

# Newsletter

St. Teresa's Hospital  
聖德肋撒醫院



## CONTENT

- Message from the Medical Superintendent P.1-2
- 新血管造影系統 Artis Icono Biplane P.3-4
- Exploring the Future of Healthcare: A Delegation Visit to Shanghai Smart Hospitals P.5-7
- 葵涌威信物流中心新變壓器房落成及祝聖儀式 P.8
- 物理錦囊 – 新冠肺炎康復後的運動治療方案 P.9-10
- 測光瀏覽匣 – X-ray and Ultrasound Department P.11
- 病理快訊 – Pathogens to Respiratory System P.12
- 藥訊新姿 – 新一代藥物「GLP-1受體促效劑」 P.13
- Hand Hygiene Day 2023 P.14
- 茶煲裡的智慧 – 長新冠與中醫藥 P.15-16
- 靈修物語 – 我的結婚周年禮物 P.17-18
- 入門聖事 – 新領洗者感想 P.19
- 四旬期避靜 P.20
- 芥子園 – 「行業走訪」 P.21-22



# Message from the Medical Superintendent



DR. CM WONG

Hong Kong is recovering from the COVID epidemic. We still have occasional patients down with COVID, but severe illness is rare, and most recover without any complications. Some patients feared coming to the hospital because of COVID returned in droves. With the reopening of schools and despite the voluntary wearing of masks, we are seeing a surge in pediatric cases, and we have difficulty meeting the demand. Like all other enterprises in Hong Kong, we are short staff, and several wards are closed, limiting our capacity for inpatient care.

However, we still accept patients referred from HA using our low-charge beds under the Lion Rock spirit.

Our hospital undergoes continuous quality improvement relentlessly. We took the slack during the pandemic to upgrade many of our facilities. Our current cardiac catheter laboratory was provisioned ten years ago. Recently, it was replaced by the latest biplane angiographic system from Siemens, (Artis Icono Biplane), which provides superb images with a lower radiation dose. Further information is provided elsewhere in this journal. The new Vivid E95 echocardiograph from GE provides outstanding 2D and 4D images. Its AI-based technology helped to reduce tedious tasks and improve work efficiency. The time taken to perform a routine echocardiogram is markedly reduced. Both our anesthetists and cardiologists welcome the mini 4D TEE during cardiac intervention.

Artificial intelligence is used extensively in all new medical equipment. An automatic digital hematology microscopy system (CellaVison) is now in service. Different types of white blood cells are identified by AI, which markedly reduces the time taken by our technician.

We cannot do away with our cell phones nowadays, and we have implemented Microsoft Teams software to facilitate our clinical practice.



# Message from the Medical Superintendent

Microsoft Teams software lets us send you real-time information to your phone and allows you to make urgent clinical decisions.

We have also introduced a mobile app called “STH Doctor” for all doctors with admission privileges. The app lists your current in- and out-patients and recently discharged patients for up to thirty days. Laboratory, radiology, endoscopy reports and discharge summary are available on all those patients. You can view your inpatient's latest investigations in your clinic and reduce your time during ward rounds. Fees statements could also be reviewed, including inpatient and outpatient doctor fees, fees from diagnostic units, and outstanding doctor fees for past six months. Those who would like to download the app can contact our Central Administration. As of July 2023, there are a total of 936 doctors registered on the doctor portal, with an average of 260 active users in the past six months.

There is another mobile app for our patients called “STHealth”. The purpose of this mobile app is to provide a convenient channel to our patients to access various hospital's service.

Currently there are four main functions, viz. OPD consultation queue, Pharmacy queue, My medications, and Drug Information. Our patients can receive real time queue information for OPD and Pharmacy queue status anytime and anywhere. An alert will pop up to remind once queue number entered is due.

What's more, they can utilize “My medications” and “Drug Information” functions to build up a personal mini drug library. By downloading the drug information database, our patients can obtain useful drug information and save it under “My Medications” for their own reference. The organization-wide-survey from ACHS is scheduled in November. After months of preparation, all of us are looking forward to this survey under the EQUIP 7 platform. We hope the ACHS surveyors will share the current best practices and enhance our services to our patients.



