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 81
一站式 復康 關愛 生活
雙月刊 2020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

博學篤志 平常心是道

鍾志光
cover story 封面故事

福從口入・
外出飲食的健康素食

醫管局資訊廊・
醫管局覆配藥物系統電子化 減省等候時間　提升用藥安全

急症室先鋒・
鯁魚骨，怎麼辦？

傷健深情・
疼痛病因多 過份尋因痛感增 正視自己的抗疫疲勞

樂齡樂活・
職業治療在社區安老的角色

中西醫理・
針灸的迷思
頭暈眼花 小心是中風先兆！

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。

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



優惠期至2020年12月31日

迎新第一賞

凡於優惠期內購買GE血糖試紙 1 盒，即送GE100血糖監測系統一部



送



血糖試紙50片

~~原價$239~~

$199

迎新第二賞*

凡於優惠期內購買GE血糖試紙 2 盒或以上，即送GE100血糖監測系統一部 +採血針(50支)2盒



送

於優惠期內成為 GE健康會員

即送您$50超市禮券1張^



送

^ 數量有限，送完即止。

* 不能同時享有迎新第一賞及迎新第二賞。

追住送俾您

購買GE血糖試紙，**保留盒蓋4個及其單據**

即可免費獲贈GE血糖試紙(50片)及BIONIME採血針(50支) 各1盒



各銷售點

Cheers Gallery 卓思廊

Rehab Express 復康速遞

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

總代理：

港豐遠東有限公司
KINGSFORD FAR EAST LTD

電話：2348 0433
傳真：2348 0727

5 years+ 商界展關懷 caringcompany

www.kingsfordfe.com

kingsfordfe

康怡醫療用品公司　心耆復康用品店

特選產品優惠

2020年11-12月 營養之選



金裝加營素®
(400克)
ENSURE®

買3罐
送金裝加營素即飲裝(呖呢嗱味)3罐

1.香港連續25年銷量No.1
2.完整均衡營養品，護心、強身雙效能
3.含11種護心營養組合，同時含有奧米加3脂肪酸(0.07克/100克)，零膽固醇及反式脂肪，並符合美國心臟協會建議，有助維持心臟健康
4.含優質蛋白質及維他命D有助維持及增強肌肉，幫助強健身體
5.科學研發16種營養素完整組合，有效增強體力及維持身體健康，促進腸道健康
6.特別加入提升免疫力營養，強化免疫系統，兩星期能有效提昇精力



金裝加營素®
(900克)
ENSURE®

買3罐
送金裝加營素即飲裝(呖呢嗱味)3罐

1.香港連續25年銷量No.1
2.完整均衡營養品，護心、強身雙效能
3.含11種護心營養組合，同時含有奧米加3脂肪酸(0.07克/100克)，零膽固醇及反式脂肪，並符合美國心臟協會建議，有助維持心臟健康
4.含優質蛋白質及維他命D有助維持及增強肌肉，幫助強健身體
5.科學研發16種營養素完整組合，有效增強體力及維持身體健康，促進腸道健康
6.特別加入提升免疫力營養，強化免疫系統，兩星期能有效提昇精力



低糖金裝加營素®
(850克)
ENSURE® LOW SUGAR

買3罐
送金裝加營素即飲裝(呖呢嗱味)3罐

1.完整均衡營養品，護心、強身雙效能
2.糖份每100毫升低至1.75克
3.含11種護心營養組合，同時含有奧米加3脂肪酸(0.07克/100克)，零膽固醇及反式脂肪，並符合美國心臟協會建議，有助維持心臟健康
4.含優質蛋白質及維他命D有助維持及增強肌肉，幫助強健身體
5.科學研發16種營養素完整組合，有效增強體力及維持身體健康，促進腸道健康
6.特別加入提升免疫力營養，強化免疫系統，兩星期能有效提昇精力



金裝加營素®即飲裝
(250毫升)
ENSURE® LIQUID

金裝加營素即飲裝(呖呢嗱/朱古力味)
買6送1*
*贈品為呖呢嗱味

1.香港連續25年銷量No.1
2.完整均衡營養品，護心、強身雙效能
3.含11種護心營養組合，同時含有奧米加3脂肪酸(0.07克/100克)，零膽固醇及反式脂肪，並符合美國心臟協會建議，有助維持心臟健康
4.含優質蛋白質及維他命D有助維持及增強肌肉，幫助強健身體
5.科學研發16種營養素完整組合，有效增強體力及維持身體健康，促進腸道健康
6.特別加入提升免疫力營養，強化免疫系統，兩星期能有效提昇精力



活力加營素®
(850克)
ENSURE® NutriVigor

買3罐
送金裝加營素即飲裝(呖呢嗱味)3罐

1.完整均衡營養品，金裝加營素的升級版，同樣護心、強身
2.全港獨特HMB健肌配方(每杯1.21克HMB)
3.結合鈣、維他命D及蛋白質，科學證明幫助重建肌肉及減慢肌肉流失
4.醫學實證提升活力及增強體力



加力康®
癌症專用營養品
(200毫升 x 4瓶)
Supportan® Drink

買8瓶
送加力康™癌症專用營養品意大利咖啡味(200毫升)1瓶

1.高能量(每支300千卡)，低碳水化合物配方，滿足病人對能量的額外需求及營合代謝改變
2.豐富蛋白質(每支20克)，有助肌肉重建
3.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
4.含益菌生促進腸道健康及抗氧化營養素幫助修復組織
5.即開即飲，美味可口: 有水果味、菠蘿椰子味及意大利咖啡味，以供選擇



倍力康™
全效均衡營養粉
(500克)
Fresubin® Powder Fibre

買1罐
送倍力康™全效均衡營養粉試用裝(46克)2包

1.完整均衡營養，全面提供物體所需營業
2.含優質蛋白質組合，強健肌肉, 促進修復傷口，增強免疫力
3.不含膽固醇，反式脂肪酸，豐富單元不飽和脂肪酸，維持心臟健康
4.含鈣質及維生素D，有助骨骼健康
5.含益菌生纖維素，促進腸道健康，提升鈣質吸收
6.適合乳糖不耐者飲用



倍力康™
2千卡高能量營養品
(200毫升 x 4瓶)
Fresubin® 2kcal Drink

買12瓶
送倍力康™2千卡高能量營養品蘑菇味1瓶

1.高能量: 每支含400千卡，滿足病人對能量的額外需求
2.豐富蛋白質: 每支含20克蛋白質，有助增加肌肉質量及修補身體組織
3.含各種維生素及礦物質
4.尤其適合營養不良，手術前後飲用
5.適合乳糖不耐者飲用
6.即開即飲，美味可口: 有杏桃味、雲呢拿味及蘑菇味，以供選擇



倍健纖高能量
纖維營養品(雲呢拿味)
(200毫升 x 4瓶)
Fresubin® Energy Fibre Drink

買8瓶
送倍健康高能量營養品2瓶

1.為營養不良或有營養不良風險的人士提供高能量
2.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
3.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
4.高纖維，每瓶200毫升提供4克膳食纖維，維持腸道健康

特選產品優惠

2020年11-12月 營養之選



營保健
(125毫升 x4支)
Nutricia® Fortisip

原箱(即24支)95折，再送冰涼果味及淡薑味營保健各1支

1.與癌症病人攜手研發的醫學營養品
2.最小瓶、最高能量及含最高蛋白質
3.提供每毫升最少2.4千卡能量，有助病人維持體重
4.特設5款口味以供病人選擇，適合因療程而味覺出現變化的病人
5.口味：原味、冰涼果味、淡薑味、雲尼拿味、咖啡味
6.即開即飲，方便飲用



智敏捷
(125毫升 x4支)
Nutricia® Souvenaid

原箱(即24支)優惠95折，再送雲尼拿味及咖啡味智敏捷各1支

1. 智敏捷醫學養腦配方含專利營養組合 Fortasyn Connect
2. 臨床研究證實持續飲用有效促進腦部神經細胞聯繫
3. 1日1支，3個月有效改善記憶力
4. 有助延緩腦衰退，減慢腦萎縮
5. 越早開始養腦習慣，越有效延緩腦退化
6. 口味：雲尼拿味、咖啡味
7. 即開即飲，方便飲用



金裝能全素營養粉
(雲呢喼味)(335克)
Nutricia® Fortimel

買1罐減$5

1. 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POWER UP
2. 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
3. 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
4. 健康，改善肌肉流失，強健體魄，提升活力
5. 黃金醣脂比例，提升整體營養水平，改善體質，修補流失

*上述3款產品再加送精美口罩套乙個(數量有限，送完即止)



康復速(30包)
Cell Impact Protein

買2罐送試用裝10包

1. 100% 純乳清蛋白粉，是全面高效蛋白質營養補充品
2. 含18種人體必需的氨基酸、多種維生素及礦物質
3. 強化免疫系統，增強抵抗力
4. 調理腸胃功能，加速營養吸收
5. 促進細胞生長，加速手術後傷口癒合
6. 提升肌肉質量，有助增強體力
7. 適合體質瘦弱、長期病患、療程期間、手術前後、康復人士飲用
8. 不含蔗糖，不耐糖人士或糖尿病人士皆可放心食用
9. 速溶配方，獨立包裝，份量準確衛生



佳膳®適糖
Nutren® Diabetes

購買佳膳®適糖800克1罐送佳膳®適糖試用裝(22克x2)一包
多買多送，送完即止

1.此產品適合關注血糖人士服用，或有助於穩定血糖
2.低升糖指數(GI=28)
3.每杯*含4.79克纖維
4.可作早餐或小食

*根據罐上的沖調指示

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。



佳膳®益生
Nutren® Optimum

購買佳膳®益生800克1罐送佳膳®益生試用裝(22克x2)一包
多買多送，送完即止

1. 佳膳® 益生營養補充品是均衡營養配方，含L.P. 乳酸益生菌及PREBIO 1™益菌生纖維、50%乳清蛋白*、多種維他命及礦物質，有助提升抵抗力[1]
2. 適合因營養攝取不足而容易感到疲倦、體弱或病後康復中的人士

1. Bunout D et al. Effects of a nutritional supplement on the immune response and cytokine production in free-living Chilean elderly. J Parenteral Enteral Nutr 2004; 28; 348-354.
需配合均衡飲食及適量運動*每100克蛋白質含有約50克乳清蛋白



蛋白補™
Beneprotein®

購買蛋白補™ 227克1罐送蛋白補™試用裝(7克)一包
多買多送，送完即止

1. 1量匙 = 1隻雞蛋蛋白質
2. 無添加糖
3. 容易被人體吸引利用
4. 有助建立及維持肌肉質量
5. 可加入任何食物或飲品

facebook：Cheers Gallery Rehab Express

備註:

- 「營養之選」優惠期至2020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「營養之選」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	瑪麗醫院復康生活幹線	電話: 2762 2728
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
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
大埔醫院便利店	電話: 2607 6540	廣華醫院復康生活幹線	電話: 2788 1771
北區醫院24 小時便利店	電話: 2669 7959	荃灣復康生活幹線(街市街)	電話: 3111 2386
將軍澳醫院復康用品專賣店	電話: 2208 0456	旺角復康生活幹線(窩打老道)	電話: 3709 8798
博愛醫院復康店/便利店	電話: 2470 7065	觀塘復康生活幹線(協和街)	電話: 3974 5027
屯門醫院復康用品專賣店	電話: 2463 1905	佐敦復康生活幹線(南京街)	電話: 3586 1525

Rehab Express
復康速遞
issue 81
雙月刊 2020年11月

cover story 封面故事



8

博學篤志 平常心是道

鍾志光

CHEERS Gallery 卓思廊

contents 目錄

14 福從口入 外出飲食的健康素食
雜豆番茄飯

18 耆妙用藥 心臟衰竭個案「血管緊張素轉化酶抑制劑」與乾咳

22 醫管局資訊廊 醫管局覆配藥物系統電子化 減省等候時間 提升用藥安全

26 急症室先鋒 鯁魚骨，怎麼辦？

30 一脈相連 糖尿與情緒健康

56 御癌有術 卵巢癌

60 傷健深情 疼痛病因多 過份尋因痛感增
正視自己的抗疫疲勞

52 樂齡樂活 職業治療在社區安老的角色

62 中西醫理 針灸的迷思
頭暈眼花 小心是中風先兆！

editor 編者的話

轉眼來到2020年最後一期，今年對全球來說也是難捱的一年，歐美、印度等地疫情仍然嚴峻，莫說出外旅遊遙遙無期，即使跟一大伙家人、朋友相聚彷彿也成為了奢侈的活動。俗語有云：年關難過年年過，好不容易捱過幾波疫情，大家已對戴口罩、探熱、勤洗手等習以為常，相信只要大家再堅持一陣子，等到新冠肺炎疫苗陸續生產後，疫情終有應對的方法。

香港政府專家顧問、中大呼吸系統科講座教授許樹昌於十月初曾提及現時已有逾十款新型肺炎疫苗進入第三期研究，疫苗可望於2021年面世，衞生署亦已預訂約35%香港人口數量的疫苗，首批疫苗預計於來年第二季到港。疫苗數量當然無法滿足全港人口，但若能如流感疫苗一樣，先針對較高危人士優先注射，對減低全港的健康風險也有很大幫助。

防患於未然非常重要，正如香港中文大學團隊透過免費為逾3000名40歲至75歲無明顯病徵的市民進行癌症篩查後，發現超重或中央肥胖人士患上癌症的機會較高，其中驗出10人患上大腸癌，37人患上前列腺癌，15人患上乳癌。藉此篩查計劃，提升市民預防癌症的意識。

面對健康危機，預防固然重要，但也要保持平常心，正如今期的封面人物鍾志光，人稱「萬能鍾」的他，職涯上涉獵不同範疇看似野心勃勃，實際上卻是隨遇而安和好學不倦的性格為他帶來種種機遇。

今年對不少人來說是黯然神傷的一年，然而我們仍慶幸有各人的陪伴和關懷，就讓我們懷著同理心互持支持，一起跨過2020年吧！

名譽顧問團

（排名按筆劃序）

方玉輝醫生　社會醫學專科醫生
何惠娟女士　香港心理衞生會總幹事
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　九龍醫院胸肺內科部門主管
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　香港護理及衞生管理學院創院主席
羅英敏先生　香港理工大學康復治療科學系臨床導師

編輯委員會

出版人　明途聯繫有限公司（香港心理衞生會附屬公司）
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

一站式●復康●關愛●生活 www.rehabexpress.com.hk

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（香港心理衞生會附屬公司）

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。

cover story 封面故事

CHEERS Gallery 卓思廊

記者Agnes 攝影Natalie Wong 設計VISIONAIRE

博學篤志 平常心是道



鍾仔、佳叔、萬能鍾……哪一個才是你熟悉的鍾志光？無論是奧運、世界盃、處境劇，或是不同的體育節目和劇集，你皆可見他的蹤影，還有你不知道的各種身份，老師、半工讀碩士生、電台節目主持……他未必萬能，卻肯定非常努力。



職涯上隨遇而安的「萬能鍾」

自小愛好運動的鍾志光，從葛量洪教育學院畢業後，成為了體育老師，兼教中國語文，期間他繼續進修，到香港中文大學唸有關康樂管理的高級文憑課程。趁年輕想多作嘗試，於是辭去教職到一間大公司當康樂主任，然而這份看似「人工高，福利好」的工作，他做了兩個月便放棄，原因竟然是「太清閒」！他解釋道：「以前教書雖然朝七晚七，既要教書又要改簿，放學後還要訓練學生，可是工作非常充實。原來沒工作比有工作更辛苦，那時我甚至會刻意把工作桌弄得亂一點，避免給人沒事幹的感覺。」



