌症專用營養品(熱帶水果味)	22100080	•高脂肪、低碳水化合物、高蛋白質，含奧米加3魚油及抗氧化營養素 •每日2支加力康共含2克奧米加3魚油，有效改善新陳代謝，促進食慾及增加體重 •豐富蛋白質，有助肌肉重建 •適合乳糖不耐者飲用	200ml 每包4瓶	166.0		(　　)箱 每箱24瓶	
加力康癌症專用營養品(意大利咖啡味)	22100081		200ml 每包4瓶	166.0		(　　)箱 每箱24瓶	
加力康癌症專用營養品(菠蘿椰子味)	22100086		200ml 每包4瓶	166.0		(　　)箱 每箱24瓶	
倍力康2千卡高能量營養品 (雲呢拿味)	22100082	•每瓶含400千卡，可滿足病人對能量的額外需求 •豐富蛋白質，有助肌肉重建 •有助改善體重，防止體重下降 •不含纖維 •適合乳糖不耐者飲用	200ml 每包4瓶	108.0		(　　)箱 每箱24瓶	
倍力康2千卡高能量營養品 (杏桃味)	22100083		200ml 每包4瓶	108.0		(　　)箱 每箱24瓶	
倍力康2千卡高能量營養品 (蘑菇味)	22100114		200ml 每包4瓶	108.0		(　　)箱 每箱24瓶	
果之保果味營養品(蘋果味)	22100084	•每瓶含300卡路量，可滿足病人對能量的額外需求 •100%乳清蛋白質，有助增加肌肉質量 •不含膽固醇及脂肪，供關注心臟健康人士服用 •適合乳糖不耐者飲用	200ml 每包4瓶	88.0		(　　)箱 每箱24瓶	
果之保果味營養品(橙味)	22100085		200ml 每包4瓶	88.0		(　　)箱 每箱24瓶	
肝保力肝病專用營養品(意大利咖啡味)	21500041	專為肝病患者營養需要而設計的營養補充品	200ml 每包4瓶	184.0		(　　)箱 每箱24瓶	
倍速定關注血糖營養品 (雲呢拿味)	21300093	專為關注血糖人士設計的營養補充品 •提供更佳營養組合 •提供更佳脂肪比例 •低升糖指數碳水化合物	200ml 每包4瓶	96.0		(　　)箱 每箱24瓶	
倍速定關注血糖營養奶 (意大利咖啡味)	21300094		200ml 每包4瓶	96.0		(　　)箱 每箱24瓶	
蛋白樂蛋白質粉	22100078	•含100%乳清蛋白質，容易被人體吸收 •特別適用於治療前後或需要額外增加蛋白質的人士而設	300g	117.0		(　　)罐	
倍力康2千卡高能量高纖維營養品 (雲呢拿味)	22100095	•高熱量(2千卡/毫升)，每瓶200毫升提供400千卡，可滿足病人對熱量的額外需求，提升抵抗力及生活質素，有助改善體重，防止體重下降 •豐富蛋白質，每瓶200毫升提供20克，有助增加肌肉質量及修補身體組織 •高纖維，每瓶200毫升提供3克膳食纖維，維持腸道健康 •適合乳糖不耐者飲用	200ml 每包4瓶	110.0		(　　)罐 每箱24瓶	
倍力康2千卡 - 細支裝(雲呢拿味)	21500052	•提供均衡營養 •高熱量高蛋白質配方(每支提供250千卡熱量及6.25克蛋白質) •可作全營養或額外營養補充 •另備有200毫升裝	125ml 每包4瓶	68.0		(　　)箱 每箱24瓶	
倍力康1千卡營養品(雲呢拿味)	22100098	•每瓶含200千卡，可滿足病人對能量的一般需求 •豐富蛋白質，有助肌肉重建 •不含纖維 •適合乳糖不耐者飲用	200ml 每包4瓶	72.0		(　　)箱 每箱24瓶	

備註：大量貨品不能盡錄，請到各「卓思廊」復康用品專賣店參觀選購。

以上價目僅供「復康速遞」直銷訂購所用，與「卓思廊」復康用品專賣店價目不盡相符，敬請閣下留意。

一、付款方法：a) 請把款項存入本公司恆生銀行帳戶：264-087214-007，然後把存款單傳真至本公司-2710 8322。

b)顧客可郵寄支票給我們，支票抬頭請書「明途聯繫有限公司」，待確認款項收妥後，將盡快安排送貨。

c)所有產品訂購表格均獨立計算並不設退款服務

二、不論以任何形式訂購，敬請提供準確之聯絡電話及送貨地址，「復康速遞」以電話聯絡閣下以確認訂購後交易方可作實。

三、以上貨品倘有價格或產品包裝更改，以電話覆單作準作實。

四、運費：以上貨品購滿港幣$400元以上免費送貨，少於港幣$400元須收取港幣$80元的送貨費。離島區暫不提供送貨服務。

五、貨品如有損壞或錯漏，請於七天內與本公司聯絡處理。貨品之退換必須連同原箱包裝。貨品一經使用，恕不退換。

六、於經確認後的送貨時間內，若送貨地址無人接收貨品而須安排第二次送貨，「復康速遞」將收取HK$80作為額外運輸費用。

買滿$400免費送貨

FRESENIUS KABI
caring for life

陪你跨越 抗頑症之路
重現生活色彩



由確診後開始，加力康™全面關顧你

立即參加

癌症患者營養支持計劃

HK-DA-065-2021



德國研發及製造

每日2支▲加力康™癌症專用營養品，達到理想成效。
研究指出，連續飲用7星期[1]含2克EPA及高蛋白質的癌症營養品，有助：

- 按時完成療程
- 增加體重[2]
- 減輕治療副作用[3]
- 維持抵抗力[4]

www.fresubin.com/hk 營養諮詢：(852) 2176 1912

歐洲第1醫學營養品

CHEERS GALLERY 卓思廊
REHAB EXPRESS 復康速遞
www.rehabexpress.com.hk 訂購熱線：8206 6160

Supportan® 加力康™

1. Barber MD, et al. Br J Cancer 1999; 81: 80-86. 2. MacDonald, et al. Understanding and Managing Cancer Cachexia. J Am Co Surg Vol. 197, No. 1, July 2003 3. Agiles JM. Cancer-associated mainutrition, Eur J Oncol Nurs. 2005;9 Suppl 2:S39-50 4. Murphy RA et al. Cancer 2011;117:3774–3780. ▲每支200毫升

一站式●復康●關愛●生活

全港最大復康用品訂購網站 • 提供全面產品資訊及格價比較平台

www.rehabexpress.com.hk

訂購電話 8206 6160　訂購傳真 2710 8322

Whatsapp 訂購服務 5114 4981

營養之選

訂購表格 全港首創復康專題雜誌

2021年11月至12月

客戶名稱：_____ 訂購日期：_____

電話：_____ 傳真：_____ 電郵：_____

送貨地址：_____

要求送貨日期：_____ 顧客簽署：_____

Rehab Express 復康速遞

Medical Nutrition 營養補給品(三)

注意：由於個別病者的情況不同，故建議病者必需向專業醫護人員尋求正確的診斷和合適的產品、品牌及份量。

精選貨品	貨品編號	貨品敘述	貨品規格	售價(HK$)	貨品優惠(HK$)	訂貨數量	金額
倍健纖高能量纖維營養品(雲呢拿味)	22100099	•為營養不良或有營養不良風險的人士提供高能量 •高熱量(1.5千卡/毫升)，每瓶200毫升提供300千卡，可滿足病人對熱量的額外需求，均衡的脂肪酸分佈 •豐富蛋白質，每瓶200毫升提供11.2克，有助增加肌肉質量及修補身體組織 •高纖維，每瓶200毫升提供4克膳食纖維，維持腸道健康	200ml 每包4瓶	80.0		(　　)箱 每箱24瓶	
倍健康(雲呢拿味)	21500053	•提供均衡營養 •高熱量高蛋白質配方(每支提供300千卡熱量及11.2克蛋白質) •可作全營養或額外營養補充	200ml 每包4瓶	76.0		(　　)箱 每箱24瓶	
腎力康慢性腎病或未洗腎專用 營養品 (雲呢拿味)	22100100	•適合未洗腎並需要營養補充的慢性腎病的患者 •高熱量(2千卡/毫升)，每瓶200毫升提供400千卡 •低蛋白質，每瓶200毫升提供6克 •低電解質:低磷，低鈉和低鉀 •含膳食纖維，每瓶200毫升提供2.4克 •含奧米加3魚油EPA和DHA，高單元不飽和脂肪酸(MUFA)及中鏈脂肪酸（MCT），容易吸收	200ml 每包4瓶	93.0		(　　)箱 每箱24瓶	
速得康水解蛋白營養品(雲呢拿味)	22100101	•用於消化或吸收不良導致營養不良的患者，例如：慢性炎症性腸病，短腸綜合症，胰腺功能不全 •每瓶200毫升提供200千卡熱量 •乳清肽的蛋白質配方，容易吸收的水解乳清蛋白 •富含中鏈脂肪酸（MCT），容易吸收消化 •不含纖維	200ml 每包4瓶	149.0		(　　)箱 每箱24瓶	
倍力康全效均衡營養粉	22100102	•一罐有齊日常所需的碳水化合物、蛋白質、多種礦物質及維他命 •0% 膽固醇，超過88%由不飽和脂肪組成 •含優質乳清蛋白，促進修復傷口，增強免疫力 •含益菌生纖維素，促進腸道健康 •適合乳糖不耐者飲用	500g	125.0		(　　)罐	
凝固樂(225克)	21400010	•專為吞嚥困難人士而設的澱粉配方食物凝固粉 •可混入於各種冷熱食物和飲料 •容易調配成不同的黏稠度，以確保進食安全 •無色無味，不影響食物或飲料的味道及顏色	225g	66.0		(　　)罐	
凝固樂清透配方(126克)	21400014	•專為吞嚥困難人士而設，含抗唾液內酵素的能力，結合澱粉類及膠質的優點的凝固粉 •可混入於各種冷熱食物和飲料，能保持飲品的清澈 •容易調配成不同的黏稠度，黏稠度不會隨時間改變，以確保進食安全 •無色無味，不影響食物或飲料的味道及顏色	126g	71.0		(　　)罐	
吞嚥易清透凝固粉(125克)	21400019	•無色無味，保留食物原味 •快速溶解，不易結塊，適用於多種冷熱飲品 •迅速增稠只需30秒 •只需加入少量就能達到增稠效果，經濟實惠，性價比高 •效果穩定，增稠後能持續維持稠度，且不易被唾液分解	125g	50.0		(　　)罐	
肝美靈	22400017	專為肝臟病人而製的口服營養品，含有適量的41%支鏈氨基酸及所需的微量營養素包括維他命A、D、E和K及鋅，其他主要成份還包括碳水化合物、脂肪、維生素、礦物質及氨基酸等	每盒 21包 50克	1488		(　　)盒	
Spatone 天然鐵水(蘋果味) 28日裝	22400111	•英國NO.1天然鐵質品牌 •約40%鐵質吸收率 •Vitamin C 有助鐵質吸收 •較少引致便秘及腸胃不適等副作用 •適合女性、孕婦、產前或產後、體質偏瘦、食慾不振、過量失血人士 (如手術後)	28包	149		(　　)盒	
健康博士療康佳茶包 DR. HEALTH Trewell Teabag	22100115	•適合開始化療人士、化療中人士或化療後人士服用 •減少化療毒性藥食茶包 •100%天然有機食材,即沖即飲 •不會與化療藥、其它藥物和中藥等產生相衝	42包	688.0		(　　)盒	

備註：大量貨品不能盡錄，請到各「卓思廊」復康用品專賣店參觀選購。
以上價目僅供「復康速遞」直銷訂購所用，與「卓思廊」復康用品專賣店價目不盡相符，敬請閣下留意。

一、付款方法：a) 請把款項存入本公司恆生銀行帳戶：264-087214-007，然後把存款單傳真至本公司-2710 8322。
b)顧客可郵寄支票給我們，支票抬頭請書「明途聯繫有限公司」，待確認款項收妥後，將盡快安排送貨。
c)所有產品訂購表格均獨立計算並不設退款服務

二、不論以任何形式訂購，敬請提供準確之聯絡電話及送貨地址，「復康速遞」以電話聯絡閣下以確認訂購後交易方可作實。

三、以上貨品倘有價格或產品包裝更改，以電話覆單作準作實。

四、運費：以上貨品購滿港幣$400元以上免費送貨，少於港幣$400元須收取港幣$80元的送貨費。離島區暫不提供送貨服務。

五、貨品如有損壞或錯漏，請於七天內與本公司聯絡處理。貨品之退換必須連同原箱包裝。貨品一經使用，恕不退換。

六、於經確認後的送貨時間內，若送貨地址無人接收貨品而須安排第二次送貨，「復康速遞」將收取HK$80作為額外運輸費用。

買滿$400免費送貨

NUTRICIA

Fortisip® Compact Protein 營保健

與癌症病人攜手研發
超過9成病人贊同最啱口味[1]

病人味覺改變無胃口，揀選啱口味的營養品有助提升食慾，
補充足夠營養維持體重，提升治療效果

最高能量#
≥300千卡

最高蛋白質#
≥18克

最多口味#

最細樽#
125毫升

新口味「Sensation」系列



咖啡味　冰涼果味　原味　淡薑味　雲尼拿味

限時優惠
買2箱送多4樽

Cheers Gallery	卓思廊
Rehab Express	復康速遞

www.rehabexpress.com.hk 訂購熱線：8206 6160

產品查詢熱線： 3460 5498

www.nutriciaclinical.com.hk
Nutricia Clinical (Hong Kong) Limited

與香港市面上同類產品比較(截至2021年1月)

Reference: 1. JJ de Haan, et al. Support Care Cancer. 2021 Oct;29(10):5691-5699.