# 新血管造影系統 ARTIS icono biplane



邵逸夫心臟中心自1989年成立，為香港首間有“通波仔”手術的私家醫院。期間不斷擴展，自2004年引進了心臟電腦掃描後，不斷的提升服務質素和與時並進；在2023年2月，心臟中心的一號手術室引進了新的血管造影系統ARTIS icono biplane。這台造影系統由德國西門子醫療研發；令血管介入手術進入革命性的突破。

隨著微創手術的科技發展，通波仔手術的複雜性也隨之而增加。新的血管造影系統有嶄新和靈活的C型臂設計，能夠確保對患者的全面覆蓋，病人只需安躺在手術床上，醫護人員只要輕觸智能化的控制介面，便能簡易地控制C型臂操作，縮短手術的時間。



# 新血管造影系統 ARTIS icono biplane



Image by 2013 ARTIS zee biplane system of Patient Mr Cho.



Image by 2023 ARTIS icono biplane system of Patient Mr Cho.: 雜訊 (Noise)減少，影像更清晰。

除了通波仔手術之外，對周邊血管疾病治療方面，醫生亦能夠在手術過程中清楚觀察側支循環，配合靈活的C型臂，大大提升了對周邊血管疾病治療的成效，為需要接受介入性微創手術的周邊血管病變的病人帶來方便。此外，兩個C型臂的投照同時成像，顯影劑使用量亦因此而減少，保護患者的腎功能免受影響。

新的造影系統也配備了先進的軟件和技術，能幫助醫生處理更複雜的病例，使患者能夠得到最佳的治療效果。例如：能實時增強支架可視性的**ClearStent Live**；特低輻射劑量的綜合應用技術，不會受病人的**BMI**所影響，也保持低輻射劑量和卓越的影像質量；有助醫生作更精確的臨床診斷，同時亦能保護患者和醫護人員在手術過程中保持最低的輻射劑量，這些都是專為介入影像的而設計的。

胡淑怡姑娘  
心臟中心

August 2023

## Exploring the Future of Healthcare: A Delegation Visit to Shanghai Smart Hospitals



As the world slowly emerges from the COVID-19 pandemic, the healthcare sector has made significant advancements in information technology, especially in first-tier cities like Shanghai and Shenzhen. After a three-year hiatus, with the support of our managing director, Sr Timothee Chow, a visit to Shanghai was planned in May to catch up on the

latest developments in healthcare IT, focusing on smart hospitals, medical Internet of Things (IoT), telemedicine, AI technology, and data integration and analytics. The primary goal is to learn from these achievements and establish a strategic plan for our hospital digital transformation.

A delegation team, including members from St. Teresa's Hospital and St. Paul's Hospital, embarked on this journey. Upon arrival in Shanghai, the team visited the historic St. Ignatius Cathedral, 徐家匯聖依納爵主教座堂, a beautiful Neo-Gothic style church built between 1906 and 1910. We prayed in this sacred space setting the tone for our enlightening journey.



For the next two days, we visited three smart hospitals affiliated with Shanghai Jiao Tong University, 上海交通大學: Shanghai Sixth People's Hospital 上海市第六人民醫院, Shanghai Children's Medical Centre 上海市兒童醫院, and Ninth People's Hospital 上海交通大學醫學院附屬第九人民醫院. Each hospital showcased its unique approach to advanced healthcare technology and digital transformation.

## Exploring the Future of Healthcare: A Delegation Visit to Shanghai Smart Hospitals



Shanghai Sixth People's Hospital East 上海市第六人民医院 impressed us with its advanced infrastructure, including iBeacon, Bluetooth, UWB network, and 5G network. The hospital emphasized data standardization, integration, big data analysis, data visualization, and centralized hospital information management. We also observed a one-stop service kiosk for booking, registration, payment, discharge, and patient education. The hospital had implemented a Smart Service Scoring System (4S) developed by the National Health Commission of PRC to assess the level of digital health framework and transformation, and had achieved level 5 of 4S for asset management. Closed-loop medication management was another notable feature of the hospital.