本打算重拾教鞭的他，因緣際會，朋友介紹他到商台做體育節目，「我在商台負責《體壇雷達網》，類似每天回顧體育新聞的性質，前任同事只會『照稿讀』，我接手後想有點變化，每日都會加插錄音訪問，例如當年張德培取得法網冠軍，我便訪問香港網球人士的看法，希望節目生動一點。」

做了商台幾個月後，電視台便問他有沒有興趣做電視節目主持，因此有一段時期他同時在電台和電視台上班，直至後來要負責奧運節目，沒法兩邊兼顧，取捨下選擇了電視台。

鍾志光在職涯上好像機會不斷，他卻自評個性被動，「我為人沒野心，教書時沒想過要做校長，做電視台也沒想過要成名，由體育節目主持變為演員也是別人給予機會，我最大的優點是很少推job吧！哈哈！」

觀眾不知道的節目主持功課

當了多年體育節目主持，問到他印象最深刻的工作，他毫不猶豫地說是2008年的北京奧運，「當年劉翔退賽，令大家意外萬分，直播片段就是由我負責。而當年的開幕禮也令我很難

Rehab Express

復康速遞

CHEERS Gallery 卓思廊

忘，其構思很好，提到中國如一部書卷，介紹了很多中國文化，可惜大會給傳媒的資料非常簡短，只提及每一幕是甚麼，並沒有闡釋背後意義。例如有一幕群眾演員排了一個圓圈，只寫到寓意是天人合一，我就找資料做增補，旁述時加以解說。喜見觀眾的反應不錯，令大家明白表演背後的意義，豐富了印象和知識。」

2020年因疫情而令東京奧運要延期舉行，最初日本政府仍想按照計劃如期舉行，因為時至今日，奧運會已不止是一場世界性的運動競賽，對舉辦國來說更是一項重要的經濟活動，也藉此提升國家形象。當中的經濟效益，也牽涉世界各地的傳媒，他分享道：「2008年無線電視購買奧運轉播的版權費大約為200萬美金，還可以跟亞視分擔成本；2016年奧運的轉播版權費已上升至二千多萬美金，升幅驚人，更莫說世界盃了！」

成本太高，電視台負擔不起轉播費，體育節目愈來愈少也是無可奈何。鍾志光寄望政府能多些參與，「政府認為一直由商營機構負責，不應與民爭利，但時代不同了，既然現時無利潤可言，政府是否可以幫忙呢？這其實也是推廣運動的一種方式。」

「時過然後學」，求學問不是求學位

除了演戲和「講波」等外，他也在香港電台擔任《清晨爽利》的嘉賓主持，「這是一個文化節目，雖然是義工，但我非常享受。在我的朋







友圈中，很少人有興趣談文學，這節目任由我分享喜歡的文章或題材，雖然要花很多時間做資料搜集，但教學相長，我亦樂在其中。」

鍾志光的好學態度，真的十分值得大家學習，他在工作期間分別修畢「香港大學中國語言及文學碩士」和「香港中文大學哲學文學碩士」，但他求的不是學位，而是學問，他說：「我一直渴望讀一些跟工作無關而自己感興趣的學科，修讀文學和哲學是我的心願。人生去



到某個階段，不妨按個人喜好去做事，大家可用的時間一樣，你用了時間去打麻將，我就用來讀書而已。」

對於現代人讀書變得「功利」，他寄語道：「我們不會因為看了一本書或一篇文章而變為聖人，但應多接觸不同的知識，不是『有用』才讀。拓闊視野，受益的也是自己。」

疫情中的「平常心」和「同理心」

鍾志光是個隨遇而安的人，面對疫情也是保持「平常心」，然而這不等於「聽天由命」，而是要盡力做好個人基本衛生措施，保護自己和別人。若不幸感染新冠肺炎，切勿有太多負面情緒，他鼓勵道：「不要問為何偏偏選中我，埋怨改變不了現實。更重要的是，不要歧視患者。我們不要因病而離棄任何人，正如醫護也沒離棄過任何病人。疫症期間我們無法親身探望患病的家人或朋友，那麼就傳一則短訊或打一通電話去慰問他們吧。同理心是現時社會最需要的良方。」

感謝香港醫護人員一直以來的無私奉獻，無論是否有疫情，你們一樣緊守崗位，守護香港人的健康，藉此衷心致敬。

VANTELIN

助你
隨心衝刺



Kowa

錨鎖結構
固定防滑

U型貼紮
穩固膝蓋

編織網層
透氣通爽

萬特力護具 連續8年日本銷售No.1*

*日本INTAGE SRI護具市場2012年4月至2020年3月年間銷售金額計算

立即到卓思廊網上商店選購

CHEERS Gallery 卓思廊 | Rehab Express 復康速遞

www.rehabexpress.com.hk

訂購熱線：8206 6160

http://vantelin.hk/

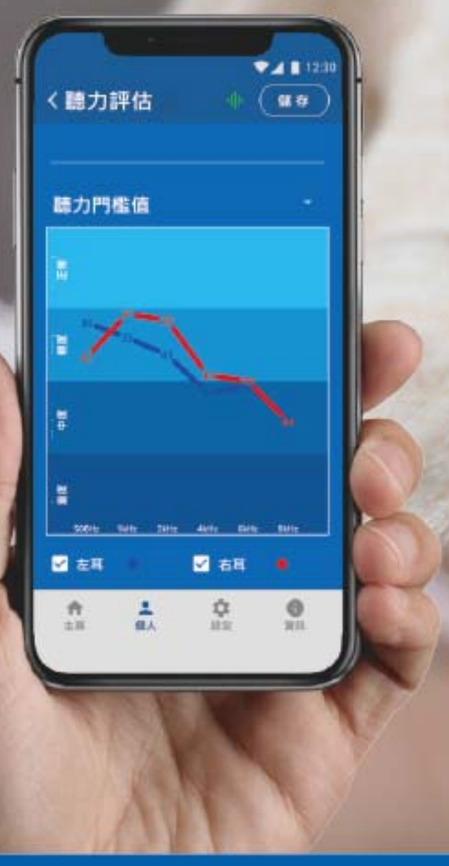
2895 9732

6308 2798

來自以色列頂尖音頻科技公司

BeHear™ Now

個人聽力輔助器



聽得到。生活好

配合專用智能手機程式自行設定個人化數據

適合輕度至中度聽力缺損人士使用

銷售點：

Cheers Gallery 卓思廊

Rehab Express 復康速遞

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

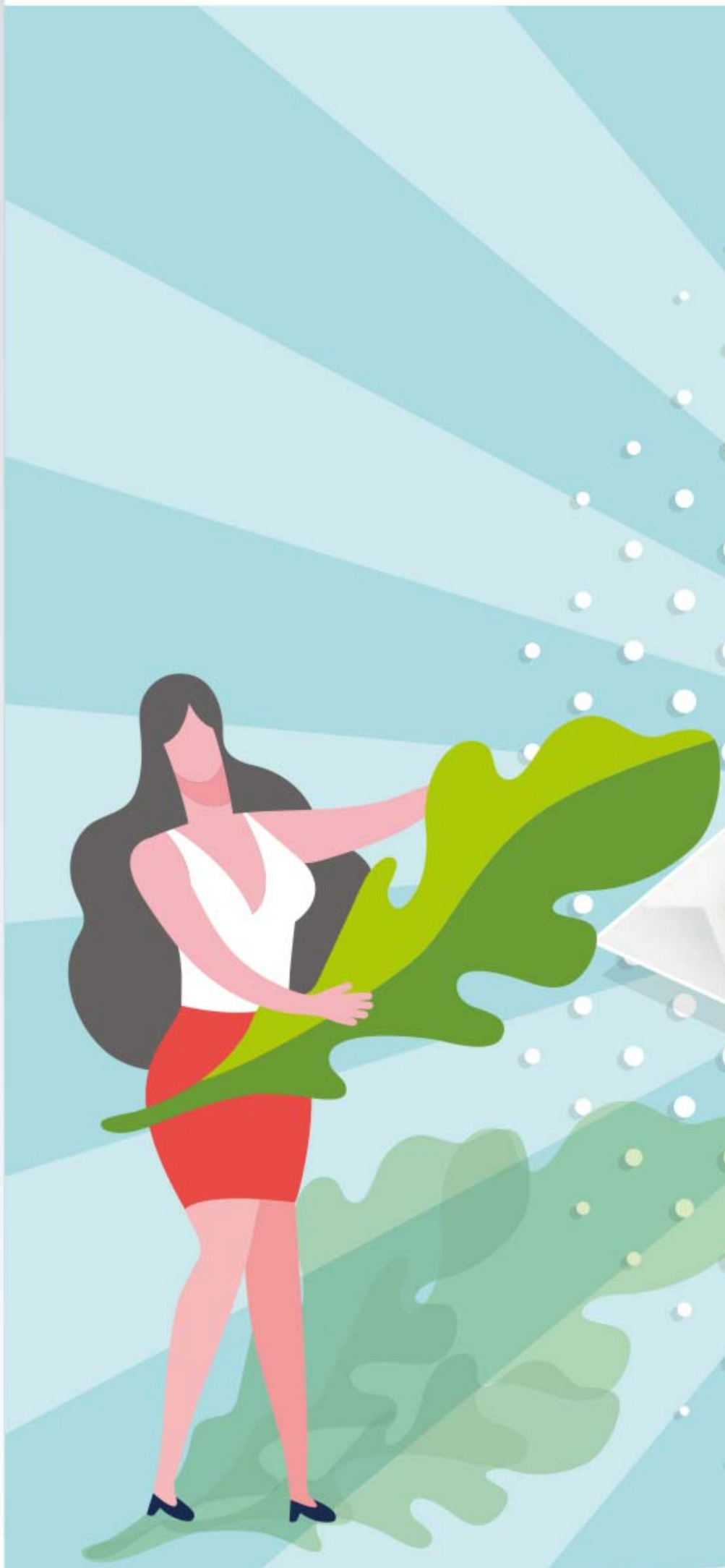
SAFE Concept e-health solutions

康概念有限公司

Tel: 2520 2242/ 香港新界沙田火炭山尾街43-47號環球工業中心5樓8-9室

福從口入

聖雅各福群會 社區營養服務及教育中心





外出飲食的健康素食

最近很多人化身為疫境廚神，減少外出用餐次數，但仍有不少人士因工作需要等原因而選購外賣食物。約於8年前開始，有組織陸續發起每星期實行一天素食，也陸續有餐廳在餐單中加入現代素食主義元素。無肉飲食中，我們可以如何食得更健康呢？



外食一般多肉少菜，「三高一低」(高脂、高糖、高鹽和低纖維)，加上一不留神便很容易攝取過量蛋白質和脂肪。 相反，素食給人的印象則是缺乏蛋白質和鐵質，容易導致營養不良。事實上，豆類食物含豐富蛋白質，其中大豆更有齊九種人體必需要的胺基酸，能與其他肉食相提並論。另一方面，吃素時多選深綠色蔬菜及堅果(如菠菜、腰果)，有助攝取植物性鐵質，再配以蕃茄和三色椒等維生素C豐富的蔬果一同進食，鐵質吸收更可事半功倍。茹素者只要每天進食適量黃豆類食物，並遵守飲食多元化的原則，即可攝取均衡營養。植物食物中的膳食纖維亦能夠提升飽肚感，不會「轉個頭就餓」，有效穩定胰島素，減少腹部積聚脂肪，有利控制中央肥胖問題。

總括而言，無論是否有意全面或於部份日子實行素食，外食或外賣時都建議點選多菜款式，配以適量較低脂、去皮的肉類或非油炸的豆類食物，每餐穀類、菜和肉/豆/蛋類比例應為3:2:1，這樣的話，外食同樣健康。

聖雅各福群會社區營養服務及教育中心致力推動健康飲食，有註冊營養師提供個人飲食之道或外展健康講座服務，查詢服務詳情，歡迎致電28313253。



福從口入

聖雅各福群會　社區營養服務及教育中心



雜豆番茄飯

材料(2人份)

罐頭雜豆	1碗
中型番茄	1個
白米	1杯
清水	150毫升
羅勒	適量
黑椒	適量
鹽	1/3茶匙
橄欖油	3-4茶匙

做法

1. 將罐頭雜豆瀝水，沖水後瀝乾，備用。
2. 蕃茄洗淨後抹乾，在底部輕輕切一個十字。
3. 白米洗淨後加水放入電飯煲，倒入（1）拌勻，再把番茄放在上面，加入橄欖油及羅勒。
4. 開啟電飯煲以普通煮飯模式煮飯，煮好後拌勻加入鹽即可。

松鶴
FLAMINGO

松鶴失禁護理用品

松鶴紙尿片系列

- ✓ 柔軟乾爽無紡布表層
- ✓ 超強吸濕層
- ✓ 均勻吸水設計
- ✓ 彈性脾位防漏邊
- ✓ 尿濕顯示方便提醒更換
- ✓ 重複性黏貼



松鶴防漏型紙尿片



松鶴防漏型金裝紙尿片

	松鶴防漏型金裝紙尿片 中碼	松鶴金裝防漏型紙尿片 大碼	松鶴防漏型紙尿片 中碼	松鶴防漏型紙尿片 大碼
每包數量	10片	10片	10片	10片
每箱數量	10包	10包	10包	10包
尺寸	80 x 65厘米	96 x 80厘米	80 x 65厘米	96 x 80厘米
腰圍尺寸	76-109厘米	101-140厘米	76-109厘米	101-140厘米
臀圍尺寸	81-114厘米	106-145厘米	81-114厘米	106-145厘米
吸濕量	2000毫升	2200毫升	1200毫升	1500毫升



松鶴濕紙巾

- ✓ 採用特大超柔軟無紡布，堅韌柔軟
- ✓ 膠蓋封口設計，防止水份流失
- ✓ 不含酒精及香料

每包數量	80片
尺寸	23厘米 x 33厘米



松鶴即棄床墊

- ✓ 柔軟乾爽無紡布表層
- ✓ 通透性高，舒適乾爽
- ✓ 網狀導流設計，使液體迅速疏散吸收
- ✓ 吸濕層採用高級木漿製成
- ✓ 特製防漏PE薄膜底層，有效預防滲漏
- ✓ 男女適用