AMN-FTS-2118

一站式●復康●關愛●生活

全港最大復康用品訂購網站 • 提供全面產品資訊及格價比較平台

www.rehabexpress.com.hk

訂購電話 8206 6160　訂購傳真 2710 8322

Whatsapp 訂購服務 5114 4981

營養之選

訂購表格 全港首創復康專題雜誌

2021年11月至12月

客戶名稱：_____ 訂購日期：_____

電話：_____ 傳真：_____ 電郵：_____

送貨地址：_____

要求送貨日期：_____ 顧客簽署：_____

Rehab Express 復康速遞

Nutricia Medical Nutrition
Nutricia 系列營養補充品

注意：由於個別病者的情況不同，故建議病者必需向專業醫護人員尋求正確的診斷和合適的產品、品牌及份量。

	精選貨品	貨品編號	貨品敘述	貨品規格	售價 (HK$)	貨品優惠 (HK$)	訂貨數量	金額
腎病專用營養品	腎宜康4.0-杏脯味 (4樽/包)	21500010	專為腎病患者而設的營養補充品 • 高熱量配方，每包可提供250卡路里 • 低磷、低鉀、低鈉 • 不含葡萄糖、蔗糖 • 即開即飲，方便衛生 • 每包125毫升，適合需要限制水份攝取的人士 • 適合初期腎病患者，每100毫升提供4克蛋白質	125ml	381.0		(　　)箱 每箱24瓶	
	腎宜康7.5-焦糖味 (4樽/包)	21500011	專為腎病患者而設的營養補充品 • 高熱量配方，每包可提供250卡路里 • 低磷、低鉀、低鈉 • 不含葡萄糖、蔗糖 • 即開即飲，方便衛生 • 每包125毫升，適合需要限制水份攝取的人士 • 適合需要接受洗腎人士，每100毫升提供7.5克蛋白質	125ml	429.0	買2箱送4支 (同味道)	(　　)箱 每箱24瓶	
	腎宜康7.5-杏脯味 (4樽/包)	21500012	專為腎病患者而設的營養補充品 • 高熱量配方，每包可提供250卡路里 • 低磷、低鉀、低鈉 • 不含葡萄糖、蔗糖 • 即開即飲，方便衛生 • 每包125毫升，適合需要限制水份攝取的人士 • 適合需要接受洗腎人士，每100毫升提供7.5克蛋白質	125ml	429.0	買2箱送4支 (同味道)	(　　)箱 每箱24瓶	
癌症治療專用營養品	營保健 (原味)	21500046	• 含高能量及高蛋白質，為癌症病人專用營養品 • 每瓶含最少300千卡能量及18克蛋白質，有助癌症病人維持體重並完成治療 • 125ml毫升即飲樽裝方便衛生，開瓶後即可飲用	125ml	528.0	買2箱送4支 (同味道)	(　　)箱 每箱24瓶	
	營保健 (淡薑味)	21500047	• 含高能量及高蛋白質，為癌症病人專用營養品 • 每瓶含最少300千卡能量及18克蛋白質，有助癌症病人維持體重並完成治療 • 125ml毫升即飲樽裝方便衛生，開瓶後即可飲用	125ml	528.0	買2箱送4支 (同味道)	(　　)箱 每箱24瓶	
	營保健 (冰涼果味)	21500049	• 含高能量及高蛋白質，為癌症病人專用營養品 • 每瓶含最少300千卡能量及18克蛋白質，有助癌症病人維持體重並完成治療 • 125ml毫升即飲樽裝方便衛生，開瓶後即可飲用	125ml	528.0	買2箱送4支 (同味道)	(　　)箱 每箱24瓶	
	營保健 (雲尼拿味)	21500050	• 含高能量及高蛋白質，為癌症病人專用營養品 • 每瓶含最少300千卡能量及18克蛋白質，有助癌症病人維持體重並完成治療 • 125ml毫升即飲樽裝方便衛生，開瓶後即可飲用	125ml	528.0	買2箱送4支 (同味道)	(　　)箱 每箱24瓶	
	營保健 (咖啡味)	21500051	• 含高能量及高蛋白質，為癌症病人專用營養品 • 每瓶含最少300千卡能量及18克蛋白質，有助癌症病人維持體重並完成治療 • 125ml毫升即飲樽裝方便衛生，開瓶後即可飲用	125ml	528.0	買2箱送4支 (同味道)	(　　)箱 每箱24瓶	
認知及記憶力補充品	Souvenaid 智敏捷 (雲呢拿味)	21500017	• 含有助突觸生長的主要營養成分 • 臨床證明有助改善認知及記憶力減退	125ml	912.0		(　　)箱 每箱24瓶	
	Souvenaid 智敏捷 (咖啡味)	21500048	• 含有助突觸生長的主要營養成分 • 臨床證明有助改善認知及記憶力減退	125ml	912.0		(　　)箱 每箱24瓶	
	Souvenaid 智敏捷 (士多啤梨味)	21500062	• 含有助突觸生長的主要營養成分 • 臨床證明有助改善認知及記憶力減退	125ml	912.0		(　　)箱 每箱24瓶	
完整均衡營養	金裝能全素營養粉 (雲呢喼味)	21500056	• 適合所有成年人作為補充飲料或唯一的營養來源。日日飲激發自身免疫功能，抵抗力POWERUP • 革命性加強免疫營養要素：維他命D+鋅+硒，激活自身免疫防禦機制，提升抵抗力 • 精選奧米加Ω6和Ω3護心成分，全面捍衛心臟健康 • 雙重優質蛋白、維他命D及鈣質，維持骨骼及肌肉健康，改善肌肉流失，強健體魄，提升活力 • 黃金醣脂比例，提升整體營養水平，改善體質，修補流失	335g	83.0		(　　)罐	
營養補充	營果健 (黑加倫子味)	21500013	• 高熱量營養補充品(1.5Kcal/ml,每瓶提供300Kcal) • 不含脂肪及纖維，適合喜愛果汁口味營養品的人士，開啟便可飲用	125ml	462.0		(　　)箱 每箱24瓶	
	營果健 (蘋果味)	21500014	• 高熱量營養補充品(1.5Kcal/ml,每瓶提供300Kcal) • 不含脂肪及纖維，適合喜愛果汁口味營養品的人士，開啟便可飲用	125ml	462.0		(　　)箱 每箱24瓶	
關注血糖人士營養品	糖宜適 (雲呢拿味)	21500016	• 低糖及不含蔗糖，適合關注血糖人士使用，開啟便可飲用 • 每瓶含4克膳食纖維，有助改善腸道健康	125ml	480.0		(　　)箱 每箱24瓶	
傷口癒合專用營養品	速氨健 (雲呢拿味)	21500043	• 壓瘡專用配方 • 高熱量及高蛋白質(每瓶提供250卡路里及20克蛋白質) • 並含豐富精氨酸、鋅、維生素C和E，促進傷口癒合 • 備有雲尼拿及朱古力味可供選擇，即開即飲方便衛生	125ml	690.0	買1箱送2支	(　　)箱 每箱24瓶	

備註：大量貨品不能盡錄，請到各「卓思廊」復康用品專賣店參觀選購。
以上價目僅供「復康速遞」直銷訂購所用，與「卓思廊」復康用品專賣店價目不盡相符，敬請閣下留意。

一、付款方法：a) 請把款項存入本公司恆生銀行帳戶：264-087214-007，然後把存款單傳真至本公司-2710 8322。
b)顧客可郵寄支票給我們，支票抬頭請書「明途聯繫有限公司」，待確認款項收妥後，將盡快安排送貨。
c)所有產品訂購表格均獨立計算並不設退款服務

二、不論以任何形式訂購，敬請提供準確之聯絡電話及送貨地址，「復康速遞」以電話聯絡閣下以確認訂購後交易方可作實。

三、以上貨品倘有價格或產品包裝更改，以電話覆單作準作實。

四、運費：以上貨品購滿港幣$400元以上免費送貨，少於港幣$400元須收取港幣$80元的送貨費。離島區暫不提供送貨服務。

五、貨品如有損壞或錯漏，請於七天內與本公司聯絡處理。貨品之退換必須連同原箱包裝。貨品一經使用，恕不退換。

六、於經確認後的送貨時間內，若送貨地址無人接收貨品而須安排第二次送貨，「復康速遞」將收取HK$80作為額外運輸費用。

買滿$400免費送貨

舊機換新機優惠

買 Contour plus 血糖測試紙50片



+ 任何牌子之舊血糖機

(CONTOUR®PLUS及CONTOUR®TS除外)

免費換取

CONTOUR®PLUS 血糖機連採血器乙部



買 Contour TS 血糖測試紙50片



+ 任何牌子之舊血糖機

(CONTOUR®PLUS及CONTOUR®TS除外)

免費換取

CONTOUR®TS 血糖機連採血器乙部



賞你密密測血糖

現於同一銷售點，凡購買同款血糖測試紙，**保留盒蓋4個及單據**，

即可免費獲贈**MICROLET®採血針乙盒(100支)**。

累積蓋印



銷售地點：

Cheers Gallery 卓思廊

「卓思廊」分店地址：

律敦治醫院24小時便利店
瑪嘉烈醫院荔景大樓便利店
威爾斯親王醫院便利店
大埔醫院便利店
北區醫院24小時便利店
博愛醫院24小時復康店/便利店
東區醫院復康用品專賣店
瑪嘉烈醫院復康生活幹線
明愛醫院復康生活幹線
廣華醫院復康生活幹線
將軍澳醫院復康用品專賣店
屯門醫院復康用品專賣店
上環復康生活幹線 (皇后大道中)
銅鑼灣復康生活幹線 (軒尼詩道)
筲箕灣復康生活幹線 (南安街)
旺角復康生活幹線 (窩打老道)
佐敦復康生活幹線 (南京街)
觀塘復康生活幹線 (協和街)
荃灣復康生活幹線 (街市街)

DC.20180104k

一站式●復康●關愛●生活

全港最大復康用品訂購網站 • 提供全面產品資訊及格價比較平台

www.rehabexpress.com.hk

訂購電話 8206 6160　訂購傳真 2710 8322

Whatsapp 訂購服務 5114 4981

健醣之選

訂購表格 全港首創復康專題雜誌

2021年11月至12月

客戶名稱：_____ 訂購日期：_____

電話：_____ 傳真：_____ 電郵：_____

送貨地址：_____

要求送貨日期：_____ 顧客簽署：_____

Rehab Express 復康速遞

Diabetic Products 糖尿科用品

注意：由於個別病者的情況不同，故建議病者必需向專業醫護人員尋求正確的診斷和合適的產品、品牌及份量。

	精選貨品	貨品編號	貨品敘述	貨品規格	售價 (HK$)	貨品優惠 (HK$)	訂貨數量	金額
血糖機套裝	雅培Optium Neo 血糖機套裝	12200157	輕巧設計，快速準確 獨立包裝試紙，4年保養	包括100張試紙，100支針，1部血糖機	630			
	OneTouch Select Plus 血糖機套裝	12200185	• ColorSure™ 科技能即時顯示血糖讀數 • 符合國際標準ISO15197:2013 • 可儲存500個血糖測試結果並顯示測量結果平均值	包括100張試紙，100支針，1部血糖機	630			
	OneTouch Ultra Plus Flex 血糖機套裝	12200243	• 僅需0.4微升 (uL) 血量 • 藍芽傳輸測試結果 • ColorSure科技: 即時顯示您的血糖讀數是否超出血糖機中預設的限制範圍 • 免調碼簡單操作，5秒完成測試	包括100張試紙，100支針，1部血糖機	630			
	羅氏Accu-Chek Guide 智航血糖機套裝	12200200	新型號，快速準確，微血量，永久保養	包括100張試紙，100支針，1部血糖機	630			
	CONTOUR TS 血糖機套裝	12200026	最新免調碼型號，永久保用	包括100張試紙，100支針，1部血糖機	630			
	CONTOUR PLUS 血糖機套裝	12200042	• 準確度極高，易於使用 • 嶄新可以再次補足血樣技術，簡易及進階模式選擇 • 免調碼技術	包括100張試紙，100支針，1部血糖機	630			
	GE血糖機經濟套裝 (血糖機附10紙10針+2盒50紙+2盒50針)	12200195	• 擁有多項專利技術 • 通過國際標準血糖機ISO 15197:2013認證	包括50紙2盒，50針2盒，1部血糖機附10紙10針	438			
	VivaChek Ino血糖機套裝	12200246	• 微量採血：只需極少量血液樣本(約0.5 µL) • 測試快速：5秒快速測試時間 • 獨創8電極專利試紙，測試更加準確可靠 • 獨立包裝試紙讓使用過程更加潔淨方便	包括50張試紙，100支針，1部血糖機	350			
血糖試紙	雅培 Optium 血糖試紙	12200007	雅培確安妥血糖機專用試紙	50片裝	230			
	OneTouch Ultra test strip	12200069	強生one touch ultra血糖機專用試紙	50片裝	240			
	OneTouch Select Plus 血糖試紙	12200186	• 5秒即可獲得準確測試結果 • 僅需 1 微升 (µL) 血液樣本 • 根據自然紅血球的變化而自動調整	50片裝	226			
	OneTouch Ultra Plus血糖試紙	12200244	• 適用於 OneTouch Ultra Plus Flex血糖機 • 僅需0.4微升 (uL) 血量 • 新一代金屬基試紙試紙，減少干擾物影响 • 高準確性，符合 EN ISO15197: 2015嚴格標準	50片裝	226			
	CONTOUR TS 血糖試紙	12200027	CONTOUR TS血糖機專用試紙	50片裝	225			
	CONTOUR PLUS 血糖試紙	12200041	CONTOUR PLUS 血糖機專用試紙	50片裝	235			
	GE血糖試紙 (GS100) 新低價	12200192	• 採用獨特橫向設計，減少用家接觸血樣本機會 • 具備自動較正功能，方便易用	50片裝	160			
	羅氏Accu-Chek Performa 血糖機試紙50張	12200093	• 血糖試紙（葡萄糖 氫酶法）與Accu-Chek Performa血糖機配合使用	50片裝	256			
	羅氏Accu-Chek Performa 血糖機試紙100張	12200178	• 只需0.6微升極少血量，索血快速 • 升級系統，無需更換密碼牌	100片裝	510			
	VivaChek血糖檢測試紙50片	12200247	• 獨立包裝試紙讓使用過程更加潔淨方便 • 使用期限一般比傳統桶裝紙更長，避免試紙容易過期的問題 • 防潮鋁膜包裝,避免試紙受潮或污染，保障測量結果準確可靠	50片裝	199			
血糖機用採血針	雅培採血針	12200009	適用雅培各式血糖機	100支裝	85			
	OneTouch Ultra採血針	12200071	適用於OneTouch Ultra血糖機	100支裝	80			
	OneTouch Delica採血針	12200187	• 先進Glide操控技術，減輕採血針的震動，令採血過程順暢舒適 • 設有減低震動裝置，採血筆內的微細海棉吸收震動 • 針頭更幼細，感受採血無痛般的新體驗 • 退針控制裝置，讓你更安全，更容易棄置用完的採血針	100支裝	87			
	OneTouch Delica Plus採血針	12200237	• 30G 矽膠外層幼細採血針: 穿刺更順暢，對皮膚造成更少傷害 • 臨床數據實證，使用OneTouch Delica Plus採血筆組合(Delica Plus採血筆 +Delica Plus採血針)，令血糖測試近乎無痛	100支裝	87			
	羅氏Accu-Chek Softclix 採血針	12200088	適用羅氏血糖機	200支裝	220			
	MICROLET 採血針	12200020	適用於CONTOUR TS 及 CONTOUR PLUS 血糖機	200支裝	136			
	「安士滴」按摩型 一次性採血針(28G)	12200044	28G微細針咀，獨特按摩技術，密封消毒，安全衛生，近乎無痛	100針/盒	148			
	安士滴無菌一次性採血針30G-F 方型速幼針100's	12200045	安全密封，極幼設計，適用多種牌子採血筆	100針/盒	68			
	安士滴無菌一次性採血針30G-R 圓型速幼針100's	12200046	安全密封，極幼設計，適用多種牌子採血筆	100針/盒	50			
	GE採血針50's (GL300)	12200193	適用於GE血糖機	50針/盒	40			
胰島素注射筆及針	諾和筆*5胰島素注射筆(銀包) (NOVO PEN 5)	16100054	具備記憶功能，可重覆使用的胰島素注射筆	1枝	678			
	諾和筆針咀31G x 6mm	16100013	適用於諾和筆胰島素注射器及多款牌子注射筆	31G x 6mm，100粒	158			
	諾和針® Plus 32G 4mm 100's	12200171	最新超幼超短通用型胰島素注射筆針頭	32G x 4mm，100粒	165			
	BD micro-Fine 32Gx4mm 注射筆專用針頭	16100037	適用於多款牌子注射筆	32Gx4mm，100粒	165			
	BD Ultra-Fine Pro 32Gx4mm 胰島素注射筆專用針頭100支	16100069	輕薄壁五切面平檯式針座筆針頭，適合多款牌子注射筆	100針/盒	165			
	BD胰島素注射針咀 31Gx5mm 100支	16100016	一次性使用注射筆針頭	31GX5mm，100粒	150			
	抗糖茶	28300961	純天然，或有助穩定血糖，延緩血管氧化	60包/盒	298			
	Soft - Zellin 消毒酒精棉 60 x 30毫米100片 新低價	17200061	經由柔軟無紡面料製成的酒精棉；已事先浸透 0.4 毫升異丙醇酒精（70% V/V）方便即刻使用	100片裝	25			