Shanghai Children's Medical 上海市儿童医院 stood out for its closed-loop management and extensive use of handheld devices, transitioning to a paperless system within just four months. The hospital featured a nursing dashboard and delivery robots for enhanced efficiency. AI technology applications were used in



clinical and corporate settings, such as AI diagnosis triage for OPD service and AI radiology for automated X-ray reports. The integrated medical service model covered pre-diagnosis, during hospitalization, and post-discharge stages follow-up, and AI Chatbot NLP was used for customer service.

August 2023

## Exploring the Future of Healthcare: A Delegation Visit to Shanghai Smart Hospitals



上海交通大学  
医学院附属第  
九人民医院

• 戴星院長

Ninth People's Hospital 上海交通大學醫學院附屬第九人民醫院 showcased an AI-driven chatbot for consultation, hospital service inquiries, and specialty triage. Internet of Things (IoT) applications like logistics robots, vital sign data integration with HIS, and RFID for inventory management were also utilized.

Closed-loop management was implemented for patient identification, IV drip, and operation theatre Management. Digital panels with different sizes were

used for improved communication among different disciplines and patients. Patient risk monitoring was achieved through data integration and sharing. Paperless documentation and bed-side terminals for various services were also present. The hospital employed an online training app for mobile devices, IoT device and real-time data synchronization with the cloud, and an all-in-one kiosk service for admission, discharge, deposit, and payment. Nursing dashboard and handheld devices were used for daily operations and documentation, and patients had autonomy through patient portals for self-assessment during and after hospitalization. An AI diagnosis chatbot was also available for specialty triage and booking.

The knowledge gained from this trip will help us better understand how to build and leverage the advantages of digital transformation. The power of AI, IoT, data integration, and telemedicine, as demonstrated by these smart hospitals, will guide us as we work towards creating a more efficient and effective healthcare system for our patients & healthcare professionals. With a clear strategic plan in place, we can leverage these innovations to create a better healthcare experience.

Mr. Eric WONG  
General Manager





August 2023

## 葵涌威信物流中心(供洗衣房使用的) 新變壓器房落成及祝聖儀式



在2018年中，葵涌威信物流中心新洗衣房啟用後，因其大廈的供電量未能完全符合新洗衣房需要，需加裝新變壓器房，才能增加電量供洗衣房全面運作。

在2019年初，開始規劃及籌建新變壓器房，但遇上社會事件及疫情，令到此建築多番停擺。最後，新變壓器房終於在2023年(今年)6月完成，並提交給中電安裝儀器，和進行祝聖儀式。待中電提供電力後，供電量可提升六成，足夠洗衣房正常運作。