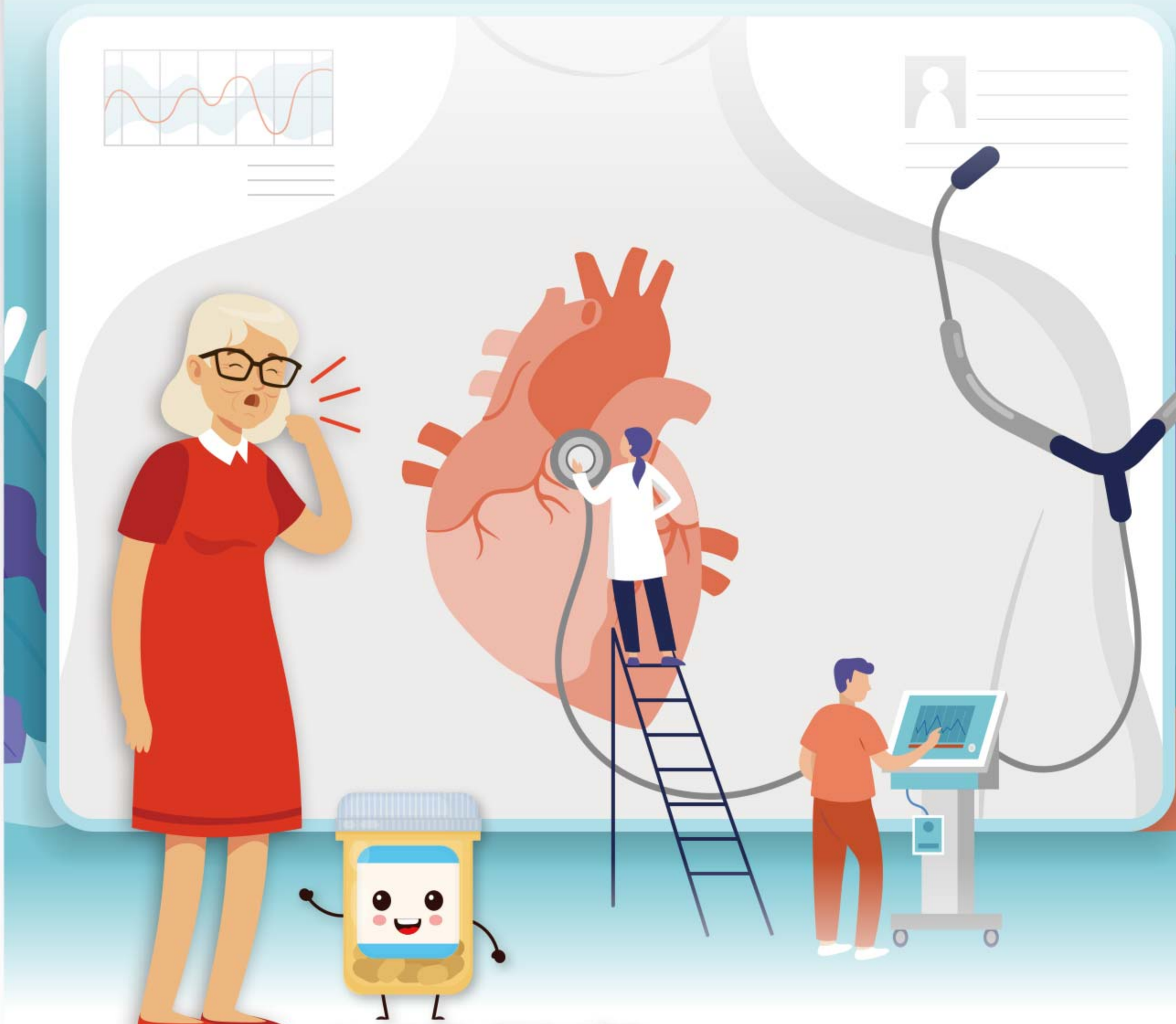
每包數量	10片
尺寸	60厘米 x 90厘米

總代理: Culture Homes 文化村
Tel: +852 2780 3882
www.culturehomes.com.hk

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

耆妙用藥

到訪藥劑師　**姚瑞麒**



心臟衰竭個案

「血管緊張素轉化酶抑制劑」與乾咳

秋風起，乾燥的空氣令人異常敏感，容易引致乾咳。有些人會以中式湯水，如蘋果雪梨湯來滋潤一下乾涸的喉嚨。

不過，你曾否想過某些西藥也會引致乾咳？

最近，我在院舍遇到麥婆婆，三年前她患上心臟衰竭，需要服食「賴諾普利」(Lisinopril)，一種屬於「血管緊張張力素轉化酶抑制劑」(Angiotensin-converting Enzyme Inhibitor，簡稱ACEI)的降血壓藥，我們就簡稱它做ACEI吧。ACEI有很多用途，可以用作治療高血壓、冠心病及慢性腎衰竭等等，它也會用於心臟衰竭，來減輕心臟的負荷。不過，ACEI亦會引致副作用如乾咳、體內血液中的鉀質過高等。

開始治療的頭半年，麥婆婆的情況已有好轉，但近日院舍護士發現她終日乾咳，有時甚至影響睡眠。麥婆婆的家人心切地為她準備了不同的中藥及食療，但都不能根治咳嗽的問題。

於是，護士請駐院的陳醫生和我來看看麥婆婆。

陳醫生聽完麥婆婆的描述後，認為她的咳嗽可能是由Lisinopril引起的副作用。

你也許會覺得奇怪，麥婆婆已服用了Lisinopril半年多，為何陳醫生仍會認為她的咳嗽是由Lisinopril引起呢？

問得好！

根據資料顯示，東方女性、非吸煙人士及心臟衰竭患者服用ACEI時，特別容易出現咳嗽的副作用。大概每100位服用ACEI的香港病人，便有40位會出現咳嗽。而這副作用詭異的地方在於其出現的時間。有些病人可能在服用第一劑藥後數小時便會出現咳嗽，有些病人則在數月後才出現。而麥婆婆的情況正正就是後者。

說回麥婆婆的故事，陳醫生判斷麥婆婆的乾咳是可能由Lisinopril引起，於是決定將麥婆婆的Lisinopril轉為的另一隻降血壓藥 -「培哚普利」(Perindopril)。

你是否留意到Lisinopril與Perindopril有幾分相似? 皆因兩者的末段也有「pril」吧?

對！它們都屬於ACEI，只是「同門師兄弟」而已。所以如果麥婆婆服食Lisinopril後出現乾咳的話，她亦很大機會對Perindopril有同樣反應。於是，我建議陳醫生使用 -「氯沙坦」(Losartan)來取代當時引致乾咳的lisinopril。Losartan屬於另一類名叫「血管緊張素受體阻斷劑」(Angionsten Receptor Blocker) 的降血壓藥，它與ACEI的藥理相近，但它不會使引致氣管收縮的物質積聚在體內，所以大大減少乾咳的情況，適用於替代引發乾咳的lisinopril。

最後，麥婆婆的乾咳也在轉服Losartan後漸漸消失了。有趣吧？藥物與人體的互動就是那麼奇妙。但請緊記，不是所有人服藥也會有副作用，所以讀者不必過份擔心而擅自停藥。但若然在治療期間感到任何不妥，不妨告訴藥劑師或醫生，看看醫護團隊能否幫到你。

參考資料：

Woo K & Nicholls M. High prevalence of persistent cough with angiotensin converting enzyme inhibitors in Chinese. Br J Clin Pharmacol. 1995 Aug; 40(2): 141–4.

Dicpinigaitis P. ACCP Evidence-Based Clinical Practice Guidelines. Angiotensin-Converting Enzyme Inhibitor-Induced Cough. Chest. 2006 Jan;129(1)sup:169-73.

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。

醫管局資訊廊

醫院管理局



醫管局覆配藥物系統電子化

減省等候時間 提升用藥安全

為提升病人用藥安全、減低誤用藥物機會及避免儲存過多藥物，醫管局於2017年底開始推行「覆配易」覆配藥物服務先導計劃，合適的病人將先獲配發一部分藥物，藥劑師會於覆配藥物前，再檢視情況後才直接覆配藥物，確保病人用藥安全。

「覆配易」現時於新界東、新界西及港島東醫院聯網推行，醫管局積極提升系統的軟件及硬件配套，同時使用藍牙(Bluetooth)、無線射頻辨識(RFID)及二維條碼等技術，透過電子化方式理順準備藥物及提取藥物的流程，減省病人等候時間，取藥過程更快捷方便。

醫院藥劑師會在病人即將覆配藥物前，透過系統檢視病人最近情況，確認是否可以直接覆配藥物或需要作藥物整合。假如病人近期曾經入院或在多個專科就診，如有必要，藥劑師便會主動聯絡病人溝通，有需要時亦會安排會面作藥物輔導。當藥劑師確認病人所需的覆配藥物後，藥劑部會預早準備病人的藥物，放入配置有條碼及藍牙電子標籤顯示燈裝置的藥物袋或藥物箱內，等候病人或其家人到醫院取藥。

病人或家人於領取藥物前的數天會收到話音或短訊，提醒返回醫院取藥。以往他們需要先到藥劑部指定櫃檯交藥單，等候領取藥物。隨著流程電子化，現時只需到「覆配易」專用電子櫃掃一掃免診領藥單上的條碼，一方面藥劑部會收到即時訊息，知道需要提取有關藥物。同時，預先已準備的藥物袋或藥物箱上的顯示燈會閃動，提示藥物的位置，節省找尋時間。藥劑部同事只需掃描袋上的條碼，確認病人身份及覆配藥物正確後便可以派發藥物。醫管局總藥劑師李詩詠表示，系統電子化能有效理順整個覆配藥物流程：「由準備藥物，以至儲存及提取的過程能更順暢及簡化，縮短病人或家人返回醫院取藥的輪候時間。」

「覆配易」計劃適合60歲或以上、於內科專科門診覆診、需服用多種藥物及覆診期較長，例如16個星期或以上的病人參加。醫院會於病人下次覆診時，向適合參與的人士解釋計劃及派發「免診領藥單」，並會於覆配藥物日期前的三至五日透過語音或短訊提示病人，攜帶免診領藥單及相關文件到醫院領取覆配藥物。計劃推行後病人反應正面。透過「覆配易」計劃，藥劑師透過藥物整合，能有效減少病人家中藥物剩餘的情況，避免過多藥物而產生混淆，減低誤用藥物的機會。





HYDROCYN® aqua

先進 傷口清潔液
Advanced Wound Cleanser



處理傷口 重要的一步



殺菌

燒燙傷
糖尿及外科
傷口適用

HKMD#: 190429

Hydrocyn 5 大功效

- 抗菌 除臭
- 消除 菌膜
- 殺滅 99.9999% 細菌*
- 加快 清創腐肉
- 促進 傷口癒合



安全無毒

溫和配方

*證實可殺滅常見的細菌包括耐藥性金黃葡萄球菌(MRSA)、VRE、大腸桿菌、腸道沙門氏菌等等

WHO-HW3CE700	100ml 噴裝
WHO-HW34E100	250ml 膠樽
WHO-HW35D100	500ml 膠樽

純淨水 Water 99.9%

氯化鈉+次氯酸鈉 NaCl + NaOCl <0.1%

氯酸鈉 Hypocholorous Acid 0.003%

什麼是HOCl?

Hypochlorous Acid (HOCl)次氯酸是現時最安全、生物相容及最有效的消毒殺菌成份。當我們受細菌病毒入侵時，白血球便會釋放微量HOCl來消滅病原體(細菌、病毒、真菌、孢子)，保護傷口免受感染。

- ✓ 不刺激，可用在眼口耳鼻及私密部位周邊皮膚
- ✓ 直接使用，毋須稀釋、混合或用後沖洗
- ✓ 可配合紗布、海綿或其他敷料使用

Free Sample 索取樣板

Nu Pro & Solutions　市場部 2273 8226 / 2273 8283

各大醫院復康店、滙寶各分店有售

HYD-A1-2023C5

影片介紹（英）

滙寶醫療 Health Care P&S Ltd.

名卓護 綜合專科護理及顧問中心 Nu Pro Nurse Centre
An Integrated Professional Nursing Care & Consultancy Services

15 years+ 商界展關懷 caringcompany

歡迎醫護機構

機構全名: _____

聯絡人: _____

電話: _____

傳真至: 2833 1991

懇請回覆，名額有限。有效期2020年12月31日。
滙寶醫療用品配套有限公司保留最終決定權。

包大人™Dr.P®

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

Dr.P包大人
親膚防漏成人紙尿片



3大特點



1 乾爽導流層
秒速吸收
防止回滲



2 雙重立體防漏隔邊
貼合無縫
防止側漏



3 3重天然護膚表層
呵護
脆弱肌膚



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

Dr.P包大人護理專線：2316 2613

*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)

急症室先鋒

急症科專科醫生 **李明明**

鯁魚骨，該怎麼辦？

香港素有美食天堂之美譽，海鮮菜餚更是聞名中外。

每逢週末和喜慶節日，市民都喜歡聚首一堂，大快朵頤，其中魚類入饌更是不可或缺。所以每逢節慶，因魚骨卡在喉部(俗稱『鯁魚骨』)而到急症部求診的市民也特別多。

鯁魚骨的病人由一歲至一百歲都有，較高危的群組為幼童及長者。誤吞魚骨後，如果魚骨直達胃部，絕大多數都沒有問題。但如果魚骨卡在喉部(較常見在扁桃腺後方、舌根或會厭谷附近) 或食道，就會為病人帶來不適。成年患者病徵包括有喉嚨刺痛、感到有異物等。幼年患者未必懂得表達，但仍可能會有不停哭訴、變得少說話、用手指指着口腔、出現吞嚥困難等徵狀。若處理不當，或會造成嚴重的後果，如發炎、化膿、潰瘍，甚至刺穿附近器官。

當發現鯁魚骨的時候，病人可嘗試用力咳嗽，利用所產生的震動和氣流，幫助把魚骨吐出來。倘若魚骨沒吐出來，吞嚥的時候喉嚨仍然有異物的感覺，病人就需要到家庭醫生或急症部求診。民間流傳的一些做法，如吞飯、吞麵包、用手挖、飲醋等等，不但沒有幫助，而且有可能把魚骨推得更深及造成咽喉黏膜創傷。

在急症部，醫生會先為鯁魚骨的病人檢查口腔，查看有沒有魚骨卡着。若未有發現，醫生便會用喉鏡檢查口腔的較深部位，以至喉頭會厭周圍；如發現魚骨或異物，便會用鑷子將其取出。大家要注意，喉鏡檢查有較大機會誘發病人的引吐反射；所以醫生一般於檢查前為病人喉嚨施行表面麻醉，以減低病人不適。

若喉鏡仍未有發現，醫生會按需要安排X光檢查。雖然這檢查對於偵測喉部或食道的魚骨，敏感度並不高，但它可以用來判斷喉嚨及頸部的軟組織有否發炎和腫脹，以及病人的上呼吸道有否阻塞。

接着，醫生會為症狀持續的病人安排食道內窺鏡檢查，用以判斷是否有魚骨卡在喉嚨或食道內，抑或是黏膜損傷導致相關症狀。如果發現魚骨，便會用特定的鑷子通過窺鏡的管道即時拔除。

雖然鯁魚骨的後遺症並不常見，但它所帶來的症狀絕不好受。因此，大家在享用海鮮佳餚時，切記不要掉以輕心，尤其是幼童及長者，更加要留神。正所謂，預防勝於治療。



RED MOON®

Heal Force

RED MOON
PURE BOTANICAL SANITIZER
純植物除臭抑菌劑

香港製造

不含氯己定等化學物質



草本提煉 不含酒精 多功能配方

秒速 對付新型冠狀病毒
SARS CoV 2

除菌 消毒

天然 安全

有效消毒殺菌

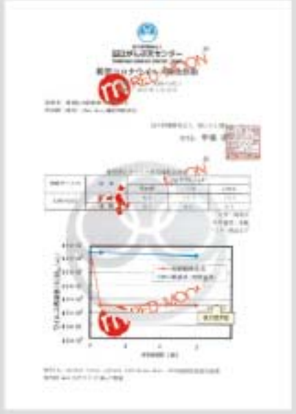
- √ 金黃葡萄球菌高達 99.9%
- √ 大腸杆菌高達 97.84%
- √ 傷寒沙門氏菌高達94.23%
- √ 白色念珠菌高達99.99%
- √ 創傷弧菌高達99.99%
- √ 黑曲霉高達88.44%

有效對抗流感病毒（包括H1N1、H3N1及H5N1）及麻疹病毒 除甲醛、除塵蟎

查詢熱綫：
2898 7303

銷售代理：力康發展有限公司





2019年3月 日本國癌研究中心報告
測試結果可對付新型冠狀病毒





2020年6月 STC 報告
測試結果不含氯己定

銷售地點：

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

雀巢系列營養補充品 Nestlé Medical Nutrition

訂購表格 全港首創復康專題雜誌

2020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	13.5		(　　)箱 每箱24包	
	愛素寶 (即用裝) Isocal	21300042	• 完整均衡營養管飼配方 • 與人體滲透壓相等，減少腹瀉機會	237ml	12.5		(　　)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		(　　)箱 每箱24包	
	天源素 (即用禮盒裝) Compleat	21500039	• 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 237ml	136		(　　)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		(　　)箱 每箱24包	
營養補充品	力源素2.0 RESOURCE 2.0	21300038	• 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	237ml	28		(　　)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	223		(　　)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 Optifbre 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 Optifbre 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	21300048	• 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	237ml	21		(　　)箱 每箱24包	
特餐殊產膳品	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®即食營養糊餐– 法式至尊雞	21400013	• 口感軟滑， 適合吞嚥及咀嚼困難人士食用 • 營養豐富， 含多種維他命及礦物質	每盒6包 75克	132		(　　)盒	
	快凝寶®即食營養糊餐– 匈牙利燴牛肉	21400012	• 方便快捷， 加入熱水拌勻即可用餐 • 法國製造	每盒6包 75克	132		(　　)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恒生銀行帳戶：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。

「營養之選」特選產品，優惠詳情見 P.4 及 P.5

買滿$400免費送貨

Abbott 雅培

怡保康®

最多家庭醫生推薦+



全球最多臨床醫學實證Δ

糖妹
阿糖

廖啟智
阿廖

營養成分符合 **美國糖尿病協會建議**[1]

穩醣,穩妥!