備註：大量貨品不能盡錄，請到各「卓思廊」復康用品專賣店參觀選購。
以上價目僅供「復康速遞」直銷訂購所用，與「卓思廊」復康用品專賣店價目不盡相符，敬請閣下留意。

一、付款方法：a) 請把款項存入本公司恆生銀行帳戶：264-087214-007，然後把存款單傳真至本公司-2710 8322。
b) 顧客可郵寄支票給我們，支票抬頭請書「明途聯繫有限公司」，待確認款項收妥後，將盡快安排送貨。
c) 所有產品訂購表格均獨立計算並不設退款服務

二、不論以任何形式訂購，敬請提供準確之聯絡電話及送貨地址，「復康速遞」以電話聯絡閣下以確認訂購後交易方可作實。

三、以上貨品倘有價格或產品包裝更改，以電話覆單作準作實。

四、運費：以上貨品購滿港幣$400元以上免費送貨，少於港幣$400元須收取港幣$80元的送貨費。離島區暫不提供送貨服務。

五、貨品如有損壞或錯漏，請於七天內與本公司聯絡處理。貨品之退換必須連同原箱包裝。貨品一經使用，恕不退換。

六、於經確認後的送貨時間內，若送貨地址無人接收貨品而須安排第二次送貨，「復康速遞」將收取HK$80作為額外運輸費用。

買滿$400免費送貨

ACCU-CHEK®

Roche

Accu-Chek® Guide
智航血糖機

意想不到的智慧體驗



精準可靠[1]



用完試紙一按即棄



嶄新試紙瓶設計

交回舊血糖機*

買



Accu-Chek® Guide
智航血糖試紙
50條裝

*不包括Accu-Chek Guide 智航血糖機

送

Accu-Chek® Guide
智航血糖機
Accu-Chek®
FastClix 採血筆#



加送



$50惠康現金券 (數量有限，送完即止)



藍芽無線連接應用程式▲
同步傳送及分享血糖記錄
▲適用於指定型號手機及裝置

免費下載 mySugr

App Store 下載

立即下載 Google play

CHEERS Gallery 卓思廊

「卓思廊」分店地址：

律敦治醫院24小時便利店
瑪嘉烈醫院荔景大樓便利店
威爾斯親王醫院便利店
大埔醫院便利店
北區醫院24小時便利店
博愛醫院24小時復康店/便利店
東區醫院復康用品專賣店
瑪嘉烈醫院復康生活幹線
明愛醫院復康生活幹線
廣華醫院復康生活幹線
將軍澳醫院復康用品專賣店
屯門醫院復康用品專賣店
上環復康生活幹線(皇后大道中)
銅鑼灣復康生活幹線(軒尼詩道)
筲箕灣復康生活幹線(南安街)
旺角復康生活幹線(窩打老道)
佐敦復康用品專賣店(南京街)
觀塘復康生活幹線(協和街)
荃灣復康生活幹線(街市街)

Accu-Chek 客戶服務熱線：2485 7512　換購推廣期由即日起至另行通知為止

採血筆只供個人使用

1. Brazg, R. L., Klaff, L. J. and Sussman, A. M. New Generation Blood Glucose Monitoring System Exceeds International Accuracy Standards. J Diabetes Sci Technol. 2016, 10(6): 1414-15

ACCU-CHEK, ACCU-CHEK GUIDE, ACCU-CHEK FASTCLIX 及 mySugr 為羅氏擁有之商標。

羅氏診斷(香港)有限公司 © 2021 Roche Diabetes Care

DC-2021-JAN-005

一站式●復康●關愛●生活

全港最大復康用品訂購網站 • 提供全面產品資訊及格價比較平台

www.rehabexpress.com.hk

訂購電話 8206 6160　訂購傳真 2710 8322

Whatsapp 訂購服務 5114 4981

爽潔之選

訂購表格 全港首創復康專題雜誌

2021年11月至12月

客戶名稱：_____ 訂購日期：_____

電話：_____ 傳真：_____ 電郵：_____

送貨地址：_____

要求送貨日期：_____ 顧客簽署：_____

Rehab Express

復康速遞

Adult Diapers 成人紙尿片(一)

	精選貨品	貨品編號	吸濕量	尺碼	臀圍	包裝	售價(HK$)	貨品優惠(HK$)	訂貨數量	金額
安而康	成人紙尿褲	11100036	1,200 - 1,800c.c.	中碼	最大至45"	10片x10包	$410/箱	買2箱或以上95折 2箱免費送貨	(箱)	
	成人紙尿褲	11100035	1,200 - 1,800c.c.	大碼	最大至55"	10片x10包	$518/箱		(箱)	
	金裝成人紙尿褲	11100037	1,800 - 2,400c.c.	中碼	最大至45"	10片x10包	$533/箱	2箱免費送貨	(箱)	
	金裝成人紙尿褲	11100038	1,800 - 2,400c.c.	大碼	最大至55"	10片x10包	$647/箱		(箱)	
	皇家•至尊裝成人紙尿褲	11100042	3,000c.c	中碼	最大至45"	10片x10包	$651/箱		(箱)	
	皇家•至尊裝成人紙尿褲	11100043	超過3,000c.c	大/加大	最大至63"	10片x10包	$746/箱		(箱)	
	便利妥片芯(綠色)	11100039	-	細碼	21"x9"	20片x12包	$450/箱		(箱)	
理的	理的經濟裝成人紙尿褲	11100187	1,600 - 2,000c.c	中碼	最大至46"	10片x24包	$972			
	理的經濟裝成人紙尿褲	11100086	1,600 - 2,000c.c	大碼	最大至58"	10片x16包	$840			
	理的成人紙尿褲	11100089	2,300 - 2,900c.c.	中碼	最大至46"	10片x20包	$1096			
	理的成人紙尿褲	11100090	2,300 - 2,900c.c.	大碼	最大至58"	10片x20包	$1274			
	理的成人紙尿褲	11100093	超過 2,900c.c.	加大碼	最大至63"	10片x12包	$954			
公公婆婆	公公婆婆成人紙尿褲	11100091	1,600 - 2,000c.c	中碼	最大至46"	10片x20包	$884			
	公公婆婆成人紙尿褲	11100092	1,600 - 2,000c.c	大碼	最大至58"	10片x20包	$1100			
添寧	添寧透氣輕柔夜用型成人紙尿片	11100006	2,006ml	細碼	最大至34"	24片x3包	$404/箱	2箱免費送貨 送Tempo 三層醫用衛生口罩50個裝(成人尺碼)2盒	(箱)	
	添寧透氣棉柔夜用型成人紙尿片	11100007	2,865ml	中碼	最大至48"	9片x6包	$432/箱		(箱)	
	添寧透氣棉柔夜用型成人紙尿片	11100008	3,810ml	大碼	最大至58"	9片x6包	$516/箱		(箱)	
	添寧透氣輕柔日用型成人紙尿片	11100009	1,332ml	加細碼	最大至30"	30片x3包	$357/箱		(箱)	
	添寧透氣輕柔日用型成人紙尿片	11100010	1,539ml	細碼	最大至34"	30片x3包	$404/箱		(箱)	
	添寧透氣棉柔日用型成人紙尿片	11100011	1,843ml	中碼	最大至48"	12片x6包	$379/箱		(箱)	
	添寧透氣棉柔日用型成人紙尿片	11100012	2,146ml	大碼	最大至58"	12片x6包	$480/箱		(箱)	
	添寧安心活力褲 - 輕巧型	11100015	830ml	中碼	29"至39"	12片x4包	$329/箱		(箱)	
	添寧安心活力褲 - 輕巧型	11100016	830ml	大碼	37"至49"	10片x4包	$329/箱		(箱)	
	添寧安心活力褲 - 日用型	11100023	1,440ml	中碼	32"至43"	14片x4包	$487/箱		(箱)	
	添寧安心活力褲 - 日用型	11100024	1,440ml	大碼	39"至53"	14片x4包	$530/箱		(箱)	
	添寧安心活力褲 - 夜用型	11100212	2500ml	中碼	32"至43"	4包x10片	$432/箱		(箱)	
	添寧安心活力褲 - 夜用型	11100213	2500ml	大碼	39"至53"	4包x10片	$492/箱		(箱)	
	添寧貼身活力褲(女士專用)	11100214	1000ml	中碼	29"至41"	9片x4包	$300/箱		(箱)	
	添寧貼身活力褲(女士專用)	11100215	1000ml	大碼	37"至51"	8片x4包	$300/箱		(箱)	
	添寧貼身活力褲(男士專用)	11100216	1000ml	中碼	29"至41"	9片x4包	$300/箱		(箱)	
	添寧貼身活力褲(男士專用)	11100217	1000ml	大碼	37"至51"	8片x4包	$300/箱		(箱)	
包大人	包大人親膚防漏紙尿片 - 日用型	11100255	1900ML	中碼	32"至41"	10片x8包	$344/箱	2箱免費送貨 送維達升級版優惠裝三層衛生紙(12卷)一抽 加送軟抽面紙	(箱)	
	包大人親膚防漏紙尿片 - 日用型	11100256	2200ml	大碼	37"至47"	10片x8包	$416/箱		(箱)	

備註：大量貨品不能盡錄，請到各「卓思廊」復康用品專賣店參觀選購。

以上價目僅供「復康速遞」直銷訂購所用，與「卓思廊」復康用品專賣店價目不盡相符，敬請閣下留意。

一、付款方法：a)請把款項存入本公司恆生銀行帳戶：264-087214-007，然後把存款單傳真至本公司-2710 8322。

b)顧客可郵寄支票給我們，支票抬頭請書「明途聯繫有限公司」，待確認款項收妥後，將盡快安排送貨。

c)所有產品訂購表格均獨立計算並不設退款服務

二、不論以任何形式訂購，敬請提供準確之聯絡電話及送貨地址，「復康速遞」以電話聯絡閣下以確認訂購後交易方可作實。

三、以上貨品倘有價格或產品包裝更改，以電話覆單作準作實。

四、運費：以上產品免費送貨。添寧及安而康產品需訂購兩箱或以上方享免費送貨。不足兩箱，需付運費。離島區暫不提供送貨服務。若上樓梯送貨，須另加運費。

五、貨品如有損壞或錯漏，請於七天內與本公司聯絡處理。貨品之退換必須連同原箱包裝。貨品一經使用，恕不退換。

六、於經確認後的送貨時間內，若送貨地址無人接收貨品而須安排第二次送貨，「復康速遞」將收取HK$80作為額外運輸費用。

TENA 添寧®

歐洲製造 世界暢銷品牌

更自在 自信展現自我

MADE IN EUROPE 歐洲製造

新裝上市

添寧護妳墊



微量型 ♦◇◇◇ | 一般流量 ♦♦◇◇ | 加強型 ♦♦♦◇ | 量多型 ♦♦♦♦

尿滲專用

超薄3mm#

3重呵護 瞬吸 防漏 3X PROTECTION 抗菌抑味™

比衛生巾乾爽8倍^

瞬吸防漏

抗菌抑味



	TENA 添寧 護妳墊	普通衛生巾及護墊
設計	專為輕度尿滲女士而設 ★★★	只為吸收濃稠的女性分泌物 ★
乾爽舒適度	超薄3mm#，柔軟、貼身；有效阻止回滲，時刻乾爽，比普通衛生巾乾爽8倍^ ★★★	尿液容易回滲，令表面長期黏濕， 需經常更換 ★★
防漏效果	將尿液快速導流到吸收層，高分子吸收體鎖緊尿液 ★★★	較難盡吸快速流出及較稀的尿液，易沾污衣物 ★
抗菌抑味	酸性高分子吸收體有助抑制細菌生長，消除尿味 ★★★	中性環境未能有效抑制細菌生長 ★

即打 ☎ 2741 8111或掃描 ▸
免費索取試用裝
www.tena.com.hk

微量型 ^Source: Hy-Tec Hygiene Technologie GmbH, 2017

Cheers Gallery 卓思廊

Rehab Express 復康速遞

www.rehabexpress.com.hk 訂購熱線：8206 6160

一站式●復康●關愛●生活

全港最大復康用品訂購網站 • 提供全面產品資訊及格價比較平台

www.rehabexpress.com.hk

訂購電話 8206 6160　訂購傳真 2710 8322

Whatsapp 訂購服務 5114 4981

爽潔之選

訂購表格 全港首創復康專題雜誌

2021年11月至12月

客戶名稱：_____ 訂購日期：_____

電話：_____ 傳真：_____ 電郵：_____

送貨地址：_____

要求送貨日期：_____ 顧客簽署：_____

Rehab Express 復康速遞

Adult Diapers 成人紙尿片(二)

	精選貨品	貨品編號	吸濕量	尺碼	臀圍	包裝	售價 (HK$)	貨品優惠 (HK$)	訂貨數量	金額
喜舒樂	日本喜舒樂成人紙尿褲(薄裝)	11100192	300c.c.	中碼	28"至37"	34片x3包	$840/箱		(箱)	
	日本喜舒樂成人紙尿褲(薄裝)	11100193	300c.c.	大碼	36"至49"	30片x3包	$840/箱		(箱)	
	日本喜舒樂成人紙尿褲 (安全防護型)	11100194	750c.c.	中碼	28"至37"	18片x6包	$948/箱		(箱)	
	日本喜舒樂成人紙尿褲 (安全防護型)	11100195	750c.c.	大碼	36"至49"	16片x6包	$948/箱		(箱)	
松鶴	松鶴防漏紙尿片	11100197	1200c.c.	中碼	32"至45"	10片X10包	$500/箱	3箱免費送貨	(箱)	
	松鶴防漏紙尿片	11100198	1500c.c.	大碼	42"至57"	10片X10包	$520/箱		(箱)	
	松鶴防漏金裝紙尿片	11100199	2000c.c.	中碼	32"至45"	10片X10包	$600/箱		(箱)	
	松鶴防漏金裝紙尿片	11100200	2200c.c.	大碼	42"至57"	10片X10包	$640/箱		(箱)	
	松鶴床墊	11400043	-	60cm x 90cm	-	10片X10包	$400/箱		(箱)	
德寶123	德寶123成人紙尿片 (全效型)	11100075	1550ml	細碼	最大至29"	10片x10包	$380/箱	2箱免費送貨	(箱)	
	德寶123成人紙尿片 (全效型)	11100076	1500-1800ml	中碼	29"至46"	10片x10包	$402/箱		(箱)	
	德寶123成人紙尿片 (全效型)	11100077	1800-2200ml	大碼	45"至61"	10片x10包	$512/箱		(箱)	
	德寶123成人紙尿片 (全效型)	11100078	2000-2600ml	加大碼	45"至64"	10片x10包	$655/箱		(箱)	
	德寶123超特級成人紙尿片(長效夜用)	11100224	2600-2800ml	中碼	29"至46	10片x10包	$580/箱		(箱)	
	德寶123超特級成人紙尿片(長效夜用)	11100225	3000-3200ml	大碼	45"至61"	10片x10包	$700/箱		(箱)	
	德寶123超特級成人紙尿片(長效夜用)	11100262	3100-3500ml	加大碼	45"至65"	10片x10包	$790/箱		(箱)	
康保	康保片芯	11100221	500ml	細碼	9.84" x 19.69"	20片x12包	$340/箱		(箱)	
	康保片芯	11100227	600ml	小碼	9.84" x 21.25"	20片x12包	$364/箱		(箱)	
	康保片芯	11100220	700ml	中碼	9.84" x 23.62"	20片x12包	$400/箱		(箱)	
	康保片芯	11100228	800ml	大碼	9.84" x 27.56"	30片x8包	$430/箱		(箱)	
一定妥	一定妥+護 金裝成人紙尿片	11100260	1200-1800ml	中碼	30"至47"	10片x10包	$290/箱		(箱)	
	一定妥+護 金裝成人紙尿片	11100261	1400-2000ml	大碼	40"至56"	10片x10包	$320/箱		(箱)	
	一定妥 日用褲 中碼	11100229	600-850ml	中碼	26"至36"	11片x8包	$412/箱		(箱)	
	一定妥 日用褲 大碼	11100230	650-950ml	大碼	32"至42"	11片x8包	$472/箱		(箱)	
	一定妥+護成人床墊	11100235	100-150ml	大碼	60 x 90cm	10片x12包	$322/箱		(箱)	
赫曼	安加適® 彈性金裝頂級 成人紙尿片22片	11100271	2771ml	細碼	70至90cm	22片x6包	$1206			
	安加適® 彈性金裝頂級 成人紙尿片14片	11100272	3588ml	中碼	85至120cm	14片x8包	$1024			
	安加適® 彈性金裝頂級 成人紙尿片14片	11100273	4380ml	大碼	115至-145cm	14片x8包	$1208			
倍樂	倍樂成人舒爽褲	11100263	1180ml	中碼	35"至41"	9片X8包	$500/箱	2箱免費送貨 送皇冠濕廁紙40片3包裝1件	(箱)	
	倍樂成人舒爽褲	11100264	1180ml	大碼	41"或以上	8片X8包	$500/箱		(箱)	
	倍樂成人紙尿片	11100265	1890ml	中碼	31"至41"	10片X6包	$300/箱		(箱)	
	倍樂成人紙尿片	11100266	2190ml	大碼	37"-47"	9片X6包	$300/箱		(箱)	