何偉文先生  
工程經理

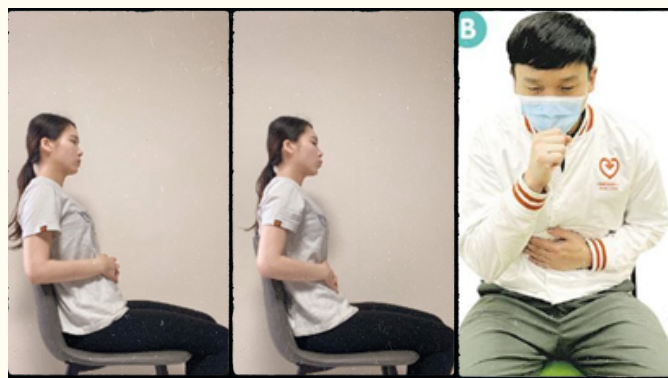
*Blessed!*

# 新冠肺炎康復後的運動治療方案

新冠病毒肆虐香港近三年，相信很多同事、家人、朋友等或已經感染痊癒，隨著市面慢慢復常，未感染者或未接種疫苗者亦遲早會被感染。雖然現在大多數患者的症狀輕微，但有關新冠肺炎的研究指出，即使是輕症的康復患者，他們仍會常常產生綜合勞累，有痰和慢性咳嗽，心肺功能明顯下降等的「長新冠」症狀。其實當康復患者再提升運動量時，也有機會感受到呼吸困難。再加上感染期間長期家居隔離，在缺少運動下，病者亦會出現肌肉流失，關節僵硬，心肺功能下降，甚至出現憂慮和抑鬱等心理症狀。而部份患者可能出現短暫的腦霧症狀，當中包括注意力渙散，記憶下降，遲鈍及倦怠等的認知功能障礙。為協助患者重拾健康，進行合適的復康運動，能有效改善以上症狀，並逐漸回復正常的身體功能。

## 第一階段，循環呼吸控制和咳嗽運動

當康復患者健康情況穩定後，康復患者可於首兩星期，進行循環呼吸控制和咳嗽等肺部復康運動，這些運動能有助新冠肺炎康復患者清除肺部和氣管痰涎，舒緩呼吸受阻，而且針對呼吸肌肉的控制運動可幫助肺部擴張，改善肺部功能，加強呼吸系統健康。



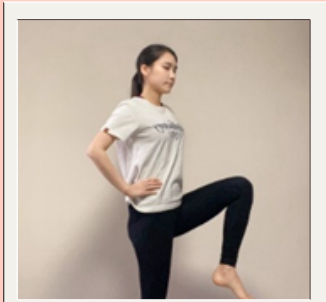
循環呼吸控制，放鬆呼吸：

- 1.以雙手放於胸腔下方，放鬆腹部和肩膊
- 2.用鼻子慢慢吸氣，深吸直至胸部和腹部擴張，閉氣3秒，再從口慢慢呼氣，重複3次
- 3.收緊腹部，盡量深呼吸，然後張大嘴巴，快速用力咳嗽，如氣管內有痰涎，可透過咳嗽將其排出

## 第二階段，帶氧運動與強化肌肉訓練

帶氧運動是借助身體大肌肉的活動，從而強化心肺功能，增強耐力。如康復者能夠在7天來連續步行約30分鐘，期間沒有感到吃力，可逐漸加入帶氧運動和強化肌肉訓練，例如慢跑、踏單車和舉啞鈴等運動，以加強心肺功能，避免肌肉流失。按個人體能而定，康復者可每5分鐘稍作休息，視乎身體狀況在家訓練。

# 新冠肺炎康復後的運動治療方案



A. 高抬腿運動步驟

1. 站立而雙腳與肩同寬，如需要可扶着一張固定的椅子
2. 抬高一邊膝蓋至腰部。然後放回地上。然後再做另一邊
3. 雙腳交替並重複，保持正常呼吸，如感輕鬆，可慢慢加快速度



B. 強化肌肉：  
曲膝橋式



1. 膝蓋彎曲，腳掌平放於地上
2. 手臂放在身體旁，手掌朝下
3. 收緊臀部肌肉，使臀部升離地面，並收緊腹肌
4. 在最高位置保持數秒，然後慢慢放鬆，回到開始時之位置

## 第三階段：不同球類運動

如康復者能連續7天做到30分鐘第二階段運動，並且運動後1小時疲倦狀態能得到恢復的話，便可逐步進行更複雜的運動，例如不同的球類運動。無論作何種運動前，應先以動態伸展運動作熱身，以減低受傷風險。運動時要保持呼吸暢順，如遇上任何氣促情況，可以循環呼吸法來舒緩，若有任何疑難或問題，應諮詢物理治療師。

COVID康復後的運動對舒緩「長新冠」非常重要，為能安全並有效地執行適當的治療方案，世界物理治療協會(World Confederation of Physiotherapy)曾作出以下建議：