特有醣穩妥組合，
緩慢消化！阿糖穩定晒！

+ 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)

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。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 Δ 基於已發表的關注血糖專用營養臨床研究 M19-S434-L-0048

Abbott雅培營養專家

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

2020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

營養補給品 (一) Medical Nutrition

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	買3罐送金裝加營素即飲裝(雲呢拿味)3罐	(　　)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	買1箱送金裝加營素即飲裝(雲呢拿味)4罐	(　　)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	買3罐送金裝加營素即飲裝(雲呢拿味)3罐	(　　)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	400g	111.0		(　　)罐	
	怡保康 (即飲裝) Glucerna (Tetrapak)	21500055	• 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	230ml 每盒6包	135.0		(　　)盒	
	怡保康 (管飼配方) Glucerna (Tube Feed)	21300007	• 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	8oz	22.0		(　　)箱 每箱24罐	
專用營養品 癌症治療	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	
專用營養品 傷口癒合	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		• 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。

「營養之選」特選產品，優惠詳情見 P.4 及 P.5

買滿$400免費送貨

陪你跨越 抗頑症之路
重現生活色彩

Supportan® 加力康™

由確診後開始，加力康™全面關顧你

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]



德國研發及製造

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

www.caringforlife.hk
營養諮詢：(852) 2176 1912

FRESENIUS KABI
caring for life

HK-DA-127-2019

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.

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

2020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

營養補給品(二) Medical Nutrition

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	買2罐送試用裝10包	(　　)罐	
倍力加(雲呢喃味)	21300073	•高鈣，有助骨骼健康 •優質蛋白，為身體機能打好基礎 •心臟保健所需營養 •防禦免疫元素 •腦部運作重要營養	900g	173.0		(　　)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	200ml每包4瓶	166.0	買1箱送加力康癌症專用營養品(意大利咖啡味)3瓶	(　　)箱每箱24瓶	
加力康癌症專用營養品(意大利咖啡味)	22100081	•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	買1箱送3瓶	(　　)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	買1箱送加力康癌症專用營養品(意大利咖啡味)3瓶	(　　)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	買1箱送倍力康2千卡高能量營養品(蘑菇味)2瓶	(　　)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	買1箱送2瓶	(　　)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。

「營養之選」特選產品，優惠詳情見 P.4 及 P.5

買滿$400免費送貨

Fresubin®
倍力康™

樂活自主　源自強魄增肌



一日一杯*「倍力康™」全效均衡營養粉，倍添動力健康！

*請遵從專業醫護人員的飲用建議





德國研發及製造

- 增強肌肉
- 促進腸道健康
- 維持心臟健康

索取試用裝

Cheers Gallery 卓思廊

Rehab Express 復康速遞

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

www.caringforlife.hk

營養諮詢：(852) 2176 1912

FRESENIUS KABI
caring for life

HK-DA-108-2020

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

2020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

營養補給品(三) Medical Nutrition

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	買1箱送倍健康高能量營養品6瓶	(　　)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	買1罐送試用裝(46克)2包	(　　)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	
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		(　　)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		(　　)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。

「營養之選」特選產品，優惠詳情見 P.4 及 P.5

買滿$400免費送貨

ONETOUCH®

至有型換機優惠

Ultra *Plus* Flex®

穩豪智優型血糖機



顏色指示功能

ColourSure™ TECHNOLOGY



- 新一代金屬基試紙，高準確性 試紙英國製造
- 藍芽傳輸測試結果
- 兼容「智抗糖」行動應用程式，儲存和追踪測試結果無難度

符合國際標準 EN ISO15197:2015

免調碼 5秒測試

個人化血糖範圍限制值

「卓思廊」換購詳情

買



一盒Ultra® *Plus* 血糖試紙50片

並

交回舊血糖機**

贈



ONETOUCH Ultra *Plus* Flex®血糖機（連Delica® *Plus*採血筆1支和採血針10支）

** 除ONETOUCH Select™ *Plus* / Ultra *Plus* Flex® 血糖機外　數量有限，換完即止。

Cheers Gallery 卓思廊

「卓思廊」換購分店

將軍澳醫院復康用品專賣店	電話：2208 0456
觀塘復康生活幹線（協和街）	電話：3974 5027
佐敦復康生活幹線（南京街）	電話：3586 1525
明愛醫院復康生活幹線	電話：2242 6313
旺角復康生活幹線（窩打老道）	電話：3709 8798
荃灣復康生活幹線（街市街）	電話：3111 2386
博愛醫院復康店 / 便利店	電話：2470 7065
屯門醫院復康用品專賣店	電話：2463 1905

香港/澳門總代理　大昌華嘉香港有限公司

DKSH

ONETOUCH® 客戶服務熱線 +(852)2735 8262

Visit OneTouch. www.onetouchasia.com/hk/zh/

ONETOUCH®

AD-20200730-01

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

營養之選

訂購表格 全港首創復康專題雜誌

2020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

營養補給品(四) Medical Nutrition

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
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	
糖宜適(咖啡味)	21500015	•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	
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	
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	864.0	買1箱95折，再送雲呢拿味及咖啡味各1支	(　　)箱 每箱24瓶	
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	672.0		(　　)箱 每箱24瓶	
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1箱95折，再送冰涼果味及淡薑味營保健各1支	(　　)箱 每箱24瓶	
營保健(淡薑味)	21500047		125ml	528.0		(　　)箱 每箱24瓶	
營保健(冰涼果味)	21500049		125ml	528.0		(　　)箱 每箱24瓶	
營保健(雲尼拿味)	21500050		125ml	528.0		(　　)箱 每箱24瓶	
營保健(咖啡味)	21500051		125ml	528.0		(　　)箱 每箱24瓶	
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POWER UP •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	買1罐減$5	(　　)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	
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。

「營養之選」特選產品，優惠詳情見 P.4 及 P.5

買滿$400免費送貨

舊機換新機優惠

買 Contour plus 血糖測試紙50片

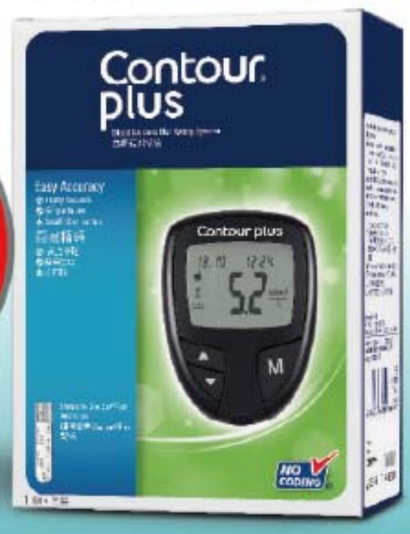


+ 任何牌子之舊血糖機

(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	電話：2836 0780	瑪麗醫院復康生活幹線	電話：2762 2728
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
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
大埔醫院便利店	電話：2607 6540	廣華醫院復康生活幹線	電話：2788 1771
北區醫院24小時便利店	電話：2669 7959	荃灣復康生活幹線(街市街)	電話：3111 2386
將軍澳醫院復康用品專賣店	電話：2208 0456	旺角復康生活幹線(窩打老道)	電話：3709 8798
博愛醫院復康店/便利店	電話：2470 7065	觀塘復康生活幹線(協和街)	電話：3974 5027
屯門醫院復康用品專賣店	電話：2463 1905	佐敦復康生活幹線(南京街)	電話：3586 1525

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

2020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

糖尿科用品 Diabetic 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
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	600 (至31/12/2020)		
	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 Performa 血糖機套裝	12200101	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			
	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血糖機套裝 (血糖機+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	399	限量套裝		
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)	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	235	199		
	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			
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，適用於多種牌子採血筆	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，適用於多種牌子採血筆	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	28400068	純天然，或有助穩定血糖，延緩血管氧化	60包/盒	215			
	Soft - Zellin 消毒酒精棉 60 x 30毫米100片	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	35			

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

安而康® ElderJoy®

享受健康體貼生活

安而康 ElderJoy

不“方便”時，更要用 安而康

升級版



升級特強版



升級加強版



高溫消毒
High-Temp Treatment

超強吸收力
Extra Strong Absorbency

抗菌、除味
Antiseptic & Deodorization

吸水量多50%
吸水力快50%
Increased Absorbency, Stay Drier!

- **超強吸收不滲漏**
  採用混合式的高分子吸收體及絨毛漿吸收結構，吸收凝聚快速充份，確實防滲、防漏。
- **柔軟透氣又乾爽**
  無紡布表層，柔軟透氣性好，防止回滲，保持肌膚乾爽自然。
- **立體防漏更放心**
  創新立體防漏隔邊，有效防止液體側漏，使用更放心。
- **隨意再貼方便多**
  特有隨意鬆、緊再貼區，可以鬆緊自如，多次黏貼，方便使用。
- **尿濕提示省拆看**
  遇水消隱的“尿濕提示圖案”，助您輕鬆看護，省去反覆拆看的不便。

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

查詢熱線：**2604 2317**

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

HENGAN
YOUR HEALTH IS OUR CONCERN
恒安 • 全為您健康

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

2020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

成人紙尿片(一) Adult Diapers

	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盒裝 面紙四盒	(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	2箱免費送貨	(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	2箱免費送貨 送Tempo盒裝 面紙四盒	(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SMART 袋裝面紙一條	(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恒生銀行帳戶：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。

政府津助安老院選用品牌之一*



「德寶123超特級」成人紙尿片



中碼至加大碼
（長效夜用：仿布側透氣設計、魔術多貼面、彈性腰圍）

「德寶123」** 成人紙尿片



細碼至加大碼
（全效型）

「一定妥+護」金裝成人紙尿片



中碼至大碼
（經濟型：透氣魔術貼）

尿片特有:

雙層超強鎖水層

吸濕力特強

直立防漏摺邊

抑菌鎖味

「康保」** 成人片芯



細碼至大碼

「一定妥」成人日用褲



中碼至大碼

√ 多款專業護理產品　√ 全面照顧不同體型人士　√ 適合任何失禁及長期臥床人士

瑞德衛生紙品有限公司
Disposable Soft Goods Ltd.

訂購熱線：3527 6814 / 3527 6856
歡迎索取試用裝

*根據瑞德衛生紙品有限公司2019年數據結果

ISO9001管理體系認證

**銷售點：

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

2020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

成人紙尿片(二) Adult Diapers

	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	$480/箱		(箱)	
	松鶴防漏紙尿片	11100198	1500c.c.	大碼	42"至57"	10片X10包	$500/箱		(箱)	
	松鶴防漏金裝紙尿片	11100199	2000c.c.	中碼	32"至45"	10片X10包	$480/箱	3箱免費送貨	(箱)	
	松鶴防漏金裝紙尿片	11100200	2200c.c.	大碼	42"至57"	10片X10包	$580/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		(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	2箱免費送貨	(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	安加適金裝超級成人紙尿褲14片 NEW	11100205	2248ml	細碼	60至90cm	8包	$1024			
	安加適金裝超吸成人紙尿片14片 NEW	11100206	3360ml	中碼	90至120cm	8包	$1024			
	安加適金裝超吸成人紙尿片14片 NEW	11100207	3894ml	大碼	120至150cm	8包	$1208			

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。

MoliCare®安加適®

pH5.5優質成人紙尿片

- pH5.5親膚表層
- 透氣
- 快速吸收



10片裝
新上市

MoliCare®安加適® 金裝日用尿片

MoliCare®安加適® 金裝超吸尿片



品質保證

德國製造

Veroval® compact 血壓計

物超所值的醫護級產品

ESH
EUROPEAN SOCIETY OF HYPERTENSION
validated ESH-IP2 2010

- ✓ 獲得歐洲高血壓學會認證
- ✓ 能檢測心率不齊
- ✓ 簡易操作





德國暢銷品牌

具有200年歷史的醫療用品生產商

CHEERS Gallery 卓思廊　Rehab Express 復康速遞

PHAP_INCO_PHC_190528-01

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

2020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

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 NEW	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			1620			
	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	680 送酒精 搓手液100ml		
	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		680	569 送酒精 搓手液100ml		
	"AND" UA611 電子血壓計	12300128	備有心律不齊顯示，體積設計輕巧		399	送酒精 搓手液100ml		
	"赫曼" Veroval Compact 手臂式血壓計 新低價	12300144	特大顯示屏，數據顯示清晰，舒適，易於保養		388			
	Tensoval® duo control 雙智能電子血壓計(上臂式)	12300083	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		
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			
	美國Biofreeze 「冷凍靈」冷凍原理啫喱膏	12300095	Biofreeze含有一種在南美廣被當地居民使用的草藥ILEX。加入薄荷及樟腦，Biofreeze能快速紓緩因工作或運動引起的肌肉疲勞及酸軟。	3oz 塗搽裝	84			
	美國Biofreeze 「冷凍靈」冷凍原理啫喱膏	12300096	-	4 oz Tube	84			
	Aloe Vesta 蘆薈三合一清潔泡沫	14100024	滋潤肌膚，令肌膚感覺清新潔淨。 免沖洗，適用於全身。	8 安士 (236毫升)	105			
	Aloe Vesta 蘆薈2合1潤膚露	14100023	-	236ml	72			
	Aloe Vesta 沐浴抹布8片裝	14100025	-	1包8片	49			
	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恒生銀行帳戶：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® Guide 智航血糖機

意想不到的智慧體驗





嶄新試紙瓶設計
固定試紙，防止散落



用完試紙一按即棄
方便又衛生



精準可靠
達到比國際標準更高的準確度[1]