備註：大量貨品不能盡錄，請到各「卓思廊」復康用品專賣店參觀選購。

以上價目僅供「復康速遞」直銷訂購所用，與「卓思廊」復康用品專賣店價目不盡相符，敬請閣下留意。

一、付款方法：a)請把款項存入本公司恆生銀行帳戶：264-087214-007，然後把存款單傳真至本公司-2710 8322。

b)顧客可郵寄支票給我們，支票抬頭請書「明途聯繫有限公司」，待確認款項收妥後，將盡快安排送貨。

c)所有產品訂購表格均獨立計算並不設退款服務

二、不論以任何形式訂購，敬請提供準確之聯絡電話及送貨地址，「復康速遞」以電話聯絡閣下以確認訂購後交易方可作實。

三、以上貨品倘有價格或產品包裝更改，以電話覆單作準作實。

四、運費：以上產品需訂購兩箱或以上方享免費送貨。不足兩箱，需付運費。離島區暫不提供送貨服務。若上樓梯送貨，須另加運費。

五、貨品如有損壞或錯漏，請於七天內與本公司聯絡處理。貨品之退換必須連同原箱包裝。貨品一經使用，恕不退換。

六、於經確認後的送貨時間內，若送貨地址無人接收貨品而須安排第二次送貨，「復康速遞」將收取HK$80作為額外運輸費用。

「爽潔之選」之選特選產品，優惠詳情見P.4及P.5

全新 MoliCare®安加適®

彈性金裝成人紙尿片

最新技術

親膚彈力側腰帶

HARTMANN 德國醫療級照護專家



歐洲醫療器材認證

德國醫院銷售 No.1*

升級通知

舊 OLD

MoliCare ® Premium Slip, Extra Plus
安加適® 金裝成人紙尿片,日用, 6滴

6



MoliCare ® Premium Slip, Super Plus
安加適® 金裝成人紙尿片,夜用, 8滴

8



MoliCare ® Premium Slip, Maxi
安加適® 金裝成人紙尿片,超吸, 9滴

9



MoliCare ® Premium Slip, Maxi Plus
安加適® 金裝成人紙尿片,頂吸, 10滴

10



新 NEW

MoliCare® Premium Elastic, 6 Drops
安加適® 彈性金裝成人紙尿片, 6滴

6



MoliCare® Premium Elastic, 8 Drops
安加適® 彈性金裝成人紙尿片, 8滴

8



MoliCare® Premium Elastic, 9 Drops
安加適® 彈性金裝成人紙尿片, 9滴

9



MoliCare® Premium Elastic, 10 Drops
安加適® 彈性金裝成人紙尿片, 10滴

10



*根據GFK調查,安加適為2017年德國醫院銷售第一的失禁護理品牌。

PHAP_INCO_MPE_201028_01-01

一站式●復康●關愛●生活

全港最大復康用品訂購網站 • 提供全面產品資訊及格價比較平台

www.rehabexpress.com.hk

訂購電話 8206 6160　訂購傳真 2710 8322

Whatsapp 訂購服務 5114 4981

Rehab Express 復康速遞

訂購表格 全港首創復康專題雜誌

2021年11月至12月

客戶名稱：_____ 訂購日期：_____

電話：_____ 傳真：_____ 電郵：_____

送貨地址：_____

要求送貨日期：_____ 顧客簽署：_____

Rehab Express 復康速遞

血壓計及其他復康用品

Blood Pressure Monitor & Other Rehab Products

注意：由於個別病者的情況不同，故建議病者必需向專業醫護人員尋求正確的診斷和合適的產品、品牌及份量。

	精選貨品	貨品編號	貨品敘述	貨品規格	售價(HK$)	貨品優惠(HK$)	訂貨數量	金額
指式脈搏血氧儀	ChoiceMMed 指夾式血氧儀	12200239	清晰 LED 顯示屏 / 適用於家庭，運動保健等範圍 / 能精確測量血氧飽和度和脈率 / 具自動關機節能功能 / AAA電x2，低耗電量 / 體積小巧，重量輕，攜帶方便		450			
	Heal Force Prince-100 指式脈搏血氧儀	12200130	精確檢察人體血氧飽和度		758			
	Heal Force Prince-100C 指式脈搏血氧儀	12200131	彩屏高像素顯示		948			
	Heal Force Prince-100D 指式脈搏血氧儀	12200134	體積小，重量輕，便於攜帶，適合兒童使用		948			
	Heal Force Prince-100N 指式脈搏血氧儀	12200135	一指檢測，使用方便，細小輕巧，居家或旅遊皆方便使用		498			
電子血壓計	OMRON HEM-7600T 高智能手臂式血壓計	12200213	Omron Connect無線藍牙傳數據高效管理/心律不齊檢測/臂帶佩戴自檢/可記錄100次 測量數值/高智能加壓技術		1620			
	OMRON HEM-7156 高智能手臂式電子血壓計 新產品	12300152	備有血壓偏高提示/心律不齊檢測/血壓水平顯示/60次記憶/最近3次平均值顯示/越南製造/5年保養		798			
	OMRON HEM-7121 高智能手臂式電子血壓計	12200166	臂帶佩戴自檢/誤動作提示/血壓警示/30組記憶/心律不齊檢測		579			
	OMRON JPN600 高智能手臂式電子血壓計	12300077	高智能感應科技/偵測心律不齊/60組讀數記憶功能		830			
	OMRON JPN500 高智能偵測心律不齊血壓計	12300132	人工智能偵測心律不齊/60次數據記憶/自動3次計算平均值		798			
	OMRON JPN700 高智能手臂式血壓計	12300136	備有早晨高血壓提示/臂帶佩戴自檢/心律不齊檢測/血壓水平顯示/誤動作提示/100次記憶/日間/夜間平均值顯示/最近3次平均值顯示/日本製造		1200			
	OMRON HEM-8712 高智能手臂式血壓計	12200158	高血壓指示/顯示血壓值和脈搏率		440			
	"AND" UA767JP 日本製電子手臂式血壓計	12200176	日本製造/ 心跳不規律頻率指示IHB%/ 壓脈帶穿戴不正確指示/ WHO血壓分級判讀指示/ 四人份血壓記錄功能+平均值(60x4)		759	738		
	日本愛安德手臂式入門版血壓計UA-654MR	12200222	日本製造、手臂式、簡單測量		699	680		
	"AND" UA611 電子血壓計	12300128	備有心律不齊顯示，體積設計輕巧		399	379		
	"赫曼" Veroval Compact 手臂式血壓計	12300144	特大顯示屏，數據顯示清晰，舒適，易於保養		388			
	Veroval Duo Control 上臂血壓計	12300150	融入雙智能測量科技的超精準全自動血壓計，能探測心律不齊，附帶舒適臂帶		950	749		
	Heal Force 電子血壓計 B01	12300140	廣東話真人語音 / 雙人各90組記憶功能 / 心律不齊監測 / 大屏LCD顯示 / 三次平均值 / 智能加壓		298			
其他復康用品	Oral 7® 口康7號®滋潤牙膏	43200037	從牛奶提煉的天然口腔護理產品。增強口腔免疫力，預防及修復口腔內的損傷及潰爛，維持口腔內的天然保護黏膜，保護牙肉牙齒，令口氣清新。特別適合電療及化療人士、糖尿病患者、長期服食藥物人士及長者使用 。	75ml	82			
	Oral 7® 口康7號®滋潤漱口水	43100027	從牛奶提煉的天然口腔護理產品。不含氟，不影響酵素的功能；不含生長激素(growth hormone)，不會刺激癌細胞生長。效力長達7小時。適合兒童、成人及任何年齡人士。特別適合電療及化療人士、糖尿病患者、長期服食藥物人士及長者使用。	250ml	80			
	Oral 7® 口康7號®滋潤啫喱	43600008	從牛奶提煉的天然口腔護理產品。黏度適中，容易塗上口腔。幫助吞咽，於口腔損傷時仍可維持進食。特別適合電療及化療人士。	50gm	117			
	BioXtra 牛初乳酵素牙膏	43200036	幫助鞏固牙齒，預防蛀牙，不含起泡劑(SLS)，無刺激化學成份，敏感牙齒及牙肉發炎者亦適合使用	50ml	38			
	BioXtra 牛初乳酵素漱口水	43100025	抑制牙菌膜形成，預防蛀牙、牙齦(肉)發炎，有效清除口氣，促進痱滋及口腔發炎癒合，適合口乾者紓緩口乾問題	250ml	55			
	BioXtra 牛初乳酵素口腔滋潤啫喱	43600002	紓緩口乾問題，滋潤口腔達8小時，臨床證實能促進口腔發炎(如痱滋、牙肉發炎)癒合	40ml	78			
	BioXtra 牛初乳酵素口腔滋潤啫喱噴劑	43600003	紓緩口乾問題，滋潤口腔達9小時，臨床證實能促進口腔發炎(如痱滋、牙肉發炎)癒合	50ml	78			
	3M 加膚康特效持久護膚霜 (無香味)	14100035	• 保護功能耐沖洗可使用膠帶黏貼 •提供耐用持久的保護，預防體液的損害 •不會黏著內褲或床單 - 可抵抗沖洗-酸鹼度適中，維持肌膚天然保護層 •絕不削弱膠布或繃帶的黏貼力 - 高濃度配方，持久耐用	92g	130			
	Molicare 清潔泡沫	14100003	• 清潔時只需輕輕一，避免磨擦肌膚 • 中和異味，辟味除臭 • 含有肌酸，幫助維持肌膚的天然屏障 • 無需過水，方便省時，迅速清潔，減少皮膚壓力 • 貼近皮膚5.5 pH值，不傷皮膚 • 經皮膚專家驗證 • 德國製造	400ml	73			
	依飛舒痛貼10片裝	22200086	以eefit依飛專利科技，改善血液微循環，排走代謝物，迅速舒緩肌肉酸痛及疲勞等症狀，恢復健康活力	10片	69			
	TAKALE 溫濕電熱墊	12100019	獨立溫度調校		980			
	電子體溫計(軟身)	12200111	30秒即可讀取體溫，準確度：±0.1℃；超出正常體溫警示，可更換的長效電池(約可使用2千次)	一個	60			

備註：大量貨品不能盡錄，請到各「卓思廊」復康用品專賣店參觀選購。
以上價目僅供「復康速遞」直銷訂購所用，與「卓思廊」復康用品專賣店價目不盡相符，敬請閣下留意。

一、付款方法：a) 請把款項存入本公司恆生銀行帳戶：264-087214-007，然後把存款單傳真至本公司-2710 8322。
b) 顧客可郵寄支票給我們，支票抬頭請書「明途聯繫有限公司」，待確認款項收妥後，將盡快安排送貨。
c) 所有產品訂購表格均獨立計算並不設退款服務

二、不論以任何形式訂購，敬請提供準確之聯絡電話及送貨地址，「復康速遞」以電話聯絡閣下以確認訂購後交易方可作實。

三、以上貨品倘有價格或產品包裝更改，以電話覆單作準作實。

四、運費：以上貨品購滿港幣$400元以上免費送貨，少於港幣$400元須收取港幣$80元的送貨費。離島區暫不提供送貨服務。

五、貨品如有損壞或錯漏，請於七天內與本公司聯絡處理。貨品之退換必須連同原箱包裝。貨品一經使用，恕不退換。

六、於經確認後的送貨時間內，若送貨地址無人接收貨品而須安排第二次送貨，「復康速遞」將收取HK$80作為額外運輸費用。

買滿$400免費送貨

Heal Force



簡單易用 真人發聲

B01 血壓計 貼心呵護



產品特點:

- 粵語 + 英文雙語發音切換
- 心律不齊監測
- 90 組記錄功能
- 三次平均值顯示

力康發展有限公司 香港柴灣永泰道50號港利中心1901室
www.healforce.com

5 years+ 商界展關懷 caringcompany

CHEERS Gallery 卓思廊
訂購熱線 :8206 6160

一脈相連

內分泌科專科醫生 **黃麗詩**



糖尿與運動

中秋過後，早晚天氣明顯稍涼，正值好時候開始實行運動計劃。運動目標是強健體魄，最重要是持之以恆，方案應該着重長期維持的可行性，先從簡單的鍛煉開始，循序漸進，並享受當中的時刻。



長遠的計劃

每個人的體質和背景都不一樣，運動計劃及運動量亦可能有分別。

一般來說，理想目標為：

- 每星期最少3-5次運動，每次30-45分鐘，中度耐力性訓練。每週運動達致150分鐘。
- 於日常生活中，盡量增加活動時間及方式。
- 盡量達致隔天運動，以助穩定血糖。

目標可以是每星期累積消耗1000卡路里（kcal）；適應後可嘗試加入抗阻訓練。以卡路里的消耗來計算運動量是比較複雜的，假如在運動器材上運動，器材上的計算功能可以按個人體重、運動強度和時間來推算熱量消耗。

運動與血糖水平

運動時，肌肉活動可以刺激身體對血糖的吸收，增加胰島素敏感度，從而降低血糖。 耐力性（有氧）訓練及抗阻（例如舉重）運動都有助控制血糖。由於耐力性運動選擇較多，亦比較容易實行，所以是首選項目。

耐力運動

耐力運動或有氧運動是指一些利用大肌肉群的重複性運動，並持續超過15分鐘，期間會令呼吸和心跳加快。例子有很多，簡單如步行、現時很流行的跑步、各項球類運動、游泳等等。要注意一般的耐力運動都不需要太強的程度，大約在偏低至中等的運動量(個人最大運動量的40-70%)進行，而運動時的個人感覺也不應該太辛苦。尤其是剛剛開始接觸恆常運動的時候，應進行較輕鬆舒服的運動強度，慢慢增加時間和次數，以養成運動的習慣。

相信步行對於大部分初接觸運動或不太活躍的人士來說是最簡單直接的選項。很多人都會隨身攜帶智能電話，假如留意電話的計步器，每天能步行一萬步的話，每週的熱量消耗便大約相等於1,000卡路里。

抗阻訓練

肌肉經過一段時間的抗阻訓練後會增生，有助強化血糖的平衡。要留意的是抗阻訓練對血壓控制不穩或患有糖尿病視網膜病變的人士存有風險，必須在專業人士的評估和指導下才能進行。

耐力運動及抗阻訓練對血糖的正面影響有著不同的機制，因此兩者並行對血糖的控制應該會比做單一種類的優勝。



御癌有術

香港防癌會資料

香港防癌會
HONG KONG ANTI-CANCER SOCIETY
Since 1963



更年期、賀爾蒙、飲食、肥胖和運動與女性癌症的關係

乳癌、子宮癌、子宮頸癌及卵巢癌都是女性獨有或通常發生於女性身上的癌症。這些器官大都和生殖功能有關，生殖器官往往隨體內的女性賀爾蒙變化而有不同的生理特徵，難怪上述癌症的成因和治療經常與女性賀爾蒙扯上關係。不過，比較多人忽略的是日常一些生活小節和習慣，而飲食、肥胖和運動確實與女性癌症有千絲萬縷的關係。

女性賀爾蒙(雌激素)可致癌嗎?