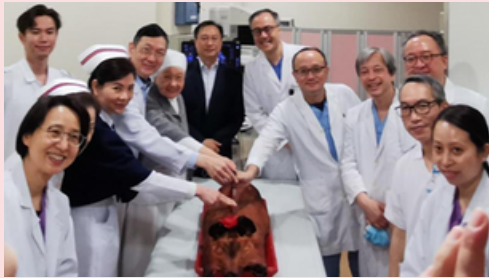
1. 留意運動中及運動後的疲倦狀態，選擇合適的運動量，過大的運動量可令疲倦惡化
2. 如出現任何異常狀況，如呼吸困難、頭暈、心口痛、心悸等症狀，應停止運動，如情況持續，須立刻求醫
3. 常留意是否有氣促，如靜止時之血氧水平低於96%，或運動時的血氧水平較休息靜止時跌多過3%，都應暫停運動
4. 運動前後可量度血壓和心跳等維生指數，如發現指數會因姿勢或動作而受影響，如站立或坐下時血壓有很大的偏差，運動時便要加倍小心並持續監察

鍾恩亮先生  
復康中心物理治療主任

August 2023

# X-ray and Ultrasound Department

We are glad to announce that there are six new ultrasound machines and one new densitometry machine running in our department since January 2023.



An opening ceremony was held on 10 February 2023, special thanks to Sister Chow, Dr. Wong Chi Ming, Dr. Cheng Pui Wai, Ms. Florence Chiu (CNO) and all the senior nursing officers to join the opening.

Both the new ultrasound (US) and densitometry (DEXA) machines are the most advanced model.

The new US machines, GE LOGIQ E10s, helps users to improve the speed and precision of diagnosis, care and treatment in many areas of application.

These include abdominal imaging, interventional, management of liver disease, breast, small parts and musculoskeletal imaging, gynecology and obstetrics, pediatric and cardiovascular studies.



The new DEXA machine, GE Prodigy, provides accurate bone mineral density (BMD) and other body composition analyses. Its advanced features make scanning process flow with ease. It is also employing updated patient data for accurate analyses so as to provide good patient's management.

It is located in a spacious examination room, provide comfortable environment to the patient. It is a big improvement in our department to install these new machines to provide high quality of images to the patient in the year of 2023.



Ms. CHIU Mei Fong Elica  
Radiographer IC



# Pathogens to Respiratory System

The similar symptoms of infectious diseases causing physician go through a lot of guesswork for choosing the right pathogen to test. Traditional infectious disease diagnostics leave many infections undiagnosed, leading to downstream testing and procedures, compromised care, and patient dissatisfaction. Both of our two test systems, BioFire Torch and Cepheid GeneXpert, execute nucleic acid amplification test (NAAT) and offer fast, accurate and comprehensive results.



The BioFire Torch is the latest advancement in molecular infectious disease diagnostics. One of the PCR panel - BioFire Upper respiratory viral panel (RP 2.1 Plus Panel) provides qualitative detection and differentiation of around 20 respiratory pathogens from nasopharyngeal (NP) swabs. Assay targets include influenza A (including subtypes H1, H3, and H1-2009), influenza B, and respiratory syncytial virus (RSV), among other viruses (Parainfluenza virus, Human Rhinovirus, Coronavirus) and bacteria (*Mycoplasma pneumoniae*). On the other hand, Cepheid GeneXpert can only provide detection and differentiation of influenza A, influenza B and RSV but without the subtypes information.