藍芽無線連接應用程式*
下載及分享血糖記錄

免費下載Accu-Chek® Connect App* 及 mySugr*

App Store 下載　Google play

* 適用於指定型號手機及裝置

血糖機升級行動！

血糖機的精準度有助嚴格控制血糖。Accu-Chek® Guide智航血糖機準確度達到比國際更高的標準，給您**精準可靠**的血糖檢測結果。

把握機會，立即升級！

換機優惠



Accu-Chek® Guide
智航血糖試紙50條

憑舊機[Δ]換



Accu-Chek® Guide 智航血糖機及
Accu-Chek® Fastclix 採血筆#
[Δ]須為非羅氏血糖機

DC-2019-JUN-005

換購地點

CHEERS Gallery 卓思廊

瑪嘉烈醫院荔景大樓便利店	電話: 2488 3678	明愛醫院復康生活幹線	電話: 2242 6313
將軍澳醫院復康用品專賣店	電話: 2208 0456	廣華醫院復康生活幹線	電話: 2788 1771
博愛醫院復康店/便利店	電話: 2470 7065	荃灣復康生活幹線(街市街)	電話: 3111 2386
屯門醫院復康用品專賣店	電話: 2463 1905	旺角復康生活幹線(窩打老道)	電話: 3709 8798
瑪麗醫院復康生活幹線	電話: 2762 2728	觀塘復康生活幹線(協和街)	電話: 3974 5027
瑪嘉烈醫院復康生活幹線	電話: 2488 2123	佐敦復康生活幹線(南京街)	電話: 3586 1525

查詢電話：2485 7512

採血筆只供個人使用

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

ACCU-CHEK、ACCU-CHEK GUIDE及ACCU-CHEK CONNECT為羅氏擁有之商標。
©2019 Roche Diabetes Care

羅氏診斷(香港)有限公司

ACCU-CHEK®

一脈相連

內分泌科專科醫生 **黃麗詩**



糖尿與情緒健康

最近面書流行掌上壓挑戰，關注創傷壓力症候群Post Traumatic Stress Disorder (PTSD)情緒健康。雖然未必人人可以接受掌上壓挑戰，但是這個活動已經提高大家對情緒病的關注。情緒人人都有，而糖尿病人要面對不一樣的壓力，可能較容易患上抑鬱症。





情緒糖尿互相牽引

焦慮、抑鬱等情緒問題與糖尿病甚有關連，可以互相影響。當糖尿病人受困於焦慮或生活壓力，有機會增加胰島素的抗阻，影響血糖的控制。從另一方面看，剛確診糖尿病時，病人容易因為擔心、害怕而在無形中增加壓力，陷入憂鬱的情緒中，容易增加抑鬱症發生的機率。除了影響情緒，糖尿病也會對患者的人際關係帶來負面的影響，甚至令他們對於社交活動有所退縮，避免與其他人分享內心的想法。

抑鬱症

抑鬱症是一種心理疾病，以鬱悶的情緒為主要特點，患者長時間持續的有負面情緒，甚至擴大到影響自己的人際關係、認知、思考及行為等多方面的失調。有些患者並不察覺自己患有抑鬱症，或者不想承認自己有情緒問題，盡管已經在崩潰邊緣，仍努力維持一般的生活運作，致使身邊的親友也未必能夠察覺。

正向處理

糖尿病患者的治療方案中，心理質素扮演着重要角色。要控制血糖，需要飲食及運動的配合、定時服藥，而這些都需要建基於良好的心理條件。尤其是患病初期，面對着糖尿病這個慢性病、無法根治的想法可能對患者帶來很大的精神壓力及負面情緒。如果遇上任何疑問，大可向醫生、護士、糖尿病友互相交流，因為越認識糖尿病，越能夠減少對它的恐懼，越能夠掌握病情，學會應對。另外，也可以嘗試增加外出的機會，例如到戶外曬太陽、慢跑運動，幫助釋放壓力。若果你身邊的人出現情緒困擾，嘗試耐心包容，多一點陪伴，少一點批評，盡量給予空間抒發壓力。當然，及早識別可以避免問題惡化。假如有需要，切勿害怕被標籤而抗拒向精神科醫生求診及接受情緒治療。

營康薈 Live Smart 獨家代理

VivaChek™

Blood Glucose Monitoring System

美國專利品牌



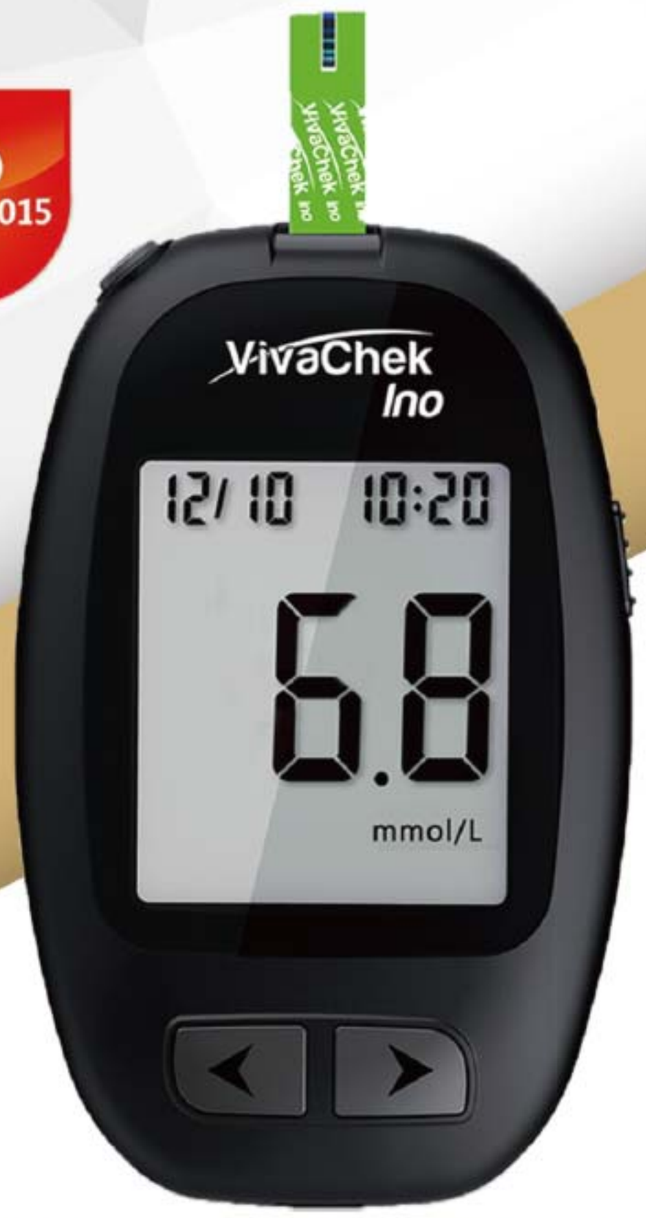
套裝優惠價 $350



50紙100針血糖機套裝

皇牌產品

ISO 15197:2015



獨立包裝試紙獎賞計劃

凡購買 VivaChek™ 50片裝獨立包裝試紙，累積單據即可獲取贈品*：

累積購買2盒的單據 **先送** 採血針 100 支



繼續累積至購買5盒的單據 **再送** 獨立包裝試紙 50 片



** 單據WhatsApp傳送至+852-53057928，活動限期至2020年12月31日。

血糖管理專家

全球領先技術 享有多項國際認證
測量結果更精準可靠
無需調碼 簡單易用

獨立包裝試紙

潔淨衛生 方便携帶
防潮設計 更長使用期限

微少血量

測試只需微少血量
配合特幼針頭設計 有效減輕採血痛感

貼心保養

保養問題 專人跟進
為客戶提供最貼心的保養服務
登記成為會員更可享永久保養

領取贈品

掃描QR code發送WhatsApp信息「VivaChek」即可獲贈10片裝試紙1筒*贈品。
領取方式由專人回覆跟進。

*推廣優惠受條款及細則約束

CHEERS Gallery 卓思廊
Rehab Express 復康速遞
www.rehabexpress.com.hk

「卓思廊」分店地址：

博愛醫院復康店/便利店	電話：2470 7065
屯門醫院復康用品專賣店	電話：2463 1905
旺角復康生活幹線(窩打老道)	電話：3709 8798
佐敦復康生活幹線(南京街)	電話：3586 1525

ISO 13485:2016 CE 0197 FDA

售後服務熱綫: 2603 3218 或 Whatsapp: 5305 7928

URGO MEDICAL
法國製造

預防勝於治療
有效預防及治療壓瘡

各大醫院
及院舍選用

*醫學實證



50% 降低
患上壓瘡機率

*根據法國Gipps研究報告，
Sanyrene有效降低43%
整體壓瘡發生率，及降低
骶骨尾部近50%壓瘡發生率。

提高皮膚含氧量($TcPO_2$)
有效預防壓瘡
抗炎、抗氧化、退紅
防止水份流失
加速細胞更生率

適用症：

- 預防及處理第一期壓瘡
- 治療紅斑期褥瘡
- 紅臀、小兒紅臀
- 皮膚乾燥爆裂
- 改善靜脈曲張
- 敏感性皮膚

保濕
滋潤

YouTube search: Sanyrene

法國Sanyrene活膚油含有99%
亞麻油酸，能深層修護皮下脂質層，
防止水份流失，改善皮膚質素；另可促進
微血管循環及增加皮膚組織的含氧量，
有效預防壓瘡及改善靜脈曲張。

#立即體驗
eshop
網上商店

URG-A1-1542C6

www.solutions-healthcare.com.hk

滙寶 Solutions
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

- 香港銅鑼灣渣甸街5-19號京華中心11樓1104-05室 Tel: 2273 8239
- 元朗青山公路(大馬路)19號元美大廈地下3號舖 Tel: 2273 8230

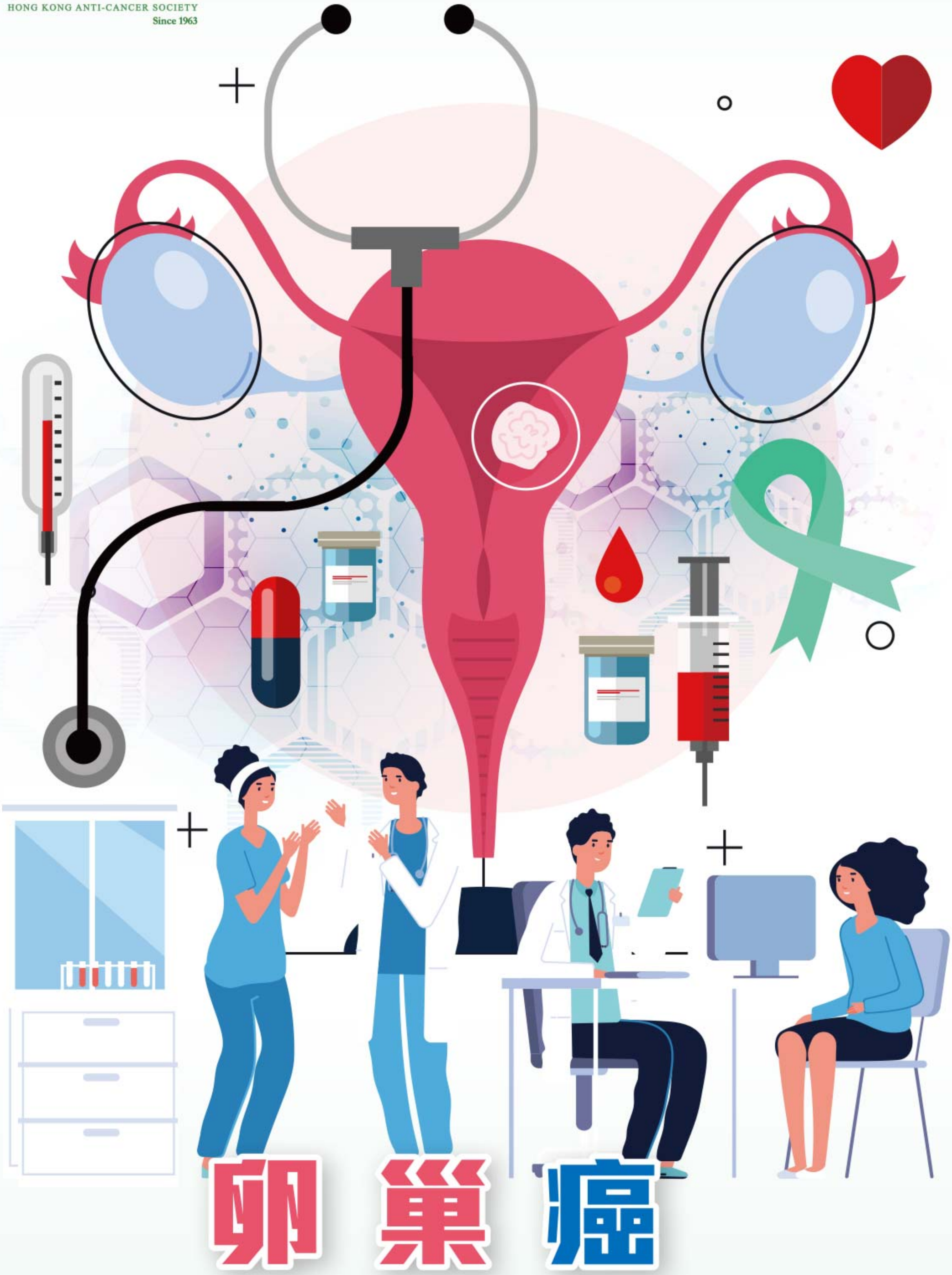
2273 8233 Nu Pro & Solutions

- 香港跑馬地山光道1A地下C舖 Tel: 2273 8231
- 九龍旺角花園街168號1樓 Tel: 2273 8232
- 荔枝角永康街63號 Global Gateway Tower 28樓2806室(近大南西街,MTR B1出口) Tel: 2273 8234

御癌有術

香港防癌會資料

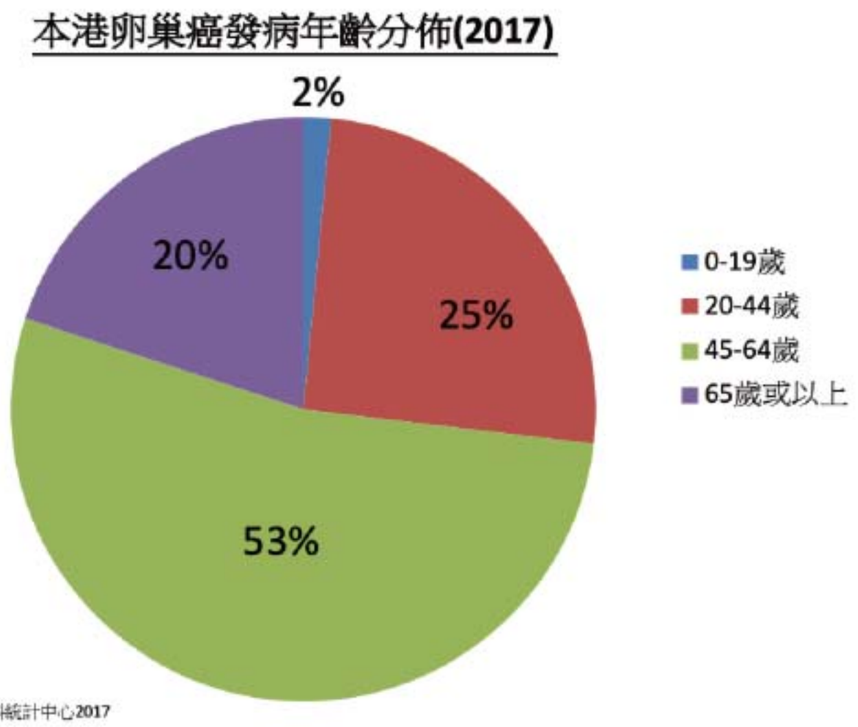
香港防癌會
HONG KONG ANTI-CANCER SOCIETY
Since 1963