我們常在乳癌和子宮癌的癌細胞內發現賀爾蒙受體，而抗雌激素的賀爾蒙治療對這些帶賀爾蒙受體的癌細胞又有不錯的療效，令人以為女性賀爾蒙必然會導致癌症，這觀點有其正確的一面，但過分的演繹會導致不必要的誤解和憂慮。事實上有大型的臨床研究顯示，長期接受雌激素補充治療，會增加患乳癌的機會，相對於沒有接受雌激素補充治療的婦女，患乳癌的機會率高出約25%。但這些研究亦顯示，接受雌激素補充治療的婦女不一定會患上癌症。退一步而言，雌激素是女性身體正常分泌的賀爾蒙，婦女即使已收經，其體內的腎上腺和脂肪亦會製造和分泌雌激素，因此我們沒有必要視雌激素為洪水猛獸。一些婦女對可能含有雌激素的食物（如雞或豆類）避之則吉，亦是源於誤解而引起憂慮。事實上沒有確實證據顯示短期攝取微量的雌激素可增加患癌的風險，但如計劃長期服食高劑量的雌激素，便須請教妳的婦產科醫生或家庭醫生。

飲食、肥胖和運動與女性癌症有關嗎?

飲食、肥胖和運動這三個因素息息相關，亦互為因果；簡言之，暴食、缺少運動會引致肥胖。我們已知肥胖會增加患子宮癌的風險，也會令收經的婦女容易患乳癌，由此可見，單靠適當飲食和運動控制體重已可降低患癌的風險。留意食物的質素對防癌亦有幫助，避免飽和脂肪，每天進食至少五份蔬果，都是值得鼓勵的飲食習慣。

踏入更年期等於踏入癌症高危期?

我們會發覺，患癌的親友多在更年期後發病，這現象是否顯示踏入更年期等於踏入癌症高危期？更年期多在五十歲後開始，大部分癌症的發病率也在五十歲後逐漸增加，由此可見，年歲本身才是高危因素，而非由於更年期所致。但很多癌症的誘因，如雌激素補充治療、肥胖等，對更年期婦女的影響比較明顯，所以踏入更年期更須注意本身的健康和生活細節，應停止吸煙、酗酒，少吃飽和脂肪，多吃蔬果，做適當運動和控制體重，便可令生活更健康，減低患癌的風險。



防癌飲食及健康生活態度

世界各地的研究報告指出，乳癌及子宮內膜癌與體重和體內脂肪有密切關係，婦女在更年期後過重及體內有過多脂肪細胞（尤其在腰圍部位），會增加荷爾蒙及雌激素的分泌，令細胞癌變的機會增加。從膳食中控制攝取的熱量，保持體重及腰圍數值在標準範圍內，會有助降低風險。

標準的體內脂肪量：	女性17-27%，男性14-23%
健康的腰圍數值：	女性少於80厘米，男性少於90厘米

雖然近期有些研究指出，低脂肪飲食未必可以減低患乳癌的風險，不過健康飲食之道，應以減少進食油脂（尤其是飽和脂肪及反式脂肪）為原則，同時亦可控

制攝取的熱量，減低體內脂肪，以達致標準體重。

食物材料宜多選擇瘦肉、魚類和海產，切除肥肉和皮層，多採用蒸、灼、焗、炆和燉的煮食方式，更可選用易潔鑊，以少油猛火快炒的方式烹調食物，減低食物在烹調過程中吸入的油量。食物的形狀、大小、切法、添加麵粉或麵包糠亦會影響吸油量，若偶爾煎炸食物，應盡量將食物厚切，先「飛水」，避免加脆皮料，以減低吸油量。避免翻用炸食物的油，因為曾受高溫的油黏度高，瀝油性較差。

近骨的地方通常積聚脂肪，所以美味的骨湯通常很油膩，用隔油湯壺可隔去部份油脂。脂肪經高溫處理會和湯水混合，放進雪柜冷卻後撇去凝固的油層比較理想，不過更健康的做法是多以魚或瘦肉配瓜菜、豆類作湯料。另一方面，很多人以為骨湯有豐富鈣質，其實一碗湯只含鈣質2 - 3毫克，一杯奶則含250毫克，不過奶類所含的脂肪是飽和脂肪，故應以脫脂或低脂為首選。

纖維

纖維屬碳水化合物，但不會被人體吸收，主要源自植物性的食物。雖然纖維與女性的癌症沒有直接關係，不過多選高纖食品可增加飽肚感，幫助維持健康的體重。蔬菜水果、乾豆、全穀食品、麥皮、薏米、乾果、果仁、種子等食物，冬菇、金針、雲耳、百合等配料，都含有豐富的纖維質。最近，歐洲十二個國家有大型調查報告顯示進食蔬果與乳癌扯不上關係。不過，仔細分析資料後發現，有關數據主要是比對進食一份和三份蔬果所產生的效果，然而如此進食份量遠不及達致防癌功效所需的份量。要達致防癌功效，每天宜進食最少5份蔬果，一份的份量相等於半碗菜或一個中型水果，每餐最好有三份之二是植物性的食物，宜多選全穀食品、高纖維配菜及乾豆（尤其是黃豆）類食品。

日本及中國有調查報告指出，黃豆裡的異黃酮「珍寧」對乳癌有防護作用，更有研究顯示，年輕時接觸異黃酮所產生的雌激素輕微作用，有助減低患癌的風險。不過，進食黃豆補充品的效果則未如理想。1998年曾經進行一項研究，向患乳癌的老鼠注射「珍寧」，結果發現會刺激癌細胞增長。故此，服用異黃酮或黃豆補充品對曾患乳癌人士的影響，尚待進一步研究。

婦女在更年期後多尋求進補，不少人不惜大花金錢購買各類補充劑，但美國有大型調查研究證實，服用補充劑無助於降低患癌的風險，進食過量更會適得其反。保持飲食均衡，從平日的飲食中攝取足夠的維他命及礦物質，並配合健康的生活模式，是較佳的選擇。健康的生活模式應從小開始，除了注意飲食之外，更要節制飲酒，多做運動，維持健康的體重。



頑症患者 不可不知



TAF 時間差療法

人體受生理時鐘支配是人所共知的事實，頑症細胞的生長亦然。日本頑症科權威阿部博幸醫學博士所發明的TAF時間差療法，其原理就是因應頑症與生理時鐘的相互作用，再配合三種來自日本僅存潔淨土地【沖繩列島】之特有產物，提高病人自體能力對抗頑症，並加速頑症細胞的凋亡，給予病人全方位的支持。

早上 6時至中午12時

- 頑症細胞血管生長的時間

中午 12時至晚上8時

- 人體的免疫力低潮期

晚上 12時至早上6時

- 頑症迅速生長期，較其他時間多出25%

T 沖繩秋薑黃 TURMERIC

- ✔ 於早上阻止頑症細胞血管生長，切斷頑症營養補給
- ✔ 抑制各期頑症的持續成長
- ✔ 強化肝臟排毒功能
- ✔ 極強抗氧化功能

A 沖繩姬松茸 AGARICUS

- ✔ 於中午強化免疫及保護肝腎，以自身免疫系統對抗頑症
- ✔ 防範正常細胞病變
- ✔ 阻撓壞細胞生長
- ✔ 頑症期間防範轉移
- ✔ 頑症康復後預防復發

F 沖繩褐藻素 FUCOIDAN

- ✔ 於晚上誘導壞細胞死亡，直接撲殺頑症細胞
- ✔ 減輕放療及化療副作用
- ✔ 頑症期間增強食慾及體力
- ✔ 活化免疫細胞
- ✔ 適合關注免疫系統失調人士

納米系列銷售熱線：

拾康專線 Health Retrievers 81011033

金秀集團於1947年在沖繩創立，是當地第一大企業，亦是當地最大的保健食品公司。集團六十年來始終如一，純以沖繩出產的天然素材萃取成各種功能食品，為人類健康出力。



網上瀏覽及，查詢各屈臣氏銷售點：www.bestrade.biz

銷售點：

華潤堂 CRCare

HealthPlus 健怡坊

watsons 屈臣氏

Cheers Gallery 卓思廊

Rehab Express 復康速遞

www.rehabexpress.com.hk 訂購熱線：8206 6160

金秀バイオ株式会社
KANEHIDE BIO CO.,LTD.

總代理：有成環球商貿 電話：2713 3111

免責聲明：以上產品沒有根據《藥劑業及毒藥條例》或《中醫藥條例》註冊。為以上產品作出的任何聲稱亦沒有進行該等註冊而接受評核。以上產品並不供作診斷、治療或預防任何疾病之用。

傷健深情

香港心理衞生會教育主任、註冊社工 **梁凱怡**



活在當下 尋回遺失的感覺

大家對於「活在當下」這個詞應該不陌生，但有些人卻錯誤理解它的意思，以為「活在當下」就是叫大家「今朝有酒今朝醉，明日愁來明日愁」，所以當下開心最重要，吃好吃的，玩好玩的，刻意地做一些自己開心的事，不要多想其他事情。但「活在當下」的重點是專注，即使這件事你每天也在做，但嘗試專注在你正在進行的事情上，避免受馳騁的思緒打擾，這樣才能體驗生活的美好。



香港常被形容是一個生活節奏急速的城市，你有否試過匆匆忙忙地吃午飯，吃飯期間一邊想著剛剛未完成的工作，另一邊又計劃著家裡的事務。十數分鐘吃過午飯後，趕著外勤工作，看著電話顯示3分鐘後巴士便到達，你立刻飛奔到巴士站追巴士，幸好趕上了巴士，你又開始擔心能否在預計時間到達目的地。終於到了下班時間，你約了朋友聚餐，期間電話訊息接連不斷，你一心多用地吃飯、聊天、回覆訊息，直至飯後回家，一天結束。

回想一下，你有留意午餐時那道飯餸的味道嗎？你看到巴士沿途經過那些風景嗎？你有聽到朋友跟你訴說的話語嗎？當我們沒有專注在當下，有些美好的感受也錯過了。

早前朋友跟我分享他拍攝的相片與短片，有兩隻在草地上雙飛的蝴蝶，有兩隻正在交配的小昆蟲，還有樹洞裡的一個螞蟻窩。我驚嘆這麼小的昆蟲，怎麼他能容易拍攝到！他笑著說只要細心留意周遭的事物，多從不同的角度去看待，便會有很多意料之外的發現。

筆者住所附近有一條街道長滿大樹、矮木，因並非連接主要道路，所以途經的路人主要是附近的住戶或帶狗散步的街坊。聽過朋友的分享後，我也學習更多地「活在當下」，專注當刻，感受自己的內心。早陣子經過這條路，地上掉滿從樹上跌下來的果子，一粒一粒，紅褐色的佈滿這片地上，有些果子似乎是被路人踩扁了，有些看來剛掉到地上。這些天走過這條路，跌在地上的已經轉換成一片片的枯黃樹葉，證明初秋已經來臨。微風吹拂而過，暖陽在樹葉的縫隙中穿透而曬在皮膚上，十分暖和。

在營營役役的生活中，很容易受到雜亂的思緒影響。這些煩擾的想法令我們無法享受當下，難以放鬆，長遠而言更可能演變成焦慮或抑鬱情緒。要做到「活在當下」，我們可以強化自己的專注力，當發現自己分神時，只需要提醒自己繼續專注在當刻的事情，多加運用五官感受這刻不同的感覺，可能會令你發掘到從未留意到的細節。

香港心理衞生會推出的「輔負得正」手機應用程式為受情緒困擾的人士提供線上支援，如有需要可以下載程式向本會專業社工諮詢。



傷健深情

專業心理輔導員 英國註冊音樂治療師 **羅兆愉**



Back to school 的心理適應

終於正式恢復面授，看到不少學生都在努力適應中。面對新學年，除了要適應早起，還有新老師、同學、課程及教學模式的變化，確實很容易產生適應性的心理壓力。一般情況，部分同學經過一段時間的調整，都會恢復到正常的心態；但有些則需要較長的時間。

外界環境的變化而產生的情緒波動，心理所產生的身體反應，例如經常疲累、胃痛、肚痛、消化不良及頭痛等，都是適應性心理壓力的徵兆。如果得不到疏解，很有可能會影響學習成績及人際關係，甚至對學習、上學失去興趣。

如果是學業展開新階段（例如：幼稚園升小學）的同學就更加要注意，面對全新的制度、環境、同學和老師，適應性壓力會更明顯。同學會再在朋輩中尋找自己的位置、價值、能力，部份學生的自尊感亦會因此暫時受挫。

只要我們多加留意、關心，例如放學回家後、晚飯時都可以閒話家常，給予更多機會、空間，讓他們分享學校的點滴，他們的聲音得以被聆聽，情緒得以梳理。適當時我們亦可以提出幫助的意見及方案，或與老師緊密溝通。如果情緒或身體症狀持續出現一段時間亦未得以改善，就應該盡早尋求協助。