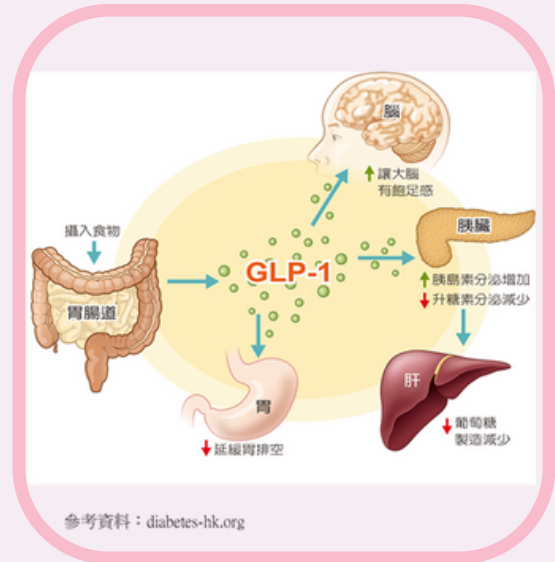
Both systems offer high sensitivity and specificity results, which provide options for doctors and patients for diagnosing respiratory diseases. As healthcare providers, we should allocate and balance the use of these assays to optimize patient care and overall processes within the hospital and laboratory. Targeted testing for influenza and RSV (Flu A/B and RSV RNA) might be most appropriate for outpatients in certain clinical situations and during the peak of the influenza season, whereas more extensive panel testing (Upper respiratory PCR panel) might be better suited for sicker patients and / or during a time of decreased influenza prevalence.

Ms. Carol Cheung Lee Ki  
Associate Medical Technologist

# 新一代藥物「GLP-1受體促效劑」

新一代藥物「GLP-1類似物」，或稱「GLP-1受體促效劑」(GLP-1 Receptor Agonist)，近年為治療二型糖尿病帶來顯著突破。

「GLP-1類似物」仿造人體腸道內分泌的荷爾蒙「腸促胰島素」(GLP-1)。正常腸道在餐後便會分泌出「腸促胰島素」(GLP-1)，用作促進胰島素 (insulin) 分泌，抑制體內的升糖素 (glucagon) 以減少製造肝糖，還有減慢胃部的排空速度和腸道蠕動，食物經緩慢分解後才吸收，避免大量葡萄糖一下子釋放令血糖急升，這些一連串作用也讓腦部收到信息，產生飽肚感而降低食慾。



如此一來，「GLP-1類似物」有助減少攝取熱量，用於肥胖的病人時更有明顯的減輕體重效果，因此當中有個別藥物獲准用於控制體重，不論病人有否二型糖尿病。

「GLP-1類似物」能兼備降血糖和減體重，不但如此，近年多項大型研究證實，用於治療二型糖尿病時，「GLP-1類似物」減少了併發心血管疾病（譬如心肌梗塞、中風）及其死亡的風險，亦有延緩「糖尿腎」引起的蛋白尿和腎衰竭情況。

常見副作用方面，部分人會出現短暫的作嘔作悶、飽滯感、反胃、腹瀉等腸胃不適，幾星期後徵狀會慢慢消退。罕見副作用包括急性胰臟炎、甲狀腺腫瘤。「GLP-1類似物」一般不會出現低血糖情況。嚴重腎功能不足的病人不適合使用。要注意的是，「GLP-1類似物」不適合用於一型糖尿病。

現時常用的有以下針劑，每週皮下注射一次，起始時由低劑量開始，按反應逐步調高以減少腸胃不適的副作用。

- BYDUREON BCISE (EXENATIDE) AUTOINJECTOR 2MG
- OZEMPIC (SEMAGLUTIDE) PRE-FILLED PEN 0.25MG/DOSE
- TRULICITY (DULAGLUTIDE) PRE-FILLED PEN 0.75MG/0.5ML
- TRULICITY (DULAGLUTIDE) PRE-FILLED PEN 1.5MG/0.5ML

「GLP-1類似物」的藥效能為病人帶來多方面的好處，但皮下注射藥物令一些病人卻步，而且藥物昂貴也限制了它的廣泛使用。

# Hand Hygiene Day 2023



聖德肋撒醫院  
2023  
手部衛生推廣日

洗手七步 你我要識  
Remember To Clean Your Hands, In 7 Steps We Can.