卵巢癌

全球及本地發病數字

卵巢癌在2017年位列香港常見婦女癌症第六位；在2018年更成為全球第八常見女性癌症。香港癌症資料統計中心顯示卵巢癌由1996年的296宗新症飆升至2017的651宗，推算新症數字仍會持續上升，而單在2018年全球就有多達30萬名女士確診卵巢癌。卵巢癌大多發生在婦女更年期後，平均病發年齡為52歲。即每95位婦女便有一位一生中有機會患上卵巢癌。



資料來源：香港癌症資料統計中心2017

卵巢癌是甚麼及成因

卵巢是女性獨有的生殖腺，於子宮兩側各有一個。它有兩個主要功能：第一，製造卵子，進行繁殖。卵子從卵巢經過輸卵管進入子宮，受精卵在子宮中沉降並生長成胚胎；第二，產生女性荷爾蒙雌激素和黃體酮。

卵巢癌是指組成卵巢的細胞出現的癌症病變。按病發位置分類大致可分為以下三種：

上皮性卵巢癌(Epithelial Ovarian Cancer)：

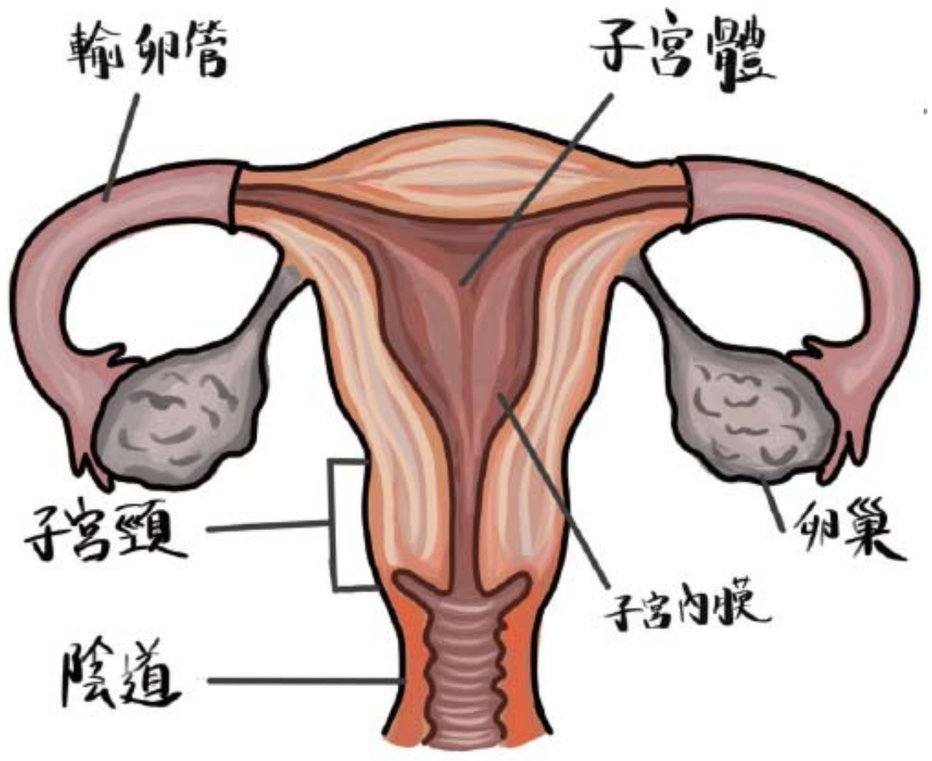
指癌細胞出現於卵巢表面上皮層，90%的卵巢癌患者屬於這類。

生殖細胞卵巢癌(Germ Cell Ovarian Cancer)：

指製造卵子的細胞出現病變，通常在30歲以下的患者身上發現。

性索間質癌(Sex-cord Stromal Ovarian Cancer)：

又稱為功能性卵巢腫瘤，指製造女性激素的細胞發生癌變，但比較罕見。



高危人士

雖然發病原因有待研究，但研究已歸納出一些高危因素，婦女如有下列情況，患上卵巢癌的機會較高：

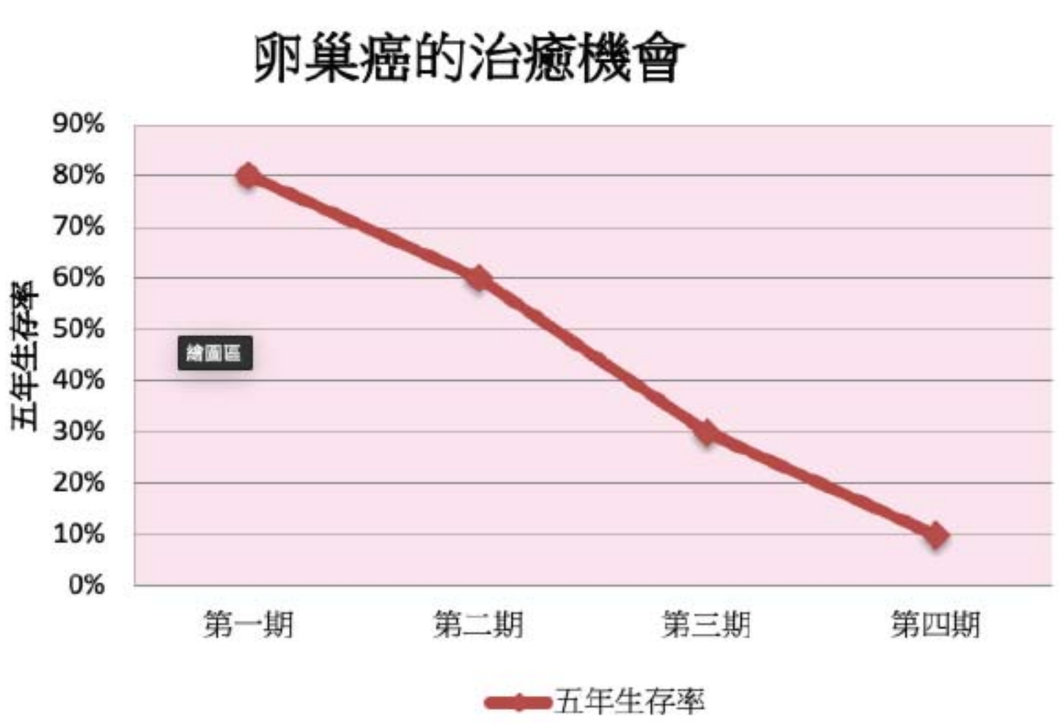
- 從未生育過或從未餵哺母乳
- 曾有不育紀錄
- 卵巢被過度刺激排卵
- 有近親曾患卵巢癌

五年生存率

一般而言，愈早發現和接受治療的病人，他們的治癒機

御癌有術

會愈高。第一期病人的五年生存率可高達八成多，第二期病人為六至七成，第三期病人降至三至四成，而第四期病人則只有一至二成的生存率。



常見問題

如果病人透過手術切除卵巢，會有甚麼影響？

答：由於病人於切除卵巢後不能懷孕生育，故決定前應先與伴侶商討未來的生育計劃，並向醫生表達清楚疑慮。另外，如果病人之前並未停經，手術後會進入停經狀態，由於體內荷爾蒙水平突然下降，身體會出現潮熱、出汗及情緒起伏較大的徵狀，並維持數月。親人的體諒及陪伴對於身體轉變的適應十分重要。而病人面對自己在生育能力受影響的情緒狀況亦不容忽視，建議跟信任的親人及專業輔導員分享內心真實的想法和負面情緒。醫生會按照癌症的擴散程度去決定治療方案，若果患者仍未停經而仍有意生育，醫生會在保障病人性命的前提下，盡量以維持生育能力的方法作治療，例如保留子宮、卵巢等。

患上卵巢癌會影響病人的生育能力嗎？

答：如上述所指，病人有機會需要進行手術切除卵巢、子宮或輸卵管，導致患者治療後未能懷孕。患者及伴侶仍可積極尋求專業意見並考慮其他輔助生育方法，例如：沒有進行全子宮切除手術的患者可考慮體外受精或領養孩子。然而，如果病人被診斷時是早期階段，有機會只有一個卵巢受癌細胞影響或是腫瘤體積不大，治療過程未必會影響子宮及卵巢，故此，部分病人癌症康復後，生育能力亦隨之回復正常。不過，病人亦需了解化療或其他治療過程中有機會損害卵巢或增加提早更年期的風險。

五年生存率是甚麼？

五年生存率指癌症腫瘤患者經過治療後，生存五年或以上的比率。可以透過不同類別（如：年齡、期數、性別）的五年存活率資料來估評治療成效、某癌症復發或癌細胞轉移的情況是否常見，以決定病人覆診的安排。因為復發或轉移多發生在治療後五年內，是關鍵的時期。相同道理，醫生亦會用三年或十年存活率作評估的指標。

有甚麼因素會影響病人的存活率？

答：卵巢癌腫瘤的大小、類型、發現時的期數和擴散情況都是病人存活率的重要因素。可惜卵巢癌的病徵不易察覺，只有約15%的癌人在初期發現。如果病人能夠在初期察覺，醫生或會透過手術切除，而手術能否切除所有腫瘤也是影響存活率的關鍵。另外，病人的整體健康和身體狀況也很重要，因此，年紀較輕的病人無疑會有較高的存活率。

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**



疼痛病因多 過份尋因痛感增

很多人感受過身體疼痛，有些疼痛過幾天會自然痊癒，但有些疼痛卻如影隨形持續地出現，大大影響日常生活、工作表現、情緒狀態。疼痛有其存在價值，因為這是身體給你發出的訊號。受傷後會發炎疼痛，疼痛感覺讓你不適，唯有減少使用受傷的身體部位，促進復原。有時候沒有明顯的受傷過程，身體卻隱隱作痛，這便是疼痛的作用，讓你能察看了解並給予適當的治療。

筆者身邊遇過不少受痛症困擾的當事人，最初以為是小問題，隨意吃止痛藥，或貼止痛膏貼紓緩痛楚，直到疼痛未能改善，便向醫生求助。隨著年齡越長，身體各機能經過長年累月地運作，很容易因為機能「撐不住」而慢慢浮現問題。雖然透過身體檢查、X光診斷能找出某些病因，但事實上，不少疼痛也無法透過科學檢測出來，又或者是檢測結果正常，但疼痛依舊出現。

造成身體疼痛的原因有很多，除了一般生理因素外，心理因素也是其一，例如情緒困擾、長期面對壓力等。筆者認識一位在職人士，有段時間因公司生意大增，所以工作量急劇增加。他稱差不多每天傍晚時分便感到輕微頭痛，因為每次疼痛持續時間不長，也未有帶來影響，所以沒有理會。直至有一天，頭痛情況突然加劇，輕輕移動身體也會頭痛欲裂，才開始意識到不對勁。常說解決問題需要「對症下藥」，上述這位在職男士後來重整工作時間和工作量，頭痛問題便慢慢消失了。

至於找不到病因的疼痛又如何解決呢？想必很多人會感到困擾。原來，個人注意力過份集中於身體疼痛的感覺，或每日花費大量時間找出病因，可能會因此打亂日常生活節奏而令人更受困擾。如持續受到疼痛問題影響，除了向專業人士尋求協助，亦可以嘗試以下方法，減低疼痛的影響。

■ 分散注意力

如果我讓你現在不要想起紅色的大象，那你腦海裡會浮現甚麼影像呢？這就像一種心理暗示，越不想某件事發生，最後卻總會發生。所以若我們過份將專注力集中在身體疼痛上，就像心理暗示般，身體可能會感受到比實際更大的疼痛程度。

■ 適當伸展

筆者試過因受傷疼痛導致舉手維艱，後來遵從醫生囑咐定時做伸展運動。猶記得最初進行很簡單的伸展動作也痛得滿頭大汗，直至持續鍛煉了一段時間才慢慢好轉。因此即使面對疼痛，適當進行伸展及強化肌肉運動，有助減少肌肉繃緊造成的疼痛，也能預防受傷。

■ 放鬆情緒

輕鬆的心情能減低負面情緒所帶來的生理不適，除了多進行令你愉快的活動，也可以尋找你信任的親朋傾談。你聽過以下說法嗎？開心時與人分享，快樂會加倍；苦惱時與人分擔，痛苦能減半。

■ 均衡生活

均衡生活能帶來整體的好處，這應包括多方面，除了關注身體健康，還有社交活動、休閒娛樂、靈性生活等，嘗試在各方面取得平衡，避免將生活比重只集中於某一部份。

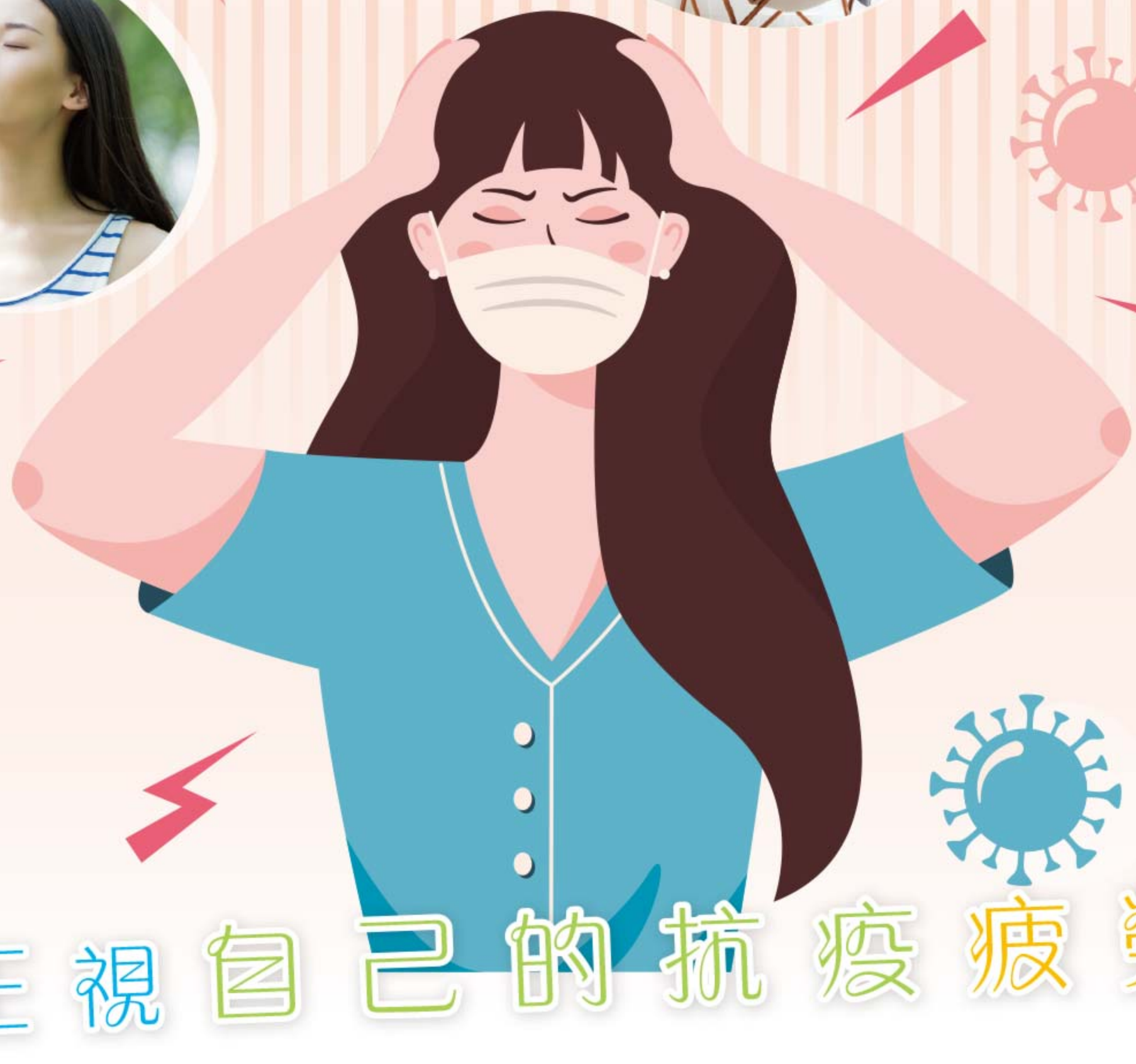
疼痛背後牽涉多重因素，如情緒持續受到影響，建議尋求專業人士協助。香港心理衛生會推出的「輔負得正」手機應用程式為受情緒困擾的人士提供線上支援，如有需要可以下載程式向本會專業社工諮詢。