關心時 Don't

× 只關心學業成績、功課

× 過早的教誨

× 指責他們的表現



Ultra Ready® 理的®

成人紙尿褲
ADULT DIAPERS

長期臥床，行動不便，大小便失禁及接受手術病患者適用



鑽石坑紋吸水內層含強力高份子吸水劑



柔軟不織布面層低敏感度



氣味中和劑抗菌防臭



立體防漏彈性橡筋脾



尿濕顯示



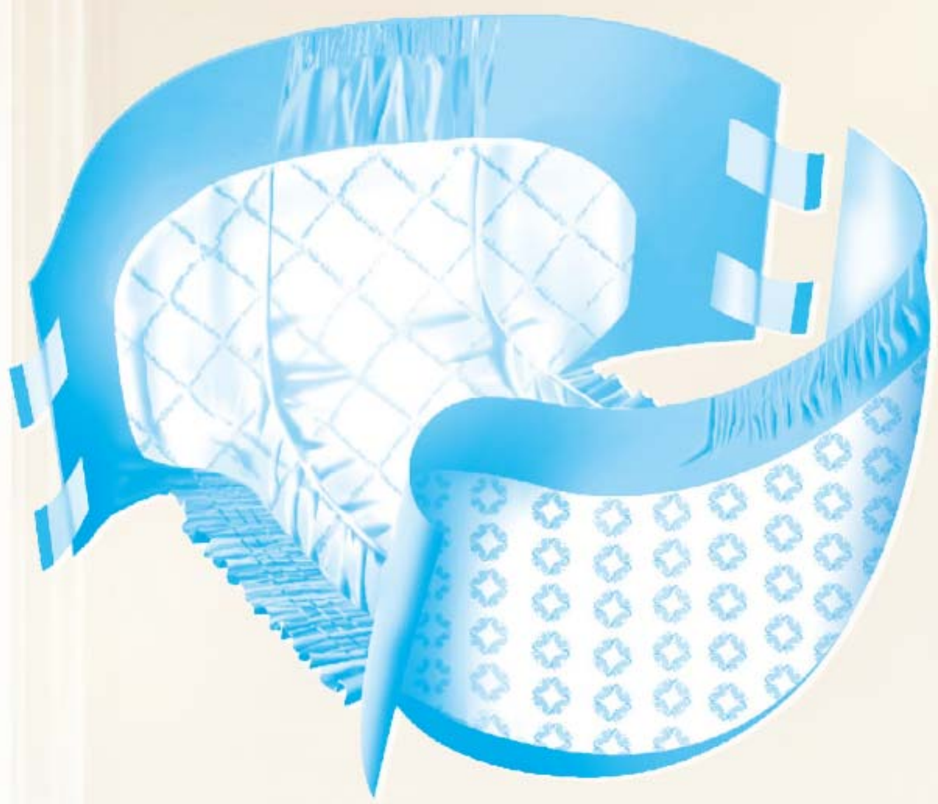
防漏外層



環保，全不經氯氣漂白



特大臀部吸水層



UltraReady 理的

各大藥房及零售商均有代售

超強吸濕量

金裝



公公婆婆
(中碼) 32 - 46 吋
吸水量 1600 cc

公公婆婆
(大碼) 44 - 58 吋
吸水量 2000 cc



理的金裝
(中碼) 32 - 46 吋
吸水量 2300 cc

理的金裝
(加大碼) 適用至 63 吋
吸水量 超過 2900 cc

理的金裝
(大碼) 44 - 58 吋
吸水量 2900 cc

耆英派
(中碼) 32 - 46 吋
吸水量 1600 cc

耆英派
(大碼) 44 - 58 吋
吸水量 2000 cc

樂活樂齡

國家認可居家安老專家(美國) 註冊職業治療師 **劉志豪**



銀髮科技，職業治療幫到你

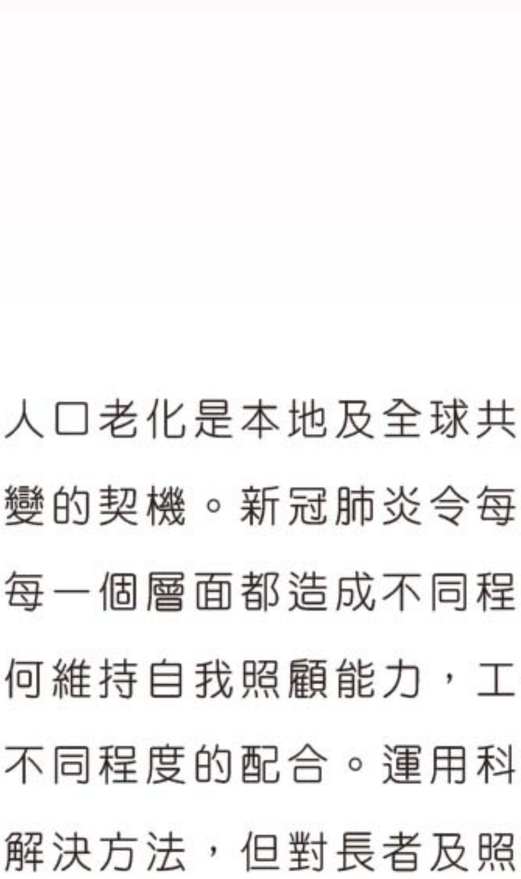
新冠肺炎疫情持續了接近兩年，對長者、家人及照顧人員來說都是極大的挑戰，為了確保各方能在疫情期間甚至將來的新常態下維持有質素的生活，針對性的科技知識及產品是有其益處。選擇相關及運作時，職業治療師可以提供客觀而且專業的意見。

人口老化是本地及全球共同面對的挑戰，同時亦是改變的契機。新冠肺炎令每個人面對新的挑戰，對生活每一個層面都造成不同程度的影響。對長者而言，如何維持自我照顧能力，工作及參與消閒活動，都需要不同程度的配合。運用科技確實能針對以上問題提供解決方法，但對長者及照顧者來說，多元化的科技知識及產品如何能『到地』的運用，是他們面對的第一道難題，因此職業治療師可以在評估、建議、添置、使用，跟進方面作出支援，讓他們使用時有更大信心。

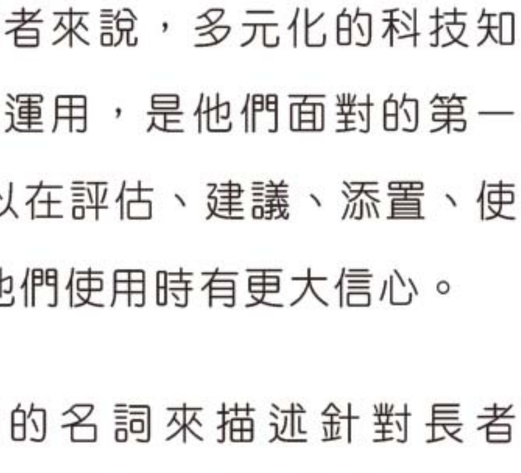
現時市場上沒有一個專有的名詞來描述針對長者及照顧者的科技，普遍找到的名稱有樂齡科技(Gerontechnology)、銀髮科技 (SilverTech)、熟齡科技 (AgeTech)等等，不論是那個名稱，其目標都有以下數項：

- 提升長者生活獨立性
- 減輕照顧者的照顧壓力
- 提升照顧的效益
- 減低對人手的過度依賴

科技可能給予人一種高深的感覺，但部份用品或知識，基於以上目標，亦可稱為銀髮科技，以下是一些例子說明：



放置於門口的小夜燈，能加強長者晚間出入通道的安全



根據需要配置的輪椅，加強長者參與社區的程度



放置於餐桌上的防滑墊，加強餐具的抗跌能力



能與長者互動的社交機械人，提升長者的溝通能力

要善用不同的知識及技巧，需要因應長者的情況來使用，銀髮科技包含多方面的內容，為免選擇錯誤而浪費金錢及做成潛在風險，建議可找職業治療師作諮詢。

參考資料：

STEP Health 康之城復康服務
(http://www.facebook.com/hkstephealth)

米家感應夜燈 2 藍牙版
(https://mobile.mi.com/hk/mi-motion-activated-night-light-2-bluetooth/)

Dycem
(https://dycem-ns.com)

Kawamura
(https://www.kawamura-cycle.co.jp/products/32)

Elliq
(https://elliq.com/)





無顧忌
更盡情

倍樂 Plenitud

新登場



成人舒爽褲

（適合多量型）

- 魔力 淨味珠珠
- Air-tech 極致 超透氣物料

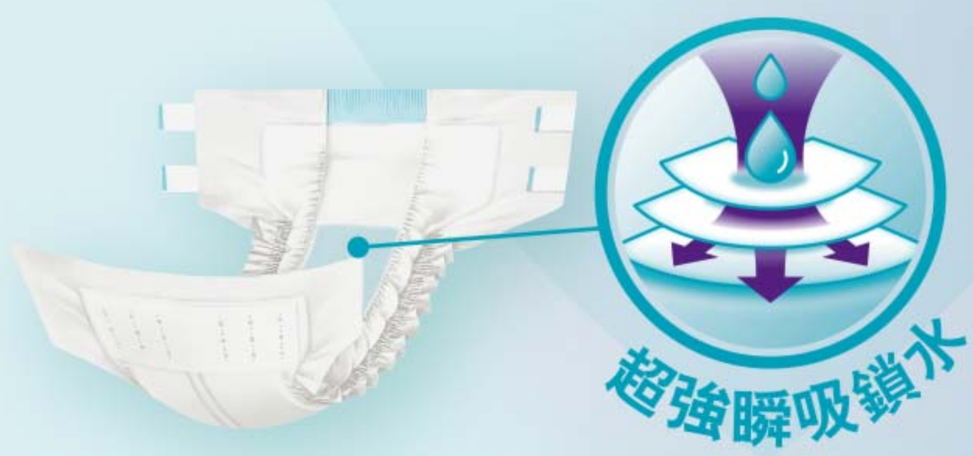
成人紙尿片

（適合多量型）

- 親膚綿面 呵護敏感部位

3大舒爽特點





成人舒爽墊

（適合少量至多量型）



- 超薄無感 舒適綿面
- 50倍乾爽[1] 18倍吸量[2]
- 護翼[3]設計 防止移位

Rehab Express 復康速遞
www.rehabexpress.com.hk

Cheers Gallery 卓思廊

www.plenitud.com.hk

[1] 數據來自金佰利研發中心內部測試，比較倍樂19CM、23CM 及35CM舒爽墊及金佰利另一品牌女性衛生護墊。[2] 數據來自金佰利研發中心內部測試，比較倍樂35CM舒爽墊及金佰利另一品牌女性衛生護墊。[3] 只限23CM 及35CM舒爽墊。

香港醫護聯盟 Hong Kong Health Care Alliance

Cheers Gallery 卓思廊

糖尿病人士 預防併發症 全面檢查 資助計劃

國際糖尿醫學組織建議糖尿病人士

每12至18個月

都必須進行糖尿病併發症風險評估檢查

糖尿病人士若未能有效管理風險因素，即使有使用藥物，亦有機會進一步破壞身體各部位的大小血管和神經系統，影響身體多個重要器官：



糖尿眼



糖尿腳



心臟病



中風



腎衰竭



高/低血糖昏迷症

檢查計劃包括：

- **血液全面檢查** (全血脂、空腹血糖、糖化血紅素、肝功能、腎功能、尿酸、全血圖)
- 評估**糖尿眼**風險 →視力及眼底檢查
- 評估**足部神經及血管病變**風險 →足部檢查
- 評估**心臟健康** →靜態心電圖、血壓及肥胖指數
- 評估**早期腎臟病變**風險 →尿液檢查 (微量白蛋白尿)

檢查中心： 香港糖尿病專科中心 Hong Kong Diabetes Specialist Centre

一站式糖尿病專科中心檢查報告由醫護人員或糖尿科專科醫生講解

參加資格： 現正在公立醫院治療糖尿病人士 (需出示醫管局轄下醫院或門診覆診紙) 及已登記「醫健通」- 電子健康紀錄互通系統

優惠價：

$1,990

~~原價：$2,900~~

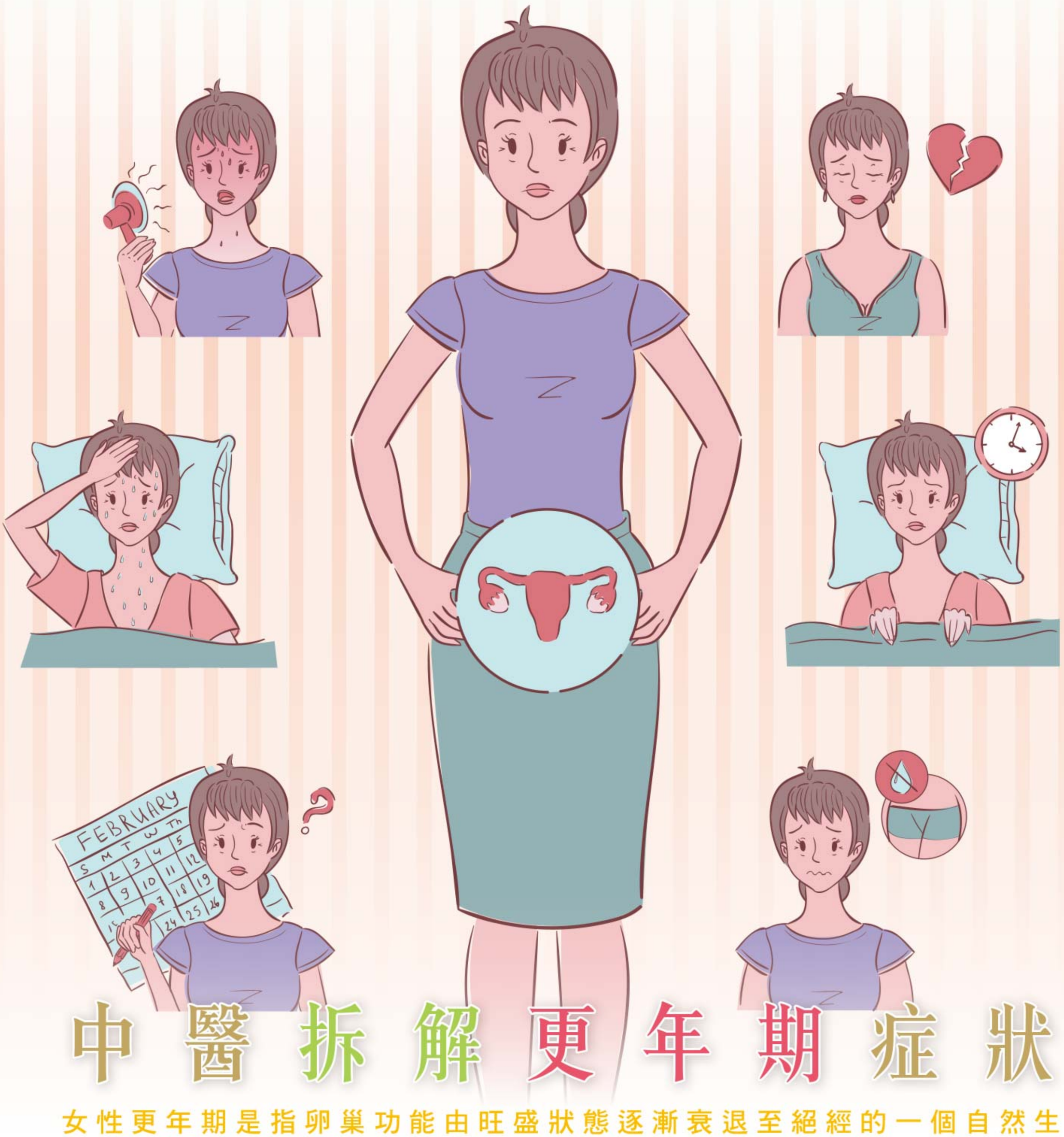
查詢

8206 6160

此計劃由阿斯利康及德國寶靈家殷格翰全力支持

中西醫理

香港防癆會 - 香港大學中醫診所暨教研中心(南區)
中醫師 **陳小琴**



中醫拆解更年期症狀

女性更年期是指卵巢功能由旺盛狀態逐漸衰退至絕經的一個自然生理階段。這時候，女性的身體從性成熟期進入不能生育的階段。更年期的年齡範圍大約在45至55歲之間。由於這段時間女性的卵巢功能逐漸衰退，荷爾蒙分泌量下降，容易發生一些心身方面的不適症狀，這一系列不適的症狀稱之為更年期(圍絕經期)綜合症。

不適症狀多種多樣，可概括如下：

- **月經失調症狀**：月經週期或提前，或延後，或月經量多，或量少，或經期延長等。
- **血管舒縮症狀**：潮熱、出汗。
- **自主神經失調症狀**：心悸、眩暈、頭痛、失眠、耳鳴等。
- **情緒症狀**：情緒波動、焦慮不安、煩躁易怒等。
- **代謝紊亂症狀**：肥胖、水腫、腰背痛、關節痛、高血脂等。

這些症狀常參差出現，發作次數和時間無規律性，病程長短不一，因人而異，大多數人2至3年後可緩解或消失，但亦可歷時10年以上。

中醫學認為更年期主要是沖任二脈出現虧損、腎精不足及腎氣衰退而出現的生理變化時期。《素問．上古天真論》：「女子…七七，任脈虛，太沖脈衰少，天癸竭，地道不通，故形壞而無子也。」意思指女性到了四十九歲左右，沖任二脈虧虛，腎精衰竭，月經停止，「形壞」是指身體機能衰退出現症狀，「無子」即是不再有生育能力。

點解成日發熱出汗，瞓醒又成身汗?