日期: 2023年5月25日 (星期四)  
時間: 11:30 - 14:00  
地點: 正座九樓大堂  
內容: 手部衛生測試  
小禮物派送

請踴躍支持



# 長新冠與中醫藥



終於熬過了反反覆復的三年疫情，不管受影響有幾輕？幾重？至少大多數人都經歷了新冠，不禁讓我們感悟到，原來歲月靜好只是人們的美好願望，世事無常才是真正的日常。人在大自然面前是微不足道的，肉眼看不到的病毒，卻讓我們的生活發生天翻地覆，也讓我們明白了，千好、萬好，不如身體好！

近半年來，仍有不少新冠患者此起彼伏，甚至二陽的也屢見不鮮，更有甚者，轉陰後身體倍感疲倦，記憶力降低……。這時候人們把更多的注意力轉向新冠後遺症狀，或稱「長新冠」。根據香港中文大學醫學院的研究報導，76%的新冠患者在康復後6個月內仍可能會出現至少一種症狀，當中最常見的包括疲倦（31%），記憶力差（28%）、脫髮（21%）、焦慮（21%）和睡眠障礙（21%）等。2023年5月25日紐約大學格羅斯曼醫學院教授Leora Horwitz在《美國醫學會雜誌》（JAMA）發表了一項關於“新冠後遺症”的大型研究，研究發現了12種“長新冠”症狀，這些最突出的症狀包括嗅覺和味覺喪失、勞累後不適、慢性咳嗽、“腦霧”現象、口渴、心悸、胸痛、疲倦、性慾改變、頭暈、胃腸道問題、異常的動作和脫髮，並提到值得關注的是，接種疫苗的人發展為“長新冠”的可能性都較未接種疫苗的人更小。

中醫提倡“正氣存內，邪不可干”和“上工治未病”等主張，加上近年來中醫藥參與抗疫的事實說明了自身體質的優劣對於防治病情和疾病的轉歸等方面意義深遠。對於“長新冠”的中醫治療，一般會根據患者的體質辨證，給予個人化的對應藥物，以達到最理想、合適的治療效果。



# 長新冠與中醫藥

臨床常見“長新冠”的表現有：

1.咳嗽、氣促、疲倦、咽乾：治療宜益氣滋陰、生津潤肺為主，可選用蜜炙枇杷葉、南沙參，玉竹、麥冬，龍脷葉、羅漢果等中藥潤肺止咳，日常湯水可吃些銀耳蓮子湯、冰糖燉雪梨來幫助改善。生活勿太過疲勞，不要熬夜；飲食清淡，忌吃麻辣和過鹹食物，少吃油炸類。



2.腹痛、腹瀉、食慾不振甚至有味覺變化著：中醫認為此屬於脾胃氣虛，嶺南地區常伴隨濕邪困脾。可用芳香化濁的中藥如藿香、佩蘭、蒼朮、砂仁等來化濕醒脾，配伍一些黨參、茯苓、淮山、陳皮等健脾和中。食物方面需避開煎炸物、辣味、重鹹，以免增加腸胃負擔。薑茶，或清補涼等煲湯，也能幫助恢復食慾，提升消化道運作效能。

3.注意力不集中、記憶差、甚至出現焦慮、失眠者：有學者認為此類型為肝鬱氣滯型，時常有咽部異物感或梗咽等症狀；中醫常用逍遙散、柴胡加龍骨牡蠣湯等方劑加減治療屢試屢爽。食療則建議用素馨花、玫瑰花、綠萼梅、陳皮、佛手等泡茶飲。



長新冠” ---保健藥膳推薦：

## 1.健脾益氣祛濕湯

太子參20克、炒扁豆20克、茯苓20克、生薏米15克、炒薏米10克、百合15克、淮山藥15克、陳皮1個、蜜棗2粒、無花果2粒、豬瘦肉半斤、紅蘿蔔1個、粟米1個，北杏12克、龍皇杏（南杏）15克。 -----適合預防各型新冠患者，或新冠痊癒後，仍有疲倦乏力，少氣喘氣、輕微咳嗽等症狀。

## 2. 枇杷清熱潤肺湯

枇杷葉20克、龍脷葉10克、北杏12克、龍皇杏（南杏）15克、羅漢果1個、陳皮1個。加入適當熱水煲飲。 -----清熱潤肺，化痰止咳，潤腸通便。適合新冠感染有肺熱咳嗽，痰多便秘者。