傷健深情

專業心理輔導員 英國註冊音樂治療師 **羅兆愉**







正視自己的抗疫疲勞

新冠肺炎來襲，我們的生活從此變得不一樣。社交距離的不便已不算什麼，不少人承受着染病的心理壓力，尤其是較高風險的長者、孕婦。記得有位新手媽媽，哭着對我說在這段時間把孩子帶到世界是否一個錯誤。新冠肺炎帶來石頭般的生活壓力，市民出現了明顯的抗疫疲勞。

有些不幸染上肺炎的患者，飽受了對未知的惶恐 - 在隔離營、病房裏的日子是怎樣撐過來的。康復過後，身體雖然日漸康復；心裏仍猶有餘悸，當中的情緒變化絕不容忽視。

對照顧者來說，就有如熱鍋上的螞蟻。記得有一位患者的子女，訴說着對年邁父親無盡的擔心，但又有心無力，疫情下不能探病。這種無助感、着急，你能處理嗎？

無論是一般市民、復康者、照顧者都要正視自己的心理需要。抗疫疲勞、壓力、無助還有種種的情緒都是可以被理解和處理的。

面對抗疫疲勞，不忘每日抽出3分鐘時間，安頓一下自己的身心靈。

給自己的3分鐘呼吸空間

可以早上起來一段時間後或睡前練習，找個寧靜安全的地方進行。在這3分鐘呼吸空間裏，感受一下自己當下的感覺，放慢呼吸。過程總共三個步驟，每個步驟約一分鐘。

第一步驟：覺察當下

無論是坐下或站立，讓你能在從容但集中的地方進行。如果可以，閉上眼睛，運用注意力，察覺內在的經驗、感受、想法，心裏懷着開放的態度。

現在浮現什麼念頭？（例如：擔心什麼）

現在有什麼情緒？（例如：緊張、焦慮）

身體有什麼感覺？快速掃描全身，是否有特別緊繃或不舒服的部位？（例如：膊頭好緊）

溫柔地承認這些念頭及感覺的存在，但不刻意改變它。

第二步驟：聚焦呼吸

將注意力聚焦在呼吸，全神貫注一吸一呼，呼吸可以放慢，吸入3秒、呼出5秒。

把它當成是固定在此時此地的機會。當心飄走的時候，溫柔地把注意力帶回到呼吸上。

第三步驟：擴大覺察

將注意力從呼吸擴展至全身，探索、善待、照顧這些感覺。吸氣時，將氣息送到身體需要的各部份（膊頭、內心）；呼出時，可以想像呼出身體、心靈不適的感覺。（呼出焦慮、負面念頭）

練習小貼士

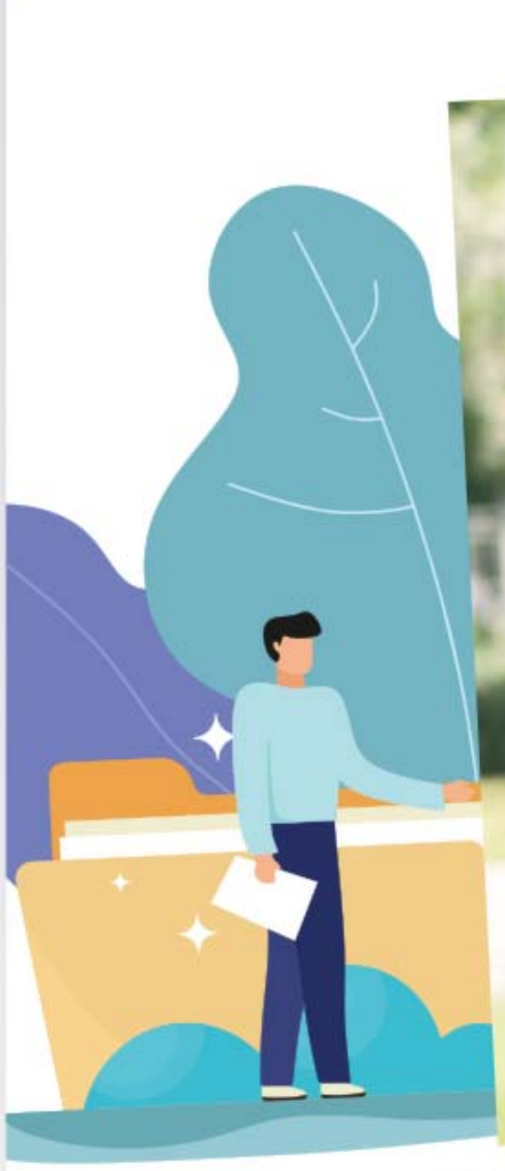
整個練習只需要3分鐘，讓我們有機會與壓力共存，使自己的身心靈得到安慰、明白。

如果壓力持續，出現持續性失眠、胃口改變、情緒低落等，生活受到明顯影響時，便應該尋求協助。

面對抗疫疲勞，紓壓有法，正面的面對疫症日常，保持身心靈健康。

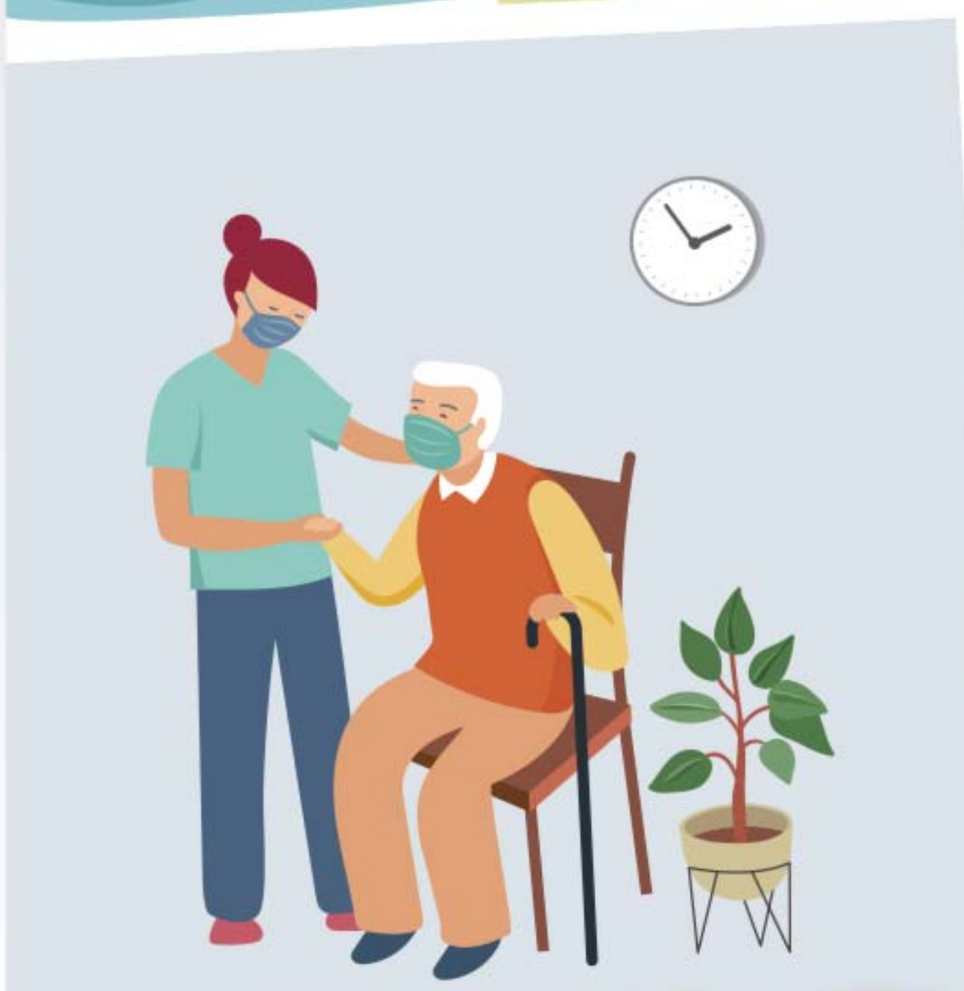
樂活樂齡

註冊職業治療師（香港）
國家認可居家安老顧問（美國） **劉志豪**先生











職業治療在社區安老的角色

長者人口在香港以及全球都進入快速增長的年代，要讓長者安享晚年，擁有豐盛生活，健康身體及心靈絕對是當中的基石。職業治療是一個歷史悠久並與時代不斷進步的專職醫療行業，在安老服務上有著極為重要的角色。社區安老是長久以來長者的願望，但要實行的話，背後需要整全的方向及計劃。

根據政府統計處資料，2016年香港65歲或以上人口共有116萬多，佔總人口15.9%；當中有接近92%是居於家庭，因此長者在社區的比例是佔了極大多數。雖然政府在安老服務投入了大量的福利及醫療資源，但當中用在社區長者的卻只佔小數，而且極為分散，當長者出現健康風險時，很大程度都會使用醫院系統，出院時的跟進服務亦會加重福利系統的壓力。預防性及基層醫療因此是刻不容緩，職業治療(職業治療師以及職業治療助理)在這層面上擁有多向的角色以支持長者社區安老。

在預防長期病患方面，職業治療師會提供多方面的健康教育資訊，並配合生活改善行動與策略，讓長者在發生長期病前或之後，以實際行動改變生活習慣，從而提升健康或促進復原。根據世界衛生組織建議，掌握健康資訊及實行，能大大減低不同非傳染性疾病的風險，例如心血管疾病、腦血管疾病、中風、認知障礙症、跌倒等。讀者可到衛生署，非牟利機構以及復康機構查詢不同的健康資訊及活動詳情。

職業治療關注長者的自理生活能力、工作能力及消閒活動參與；對長者來說，自理生活能力的比重相對較高，職業治療師會實地到訪長者家中，在他們最熟悉的環境下，進行檢查及評估工作。常見的工作包括：活動能力評估、認知功能檢測、生活風險篩選，照顧者能力評估以及復康用具檢查等。治療師會因應不同的情況為長者提供到戶及中心為本的治療、訓練及跟進。常見的介入有復康訓練活動、自理能力訓練、認知功能訓練，復康用具添置以及家居改裝等。

照顧者亦是職業治療服務對象之一，職業治療師會因應治療計劃為照顧者安排照顧能力訓練，如扶抱技巧、輪椅操作、認知活動設計、防跌措拖實行，以使照顧者在照顧的路上得到足夠的能力。

社區安老能讓長者在熟悉及喜歡的地方生活，職業治療就能為他們的生活加添色彩。

參考資料：

香港政府統計處： 中期人口統計結果 (2016) https://www.bycensus2016.gov.hk/tc/index.html

世界衛生組織: https://www.euro.who.int/__data/assets/pdf_file/0007/145294/E63674.pdf

社區職業治療：https://www.facebook.com/davidisot



職業治療關於人的生活層面



職業治療師正為長者家居安全進行評估工作

你的一站式關節液(透明質酸*)供應點

SYNVISC ONE® 善行

HYLAN G-F 20



Hyalubrix® 60 喜健行®



SUPLASYN®



安骼療加強

OSTENIL® PLUS



Cheers Gallery 卓思廊

facebook : 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

TENA 添寧

歐洲製造 世界暢銷品牌



更自在 自信展現自我

添寧護妳墊

尿滲專用 超薄3mm# 助你輕鬆解決尿滲問題

人越大，越可以放低包袱，隨心享受生活！添寧護妳墊提供三重呵護，比普通衛生巾乾爽8倍，超薄瞬吸，有效消除異味 ！ 令妳拋開顧慮盡情做自己，繼續活得精采！

MADE IN EUROPE 歐洲製造



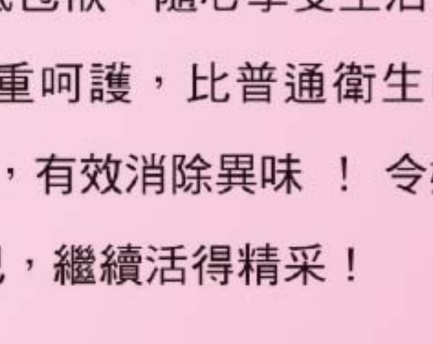
微量型 ♦◇◇◇ | 一般流量 ♦♦◇◇ | 加強型 ♦♦♦◇ | 量多型 ♦♦♦♦

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

中西醫理

香港防癆會—香港大學中醫診所暨教研中心（南區）註冊中醫師
香港中文大學中醫學學士（一級榮譽）**林瑞容** 醫師



針灸的迷思

針灸只治療肢體痛症嗎？

提到針灸，大眾即會想到治療中風後遺的偏癱、坐骨神經痛、肩周炎等等。但實際上，針灸不單純為了止痛或放鬆肌肉；從中醫角度，經絡是臟腑氣血行走的通道，穴位是臟腑氣血輸注、聚集的地方，透過針灸能調動外周經絡的氣血，從而調節內在臟腑的陰陽平衡，達到扶正祛邪的治病效果。自古以來，利用針灸治療各種內、外、婦、兒疾病已有記載，至今簡單如：便秘、失眠、鼻敏感、痛經、蕁麻疹，以至較嚴重的膽囊炎、小兒驚風、痔瘡等等，針灸亦有其用武之地，甚至曾用作做局部麻醉。由此可見，針灸的作用並不限於各種肢體痛症了。

針灸很痛嗎？

一般而言，針灸的疼痛主要來自針具過皮的瞬間。由於皮層滿布神經末梢，因此針具過皮的時間愈短，痛覺就愈輕。針具愈粗，過皮時擦過皮膚的面積愈大，自然亦會較痛。現今的針具品質優良，針尖鋒利，針體滑溜，能幫助針具快速過皮，減輕痛楚。而市面上常用的針具直徑只有0.18-0.3mm，比一根頭髮(0.8mm)還要幼，因此不須過份憂慮過皮時的痛楚。

實際上，「痠麻脹重」才是最常見的針感，是針刺地方已經得到經氣感應的表現。一般醫師會再捻轉或提插針具去進行補瀉，以達到治療效果。但某些患者會因為痠痹刺激量太大，而產生痛覺，此時就務必要告知醫師了。另外，某些針灸手法，例如：筋針，只會刺入筋膜層作水平掃散，並不要求痠脹感，亦允許病人在針灸時活動患處，這種針法是不會引起疼痛的。

當然，疼痛亦與選取的部位有關，就像針刺手指、腳趾總會比肩部、背部疼痛。但說到底，疼痛是自覺感受，每個人的承受能力亦有不同，如果真是太痛，還是好好向醫師坦白吧。

針灸不會針出血嗎？

我們全身都佈滿血管，很多微細血管是不能從肉眼所見，因此刺中血管而出血，也是可以理解的事。何況某些地方，如：頭皮、手掌、指頭等，血管都較為豐富，針刺這些地方的穴位而出血的風險便更高了。不過，現時的針具比頭髮還要幼，所以就算出血，血量亦不多。加上醫師針灸時，若看到明顯的表淺靜脈，一般都會適當避開，或者撥開血管再刺；起針後，亦常會即時用棉球進行按壓，因此病人大可放心。

部分病人正服食抗凝血藥或抗血小板藥，如果刺傷血管，針處腫痛、瘀傷可能會較為明顯，因此在治療前可先告知醫師，起針後適當延長按壓的時間，便可避免血腫發生。

不過，有些療法是刻意做到出血的。例如在拇指的少商穴放血，可治熱性咽喉腫痛；在膝後的委中穴放血，可治急性腰扭傷等，都是沿用至今、行之有效的治療手段。很多人會覺得吃驚，但事實上放血治療要求的出血量不多，一般擠出數滴至5mL血液即可；加上針灸前，醫師必定會作皮膚消毒，又用一次性使用的無菌針具，所以患者亦無須過份擔憂感染的風險。

中西醫理

基督教聯合那打素社康服務 註冊中醫師 **李文鶴**









頭暈眼花 小心是中風先兆！

頭暈眼花是一種自覺症狀，中醫內科學歸屬「眩暈」。眩，是指眼花或眼前發黑；暈，是指頭暈，感覺自身或外界景物旋轉。症狀輕者閉目可止；重者如坐船車、旋轉不定、不能站立，或伴有噁心嘔吐、汗出、面色蒼白；嚴重者可突然仆倒。眩暈，相當於現代醫學中的耳眩暈、高血壓、貧血、情緒病等等。中醫認為眩暈可由風火、痰濕、氣血虛弱、肝腎陰虛等病因所致。

什麼人容易頭暈眼花？有何症狀及治療方?