更年期婦女即使在冷氣地方也會突然出現陣發性烘熱感，發熱感從胸口一直蔓延到頸、臉部，甚則大量汗出，汗出後又有寒冷的感覺，此症狀稱為「潮熱」。此外，更年期婦女經常有入睡後無緣無故出汗、醒來後停止的現象，中醫稱之為「盜汗」。輕者多在凌晨或睡醒前1～2小時內出汗，睡醒後不出汗，也沒有其他不適感。嚴重者會因汗出後驚醒，伴口乾舌燥、全身潮熱的感覺，影響睡眠質量。潮熱盜汗是更年期婦女最為常見的一種症狀表現。中醫認為更年期婦女體內天癸(相當於女性荷爾蒙)將竭，精血逐漸不足，陰虛而陽亢，而出現潮熱症狀。而盜汗亦由於陰精虧虛以致陰虛生內熱、虛陽上亢、津液不固所致。

點解成日疑神疑鬼，情緒大上大落?

中醫認為心主血脈，心藏神，神有餘則笑不休，神不足則悲。神賴血養。婦女到了更年期，由於素體陰虛，或月經過多，或經常熬夜，或憂思失眠等，導致腎陰不足，不能上濡養於心，心火獨亢，心火過旺不能下降於腎，出現心腎不交，熱擾心神，以致疑神疑鬼。此外，長期壓力，心情欠佳，亦會導致肝氣不舒，令情緒容易失控。

中醫藥調治更年期的方法是根據患者具體情況，通過辨證論治處方中藥內服，或施以針灸、耳穴、推拿等方法來調理臟腑功能，暢通經脈、補腎益精，使機體恢復平衡，以緩解更年期症狀。



Cheers Gallery | 卓思廊

北區醫院24小時便利店

現已提供 Whatsapp 訂購服務!

9614 8372

Whatsapp購物後更可免費轉送至病房

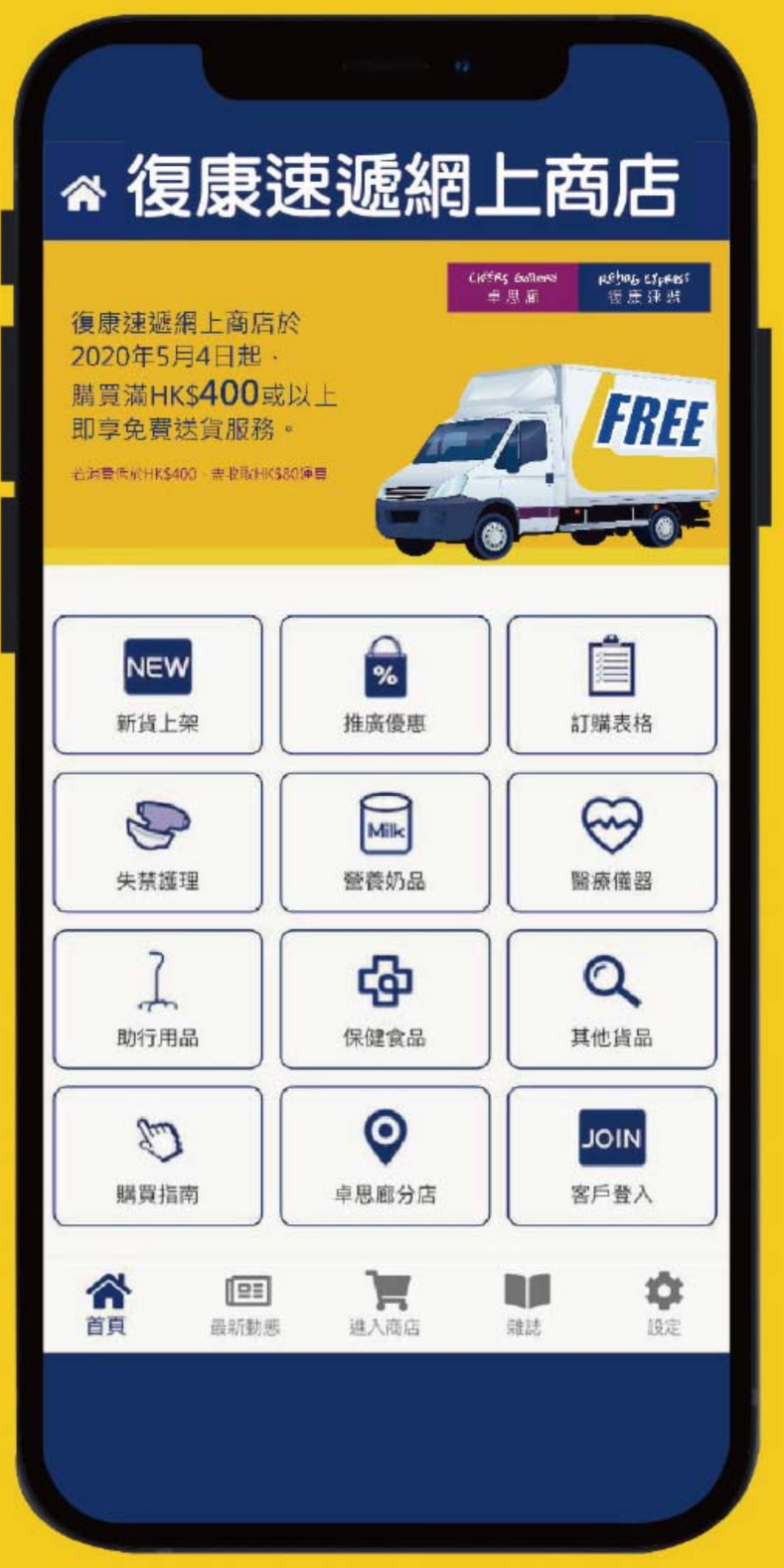
電　　話：2669 7959

地　　址：新界粉嶺保健路9號
北區醫院地下大堂

營業時間：24小時

復康速遞 APP NEW!

會員迎新優惠



首次下載APP
＋註冊會員
(首200個名額)

送*



韓國 Neo-Medical
62%酒精搓手液70ml(便攜裝)兩支

*需下載APP提取應用折扣代碼

- 購買滿HK$400或以上即享免費送貨
- 超過2000種復康用品及健康食品
- 店舖自取服務

Google Play　Apps Store　復康速遞



最新通知！NEW!

復康速遞網上商店新增店舖自取服務，客人可於以下社區店自取貨品。

- 「卓思廊」荃灣復康生活幹線 (街市街)
- 「卓思廊」旺角復康生活幹線 (窩打老道)
- 「卓思廊」佐敦復康生活幹線 (南京街)
- 「卓思廊」觀塘復康生活幹線 (協和街)

詳情請留意網上購物條款及細則

Rehab Express 復康速遞　Cheers Gallery

電話訂購熱線：
8206 6160
Whatsapp訂購專線：
5114 4981

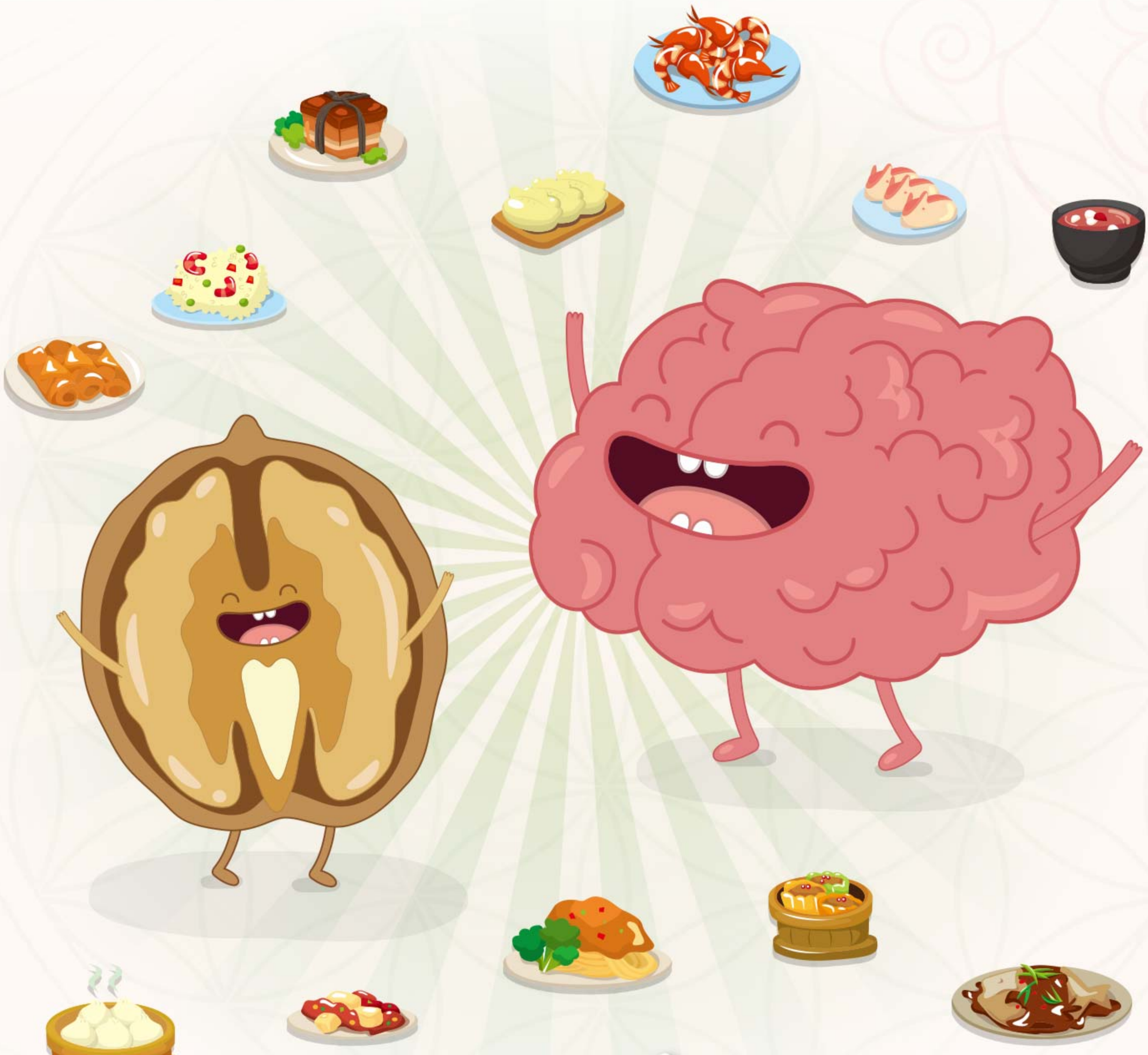
• 一站式的復康用品購物平台 •

www.rehabexpress.com.hk

請即登入，體驗貼心服務

中西醫理

基督教聯合那打素社康服務 註冊中醫師 **李嘉俊**



中醫淺談以形補形的迷思

在民間一直流傳著「以形補形」的說法，認為進食與身體臟器、組織外觀形態相似的食物可起到補益的功效，例如進食核桃能補腦，吃豬腰能補腎，食魚眼補眼等。但也有不少人認為這只是無稽之談，毫無根據。孰是孰非，讓中醫師嘗試從中醫藥學角度探討相關說法。

在談論「以形補形」這一說法前，首先需要知道古人對中藥是如何認識的。清代醫學家徐大椿在其著作《神農本草經百種錄》道出：「凡藥之用，或取其氣，或取其味，或取其形，或取其質，或取其性情，或取其所生之時，或取其所成之地。」由此可見，古人認為中藥的藥理可來自於藥象，從藥物的外觀形態聯繫到其功效，起相關作用。但亦而是從其氣、味、質、性、時、地等綜合認識，藥物並非單從外表判斷其作用。而藥效唯有經得起臨床實踐，才會載入書中，流傳千載。但後世部分人只在藥物外觀基礎上發揮，以偏概全，認為與人體臟器組織外觀相似的食物必能對該部位起到補益增強之功，從而形成「以形補形」一說，但從上述可見，此說法並不具普適性。

縱使食物具有補益臟腑的功效，食用時仍要考慮自身的身體狀況及該食物的所有藥性功效。現在社會有一個相當普遍的現象，就是很多市民未經診治便自行購買參茸蟲草等藥材以作進補之用。中醫診證治病，正確的診斷是有效治療的前提，否則「藥症不合，難以奏效」。若自身本無虛，甚或本是實證便自行進補，則如火上加油，反傷自身。

另外，倘若進補的方向不當，如該補陽而錯補陰，該補肝而錯補肺，無效自然不在話下，更糟的可使病情更嚴重。以豬腎為例，不少人認為進食豬腎能起補腎陽的作用，然而《本草綱目》記載：「豬腎性寒，不能補命門精氣。方藥所用，借其引導而已。」書中認為豬腎本身並不具有溫腎助陽之功，但能藉其引導之性，助藥入腎。故此若是一位腎陽虛弱的患者欲單純透過進食豬腎溫補腎陽，恐怕就得不償失。

的確有食物、藥物由於其外觀形態而被選作補益之品，但這並不具有普適性。而在進補前，應考慮自身是否需要或適合進補，建議先諮詢註冊中醫師以清楚身體狀況為宜 。

(以上內容僅供參考，如有疑問請向註冊中醫師查詢)

想認識更多中醫資訊？請向註冊中醫師查詢或瀏覽中醫服務網頁：
http://www.ucn.org.hk/?c=chinese_med

Website : www.ucn.org.hk
Facebook : facebook.com/ucnchs
Instagram : instagram.com/ucn_healthcare



卓思精品廊

康彼身酵素消化丸(20粒裝)

- 含微生物酵素及胰臟性酵素，在不同酸鹼度中都能發揮最佳效果
- 替代及補充人體自身分泌之酵素，能幫助消化食物
- 促進消化液分泌，幫助食物吸收
- 含人體不能製造的纖維酵素，能從胃部開始分解纖維，減低腸胃鼓脹
- 以自然非藥性方法消除消化不良，不會殘留及被人體吸收，可長期服用



Oxysmart 指夾式血氧儀壓計 PC-60F

- 同時顯示血氧量及脈搏
- OLED屏幕顯示，畫面清晰細緻
- 低電量提示
- 手指移離自動關機省電功能
- 一鍵容易操作



紫活絡(45克) / 特強紫活絡(90克)

- 含有氨基葡萄糖和七葉樹提取物的薄荷醇凝膠
- 為疲憊和酸痛肌肉提供清涼感
- 皮膚病學測試
- 容易吸收
- 不黏及不油膩



Glutamine 修護營養粉

- 含豐富穀氨醯胺以應付增加的需求，並維持腸道功能
- 高劑量的抗氧化劑，以減輕氧化壓力，有助預防組織受損
- 研究顯示，修復營養粉能為創傷病人縮短傷口癒合時間
- 可加入食物或飲品中。每劑獨立包裝，方便使用
- 適合對象：對穀氨醯胺需求增加的人士、因手術而造成氧化壓力的人士及患有慢性炎症疾病的人士