虛人和實人都有機會出現頭暈眼花。虛證主要有：氣虛、血虛、和肝腎陰虛。實證包括痰濁中阻、肝陽上亢。

■ **氣虛表現**，包括眩暈、倦怠懶言、少氣無力、自汗、納減（胃口差）便溏（大便稀爛）、舌淡脈弱乏力。治宜補益氣血，常用補中益氣湯加減。

■ **血虛表現**

頭暈眼花、失眠、面色、爪甲、唇舌色淡白，脈象細弱。治宜健脾養血。常用方：歸脾湯加減。由於氣血同源，凡勞心太過、思慮無窮，皆可傷及心脾、耗損氣血；或大病大失血之後，亦令氣血不足。治療時常氣血並補。

■ **肝腎陰虛**

見於更年期的或中老年患者。表現為頭暈耳鳴、兩目乾澀、口乾、心煩、失眠、多夢，或有盜汗、手足心熱、舌紅少苔或無苔、脈細數或細弦。治宜滋補肝腎，常用杞菊地黃丸加減。

■ **腦髓空虛**

頭暈經久未癒、髓海空虛，且有神疲健忘、耳鳴目花、腰腿痠軟，男性遺精陽痿，女性月經量少，尺脈細弱等腎虛之像，治宜補腎填精，方用左歸丸加減。

■ **痰濁中阻**

頭暈頭重如裹、胸膈滿悶、噁心嘔吐、不思飲食、肢體沉重，或有嗜睡、舌苔白膩、脈象濡滑，或弦滑。治宜祛痰化濕，方以半夏白朮天麻湯為主；痰鬱化熱，應清熱化痰，方用溫膽湯加黃連、黃芩。

■ **肝陽上亢**

患者頭暈脹痛、煩躁易怒，怒則暈痛加重、面赤耳鳴、少寐多夢、口乾口苦、舌紅苔黃、脈象弦數。治宜清火熄風、平肝潛陽。血壓偏高方以天麻鉤藤飲。若肝膽熱甚、口苦脇痛、小便短赤，宜清瀉肝膽之火，方用龍膽瀉肝湯。

特別注意的是中年以上，肝陽上亢眩暈，常伴有高血壓，應警惕是否為中風之先兆，當及時防治。另眩暈程度較重，伴有惡心嘔吐，或視物重影，應作進一步檢查，並須與腦神經科各證鑒別。

不同體質預防眩暈的飲食宜忌

■ **氣血虛體質**

宜：益氣食物例如：黨參、淮山藥、馬鈴薯、粳米、花生等。生活上要有適當休息，避免勞心過度。

忌：香辛辣味、刺激性的食物蔥蒜、芥辣等，容易動火耗氣。行氣食物，如海藻、荷葉、薄荷、生白蘿蔔等也應少吃。

■ **痰濕體質**

宜：芳香健脾化濕陳皮、薏苡仁、芡實、淮山等。生活上，避免坐臥濕地。

中西醫理

忌：生冷及質地濕滯食物，例如奶茶、魚生、糕點、雪糕等，另濕熱水果榴槤、芒果；寒濕食物如柿子、香蕉、奶品乳酪等。

■ **肝旺體質**

宜：多食天然及富含水溶纖維食物，以利大便暢通。生活上保持心情舒暢，避免情緒激動及發怒，確保血壓穩定。

忌：煎炸肥膩、高鹽或濃味飲食。

治療或預防頭暈眼花的食療

■ **補氣活腦雞湯**

材料：天麻9克、黃耆9克、當歸3克、枸杞6克、黃精9克，烏骨雞300克

製法：全部藥材沖洗，烏骨雞宰好洗淨，全部材料連適量清水放入鍋內加熱，水滾後轉文火煮1.5小時，調味即可。每周食用一次。

適用於：用神過度、勞傷氣血，致氣血不足之眩暈，也適用於需補充腦力的學生或上班族。

■ **天麻寄生茶**

材料：天麻6克、桑寄生30克、菊花2克

製法：全部藥材沖洗，連同清水一升放煲內加熱，水滾後轉文火煮1小時湯全日代茶飲。每周飲用一至兩次。

適用於：肝陽上亢、高血壓型、伴眼赤熱乾澀的眩暈。

治療眩暈穴位按摩

眩暈發作時，可以按摩以下穴位，每穴按三分鐘，力度以感覺酸脹為準。

- **風池**：頸後枕部有明顯的兩個凹陷就是風池穴。
- **百會**：頭頂正中線前髮際後5寸處，即兩耳尖直上頭頂中央。
- **合谷**：手背第一至二掌骨間，第二掌骨橈側的中點處。
- **曲池**：在屈肘紋頭外凹陷處。

(以上資料僅供參考，如有任何疑問，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



香港醫護聯盟
Hong Kong Health Care Alliance

X

Cheers Gallery | 卓思廊

GARDASIL 9
加衛苗 9「9合1」
HPV疫苗

作最好的選擇++

加衛苗9是市面上
覆蓋最多HPV病毒
及預防最多HPV
疾病的疫苗#。

有效預防由香港最常見的 HPV

6 11 16 18
31 33 45
52 58

所引致的

- 子宮頸癌
- 肛門癌
- 陰道癌前病變
- 外陰癌前病變
- 生殖器官濕疣(椰菜花)
- 子宮頸癌前病變
- 陰道癌
- 外陰癌

++最好的預防方法乃接種疫苗
配合定期抹片檢查
與4合1 HPV疫苗比較

優惠期至2020年12月15日

社企優惠價

$3,299 (3針: 14歲以上)

$2,199 (2針: 9-14歲)

查詢：8206 6160

加衛苗9
98%
有效預防由
HPV 6·11·16·18
引致的子宮頸前病變

最短
注射期建議
(4個月內完成)

加衛苗的安全已獲
世界衛生組織(WHO)的認可
全球經銷超過
2.6億
加衛苗

預防HPV
男士女士一齊
ROLL UP
立即行動



卓思精品廊

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



美國NDF納保75抗菌液™

- 有效對抗各種細菌及病毒達99.99%(包括新冠肺炎病毒同類SARS-CoV-2)
- 活性抗菌納米刺針保護層，能透過噴霧、直接抹擦、浸泡或霧化等方法而形成。待處理過的表面完全乾爽後，便可發揮持續有效預防微生物滋生及散播的功效。
- 不含酒精、無毒性、可直接用於皮膚上，長效24小時，食具可用、人畜無害
- 美國制造，榮獲8項美國國家環境保護局認證及5項美國專利註冊
- 備有190ml毫升手唧噴霧裝及250ml毫升補充裝(連USB充電隨身霧化器)



ChoiceMMed 指夾式血氧儀 - MD300C15D

- 輕巧設計、LCD顯示屏
- 測量血氧飽和度及脈搏率
- 電池低電量指示
- 自動關機
- 2粒3A鹼性電池
- 適用於小兒和成人



倍健康 - 雲哩嗱味(200毫升)

- 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



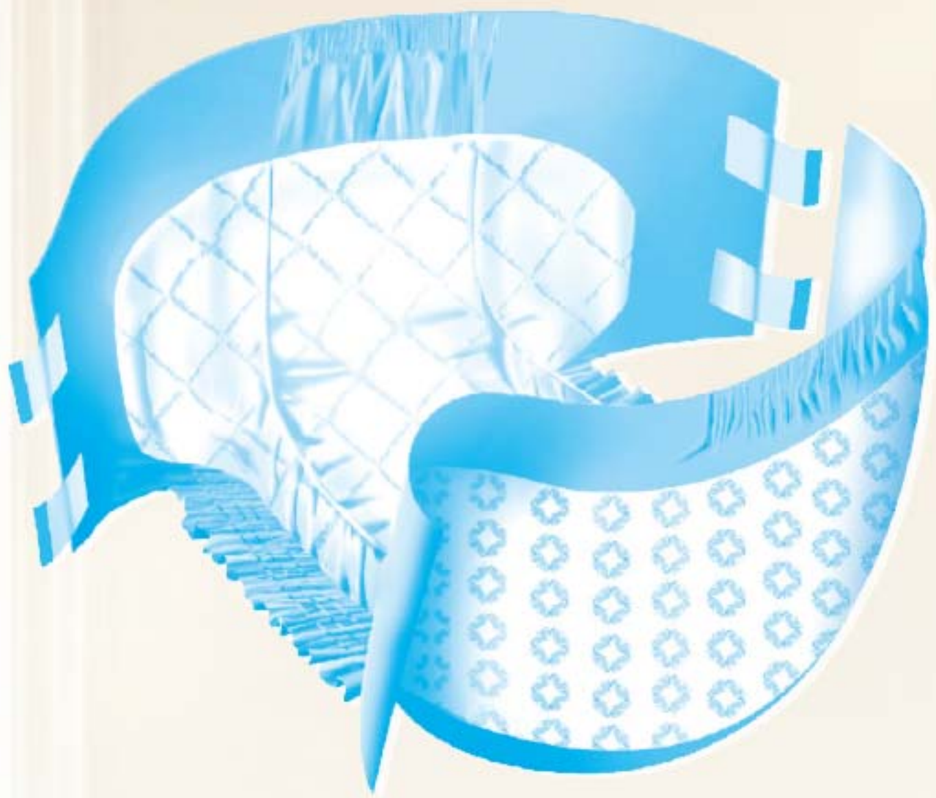
*上述精選產品，現已登陸卓思廊及復康速遞網上商店

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

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：_____

_____

_____

_____

_____

復康速遞　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

贈送試用裝

包大人親膚防漏紙尿片

憑此券於下列「卓思廊」復康用品專賣店及便利店，買任何DR.P包大人產品1包免費獲贈DR.P包大人親膚防漏紙尿片(試用裝)1包。

「卓思廊」復康用品專賣店:
- 將軍澳醫院・明愛醫院
- 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)

「卓思廊」便利店:
- 博愛醫院・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2020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。

贈券 coupon

購物優惠

Sanyrene活氧深層潤膚油20毫升

憑此券於下列「卓思廊」復康用品專賣店及便利店可以優惠價8折購買「Sanyrene活氧深層潤膚油20毫升」。限量100支。

「卓思廊」復康用品專賣店:
- 瑪麗醫院・屯門醫院・瑪嘉烈醫院
- 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)

「卓思廊」便利店:
- 博愛醫院・北區醫院



- 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2020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

日本吞樂美凝固粉100g罐裝

憑此券於下列「卓思廊」復康用品專賣店及便利店購買日本吞樂美凝固粉100g罐裝2罐，可獲贈日本Sanshin無障礙馬克杯(橙色)乙隻。

「卓思廊」復康用品專賣店:
- 廣華醫院
- 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)



- 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2020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

紫活絡及特強紫活絡

憑此券於下列「卓思廊」復康用品專賣店及便利店，購買紫活絡(45克)或特強紫活絡(90克)乙盒，可作$5使用。

「卓思廊」復康用品專賣店:
- 明愛醫院・將軍澳醫院・博愛醫院
- 屯門醫院・瑪麗醫院・瑪嘉烈醫院
- 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)

「卓思廊」便利店:
- 博愛醫院・律敦治醫院・北區醫院



- 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2020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

贈品

松鶴紙尿片試用裝

憑此券於下列「卓思廊」復康用品專賣店及便利店，可免費換領松鶴紙尿片試用裝乙包。

「卓思廊」復康用品專賣店:
- 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)

「卓思廊」便利店:
- 博愛醫院・北區醫院
- 大埔醫院・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2020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

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$199) 。

「卓思廊」復康用品專賣店:
- 明愛醫院
- 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)



- 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2020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。



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

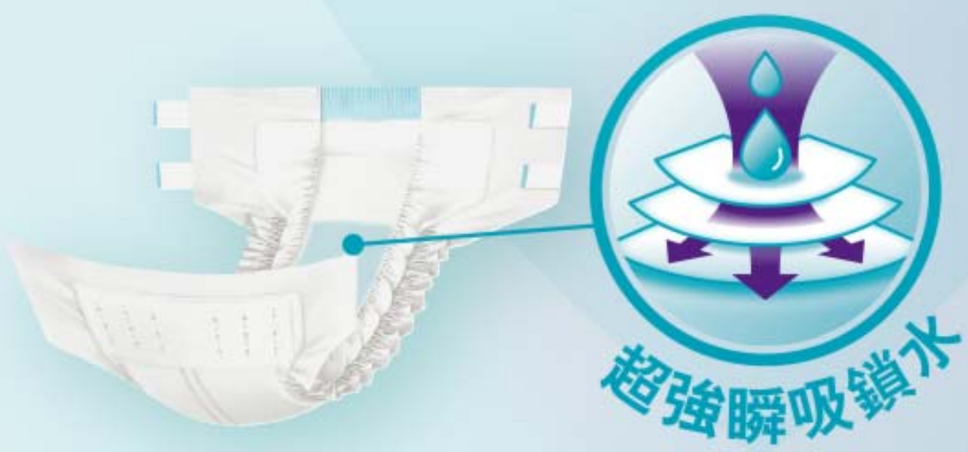
（適合多量型）

- 親膚綿面 呵護敏感部位

3大舒爽特點



貼身防漏不現形



超強瞬吸鎖水

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。

OMRON

歐姆龍 全家人的健康顧問

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

精準、可靠 信心保證

銷售突破2億台

share No.1 in 1 200million units sold *2

JPN600 高智能加壓電子血壓計

- 臂帶佩戴自檢
- 90次記憶
- 心律不齊檢測
- 血壓水平
- 誤動作提示
- 最近3次平均值

MADE IN JAPAN 日本製





HEM-7600T

智能無線藍牙技術



HEM-6232T

藍牙智能一體式手腕血壓計



NE-U100

網眼式霧化器



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。

All for Healthcare

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)

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　華豐 CDC　大埔

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　HealthPlus 健怡坊　真善美 JUSTMED　ask Super outlet　Culture Homes 文化村

CHEERS Gallery 卓思廊　Rehab Express 復康速遞　及各大藥房、藥行有售