*上述精選產品，現已登陸卓思廊及復康速遞網上商店

你的一站式關節液(透明質酸*)供應點

SYNVISC ONE 善行

HYLAN G-F 20

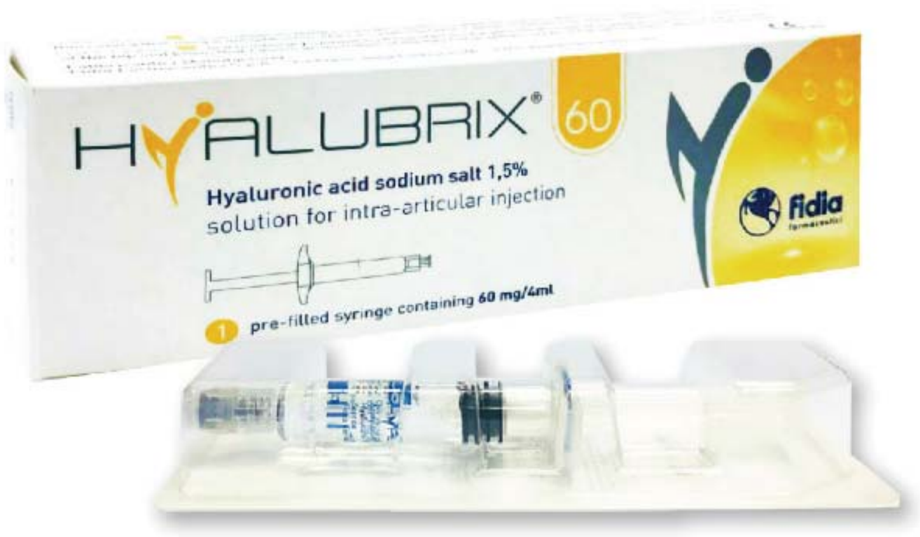


SYNOLIS VA

FAST PAIN RELIEF



Hyalubrix® 60 喜健行®



安骼療加強 OSTENIL® PLUS



SUPLASYN®



Cheers Gallery 卓思廊

Cheers Gallery Rehab Express

*透明質酸需經專業醫護人員注射，
如欲購買上述產品，請先向醫護人員查詢

讀者意見

歡迎讀者於此欄提供有關本雜誌的意見
(傳真至 2710 8322)

意　見：_____

_____

_____

_____

_____

聯絡電話：_____

會員申請表

請傳真至 2710 8322 或
交回各 卓思廊 復康用品專賣店

申請人姓名：_____ 性別：_____

聯絡電話：_____

聯絡地址：_____

_____

☐ 本人反對使用個人資料於擬作出的產品 / 活動優惠推介或直接促銷。

「復康速遞」會員於「卓思廊」復康用品專賣店可享購物優惠，請親臨各「卓思廊」復康用品專賣店換領會員證。

贈券 coupon

購物優惠

日本愛安德手臂式入門版血壓計

UA-654MR(日本製造)

憑此券於下列「卓思廊」復康用品專賣店及便利店，可以優惠價購買「日本愛安德手臂式入門版血壓計UA-654MR(日本製造)」(原價$699, 優惠價$680)。

「卓思廊」復康用品專賣店:
- 屯門醫院・瑪嘉烈醫院・博愛醫院
- 將軍澳醫院・明愛醫院・東區醫院
- 佐敦復康生活幹線(南京街)
- 旺角復康生活幹線(窩打老道)
- 觀塘復康生活幹線(協和街)
- 荃灣復康生活幹線(街市街)
- 筲箕灣復康生活幹線(南安街)
- 銅鑼灣復康生活幹線(軒尼詩道)
- 上環復康生活幹線(皇后大道中)

「卓思廊」便利店:
- 北區醫院・律敦治醫院



- 每張優惠券只可使用一次，使用後並由「卓思廊」回收。
- 每次只可使用一張優惠券。
- 優惠期至2021年12月31日。
- 此優惠適用於直銷訂購。
- 此券不能兑換現金。
- 此優惠不可與其他優惠同時使用。
- 如有任何爭議，「卓思廊」及「復康速遞」保留最終決定權。

贈券 coupon

購物優惠

GE血糖試紙50張

憑此券於下列「卓思廊」復康用品專賣店及便利店可以優惠價購買「 GE血糖試紙50張」(原價$235, 優惠價$160)。

「卓思廊」復康用品專賣店:
- 明愛醫院・屯門醫院
- 佐敦復康生活幹線(南京街)
- 旺角復康生活幹線(窩打老道)
- 觀塘復康生活幹線(協和街)
- 荃灣復康生活幹線(街市街)
- 筲箕灣復康生活幹線(南安街)



- 每張優惠券只可使用一次，使用後並由「卓思廊」回收。
- 每次只可使用一張優惠券。
- 優惠期至2021年12月31日。
- 此優惠適用於直銷訂購。
- 此券不能兑換現金。
- 此優惠不可與其他優惠同時使用。
- 如有任何爭議，「卓思廊」及「復康速遞」保留最終決定權。

贈券 coupon

購物優惠

DiniClean「隨處沖」沖涼布 (12片裝)

憑此券於下列「卓思廊」復康用品專賣店及便利店，購買DiniClean「隨處沖」沖涼布 (12片裝)，可獲買3包送1包優惠。

「卓思廊」復康用品專賣店:
- 屯門醫院・瑪嘉烈醫院・東區醫院
- 將軍澳醫院・明愛醫院・博愛醫院
- 上環復康生活幹線(皇后大道中)
- 銅鑼灣復康生活幹線(軒尼詩道)
- 筲箕灣復康生活幹線(南安街)
- 旺角復康生活幹線(窩打老道)
- 佐敦復康生活幹線(南京街)
- 觀塘復康生活幹線(協和街)
- 荃灣復康生活幹線(街市街)

「卓思廊」便利店:
- 北區醫院・律敦治醫院



- 每張優惠券只可使用一次，使用後並由「卓思廊」回收。
- 每次只可使用一張優惠券。
- 優惠期至2021年12月31日。
- 此優惠只適用於上述「卓思廊」分店。
- 此券不能兑換現金。
- 此優惠不可與其他優惠同時使用。
- 如有任何爭議，「卓思廊」保留最終決定權。

贈券 coupon

購物優惠

腎宜康7.5 125毫升 (焦糖味/杏脯味)

憑此券於下列「卓思廊」復康用品專賣店及便利店，購買腎宜康7.5 125毫升(焦糖味/杏脯味)2箱(48支)，即送同樣味道腎宜康7.5 125毫升4支。

「卓思廊」復康用品專賣店:
- 屯門醫院・瑪嘉烈醫院・東區醫院
- 將軍澳醫院・明愛醫院・博愛醫院
- 上環復康生活幹線(皇后大道中)
- 銅鑼灣復康生活幹線(軒尼詩道)
- 筲箕灣復康生活幹線(南安街)
- 旺角復康生活幹線(窩打老道)
- 佐敦復康生活幹線(南京街)
- 觀塘復康生活幹線(協和街)
- 荃灣復康生活幹線(街市街)

「卓思廊」便利店:
- 北區醫院・律敦治醫院



- 每張優惠券只可使用一次，使用後並由「卓思廊」回收。
- 每次只可使用一張優惠券。
- 優惠期至2021年12月31日。
- 此優惠只適用於上述「卓思廊」分店。
- 此券不能兑換現金。
- 此優惠不可與其他優惠同時使用。
- 如有任何爭議，「卓思廊」保留最終決定權。

贈券 coupon

購物優惠

Tenson 成人蘆薈濕紙巾 (80片裝)

憑此券於下列「卓思廊」復康用品專賣店及便利店，購買 Tenson 成人蘆薈濕紙巾(80片裝)，可獲買2包送1包優惠。

「卓思廊」復康用品專賣店:
- 屯門醫院・瑪嘉烈醫院・東區醫院
- 將軍澳醫院・明愛醫院・博愛醫院
- 上環復康生活幹線(皇后大道中)
- 銅鑼灣復康生活幹線(軒尼詩道)
- 筲箕灣復康生活幹線(南安街)
- 旺角復康生活幹線(窩打老道)
- 佐敦復康生活幹線(南京街)
- 觀塘復康生活幹線(協和街)
- 荃灣復康生活幹線(街市街)

「卓思廊」便利店:
- 北區醫院・律敦治醫院



- 每張優惠券只可使用一次，使用後並由「卓思廊」回收。
- 每次只可使用一張優惠券。
- 優惠期至2021年12月31日。
- 此優惠只適用於上述「卓思廊」分店。
- 此券不能兑換現金。
- 此優惠不可與其他優惠同時使用。
- 如有任何爭議，「卓思廊」保留最終決定權。

贈券 coupon

購物優惠

法國Sanyrene活膚油20毫升

憑此券於下列「卓思廊」復康用品專賣店及便利店，購買「法國Sanyrene活膚油20毫升」兩支，即送「一秒摺疊購物袋」一個。贈品數量有限，送完即止。附送贈品款色隨機出貨。

「卓思廊」復康用品專賣店:
- 屯門醫院・東區醫院
- 將軍澳醫院・明愛醫院・廣華醫院
- 佐敦復康生活幹線(南京街)
- 旺角復康生活幹線(窩打老道)
- 觀塘復康生活幹線(協和街)
- 荃灣復康生活幹線(街市街)
- 上環復康生活幹線(皇后大道中)
- 銅鑼灣復康生活幹線(軒尼詩道)
- 筲箕灣復康生活幹線(南安街)



「卓思廊」便利店:
- 博愛醫院・律敦治醫院・北區醫院
- 大埔醫院・威爾斯親王醫院・瑪嘉烈醫院荔景大樓



- 每張優惠券只可使用一次，使用後並由「卓思廊」回收。
- 每次只可使用一張優惠券。
- 優惠期至2021年12月31日。
- 此優惠不適用於直銷訂購。
- 此券不能兑換現金。
- 此優惠可與其他優惠同時使用。
- 如有任何爭議，「卓思廊」及「復康速遞」保留最終決定權。

HYDROCYN® aqua

5 大功效

抗菌 除臭

殺滅 99.9999% 細菌*

消除 菌膜

加快 清除腐肉

促進 傷口癒合

1 min 消滅 99.9999%

惡菌如MRSA、VRE、CRE、SARS-CoV-2



新一代 傷口清洗液

Advanced Wound Care Solution

- 不含有害化學物
- 不刺激
- 無細胞毒性
- 不致敏
- 無口服毒性
- 中性pH值

使用方法

注意事項： 建議每次洗傷口及更換敷料時均使用清洗液



一般傷口*

可直接沖洗傷口



受感染傷口

將浸泡了清洗液的紗布敷在傷口上10–15分鐘，有效清除菌膜及軟化腐肉



傷口清洗用品比拼

	HYDROCYN aqua®	碘 (PVP-1)	消毒藥水 (Chlorhexidine)	生理鹽水 (NS)
重點成份	次氯酸HOCl 次氯酸鈉+氯化鈉NaOCl+NaCl 純淨水H_2O	聚維酮碘	葡萄糖酸氯己定	鹽
溶液基底	純淨水 pH 6.5–8	化學基底		水 pH 5.5
主要功能	沖走表面異物 • 消毒殺菌 • 消除菌膜/異味 • 軟化腐肉 • 促進癒合	沖走表面異物，消毒殺菌		沖走表面異物
消毒殺菌	1分鐘*1 殺滅細菌/病毒/真菌/孢子 如MRSA、VRE、新型冠狀病毒	可以		不能
刺激傷口	不刺激、不致敏，使用後無須沖洗	或會刺激傷口，使用後需沖洗		溫和，使用後無須沖洗
安全性	無細胞毒性*2 無口服毒性	含細胞毒性	或會引起眼部及皮膚不適	安全
使用期限	開封後30天內	見有效日期	開封後24小時內	

註1：國際ATCC認證，1分鐘可減少99.9999%微生物 註2：生物相容性和生物安全性進行了不同的生物學評估和測試，可用於眼耳口鼻周邊的傷口上。不含任何有害化學物；生物相容性及生物安全性均達國際標準。

銷售點：Cheers Gallery | 卓思廊 Rehab Express | 復康速遞 | 營康會 | 唯健康 Health Top | wecare 唯家 | HKTV mall | HOME+ | foodpanda mall (服務範圍：灣仔/銅鑼灣/天后/北角)

總代理：滙寶醫療用品配套有限公司 Solutions Health Care Products & Services Ltd.

15 years 商界展關懷 caringcompany | 名卓護 綜合專科護理及顧問中心 Nu Pro Nurse Centre | 商界展關懷 caringcompany 2018-21

滙寶eshop 網上購物

2273 8233 | Nu Pro & Solutions | nupro_nurse | www.solutions-healthcare.com.hk

HYD-A1-2140C5

OMRON

特有全新血壓日記管理程式^

connect OMRON | iPhone & Android™ | Bluetooth®

血壓計特有 5 YEARS WARRANTY 五年保用 HONG KONG 內附香港代理商 5年保用証 年保用#

精準、可靠 信心保證

全球銷售突破2億台 share No.1 *1 200million units sold *2

HEM-7157T
藍牙手臂式 電子血壓計



- Intelli sense 高智能加壓技術
- HIGH 血壓偏高提示
- 心律不齊檢測
- OK 臂帶佩戴自檢
- 臨床驗證
- 誤動作提示



MADE IN JAPAN 日本製

HEM-7600T
智能無線藍牙技術



MADE IN JAPAN 日本製

JPN710T
高智能加壓 電子血壓計



MADE IN JAPAN 日本製

JPN610T
高智能加壓 電子血壓計



HBF-214
體重脂肪測量器



HV-F013
低週波治療器

高智能加壓
高智能加壓型血壓計應用了歐姆龍獨有的核心生物傳感技術，縮短測量時間，提高測量舒適感的同時，更確保測量結果的準確性。

Reference: # 凡於2018年5月1日起購買歐姆龍血壓計，均可享有5年保用（只限香港代理行貨），並請保留有關發票及代理保用証。

*1 "Global Home Appliance Market Comprehensive Survey 2016" Fuji Keizai Co., Ltd. (data for 2015)

*2 Cumulative sales of home-use digital blood pressure monitors worldwide (as of Nov. 2016)

^ 只限 HEM-7600T, HEM-6232T, HEM-7280T, HEM-7157T, JPN616T, JPN610T 及 JPN710T 型號

www.omronhealthcare.com.hk

查詢熱線 ：(852) 2796 2907　澳門經銷商 ：(853) 8395 6852

New Star Healthcare

歡迎親臨OMRON專櫃： SOGO HONG KONG　WING ON 永安百貨 Founded 1907　wing on 永安 Plus　上環總店．彌敦道店　AEON STYLE　黃埔、康怡廣場　Emstore 馬鞍山

銷售點： 萬寧 mannings | mannings Plus　watsons 屈臣氏　豐澤 FORTRESS　百老滙 BROADWAY　SUNING 蘇寧　華潤堂 CRCare　華豐 CDC　真善美醫護 JUST MED LIMITED JUSTMED　Culture Homes 文化村　Emstore　HKTV mall　bgbigshop　CHEERS Gallery 卓思廊　Rehab Express 復康速遞　ask super outlet 超級直銷城　及各大藥房、藥行有售