總之，“正氣存內，邪不可幹；邪之所湊，其氣必虛”，只有強化體質，提高免疫力，才能接受來自各種不可預知的挑戰，唯有健康才是對家人最好的回報。

姚飛龍醫師  
中醫部主管

# 我的結婚周年禮物



婚姻是愛的盟約，就如天主召叫所有人成為教會肢體。【天主聖三】是一份完整的愛——聖父愛聖子、聖子愛聖父，並派遣聖神與基督徒一起生活，基督徒家庭就是教會，而婚姻生活是見證天主的愛——透過信德和天主恩寵，夫婦竭力守護婚姻，家庭成員各司其職，是天主愛的見證，不就是告訴我們作為妻子、丈夫的，為對方、為家庭付出的唯一幸福方程式，就是無條件地去【愛】嗎？

「願主耶穌基督的恩寵，和天主的愛情，  
以及聖神的相通與你們眾人相偕。」(格後13:13)

這是聖保祿宗徒祝福格林多教友的話，也是對我們渡婚姻生活的教友的祝福。

多年前曾聽過一婦人說結婚三十年，從未與丈夫爭吵半句，可能嗎？今天再反思她這番話，可以看到她兩夫婦互相包容，把一切衝突化為生活的一部份，就像每次感恩祭奉獻餅酒一樣地理所當然，故能處之泰然。許冠文亦曾說過，婚姻長久秘訣在「估聲吞咗佢，吞吓吞吓就會過到幾十年，到老個頭近，都無氣力計咁多，咁咪可以白頭到老囉！」。我妹妹夫婦初戀十幾年才結婚，婚前妹妹多次吵鬧分手，每次都冷戰兩三個月，沒人能幫上忙，都是妹夫用盡辦法再重新追求她，婚後廿七年，二人感情比拍拖時更好，因為雙方的心都為對方開放，明白「二人成一體」(創2:24)，凡事講清楚，不隱瞞，一切以對方感受和自己的小家庭行先。一位天主教終身執事多年前慶祝結婚金婚感恩祭，當執事分享夫婦如何牽手五十年時，太太就溫柔嫺靜地守在分享中的丈夫身旁。看到她對丈夫的信賴，堪作現今新女性借鏡，而執事的大丈夫氣概和責任感，有如定海神針，使「家」安坐大海漁船上，更是丈夫輩們的模範。記得執事當日說：「看到今天社會上離婚率，心裏很不舒服，驅使我要行出來為年青一代的婚姻做點工作，故舉行結婚五十周年感恩祭，希望可以做到啲嘢！」，他的確為後輩作了婚姻楷模。

# 我的結婚周年禮物



我婚後的二人世界，過得簡單甜蜜。然而人總是欣賞別人優點比包容缺點容易得多，當兒女相繼出生後，因教養子女方式和各自價值觀的不同，加上雙方家人的介入，夫婦磨擦漸多，當耐性磨滅時，就認知不斷的「忍」並沒有解決當中矛盾。在美國911事件後，我覺醒生命短暫，更思考人為何生世上？於是在丈夫於外地工作的一段時間中，就帶著兩名年幼子女跑去天主教堂參與彌撒，希望找到力量。當時我尚未領洗，但在彌撒中明白到，原來人生世上是因為天主愛我們，愛到賜下祂的獨生子，為我們在十字架上死，家庭的愛亦需要這樣的愛。天主按照祂的肖像創造我們人類，除了遺傳因子，我們原生家庭的影響和各自生活經歷，也是淘成我們性格的重要元素。婚姻生活必需是夫婦雙方學會站在對方位置，不斷放下自我，手牽手互擋風雨、互勵互勉，無條件付出最大的愛去包容對方一切缺點。這使我渴望領洗，希望靠著天主的恩寵，在生活中不斷學習如何去愛。由學習道理至領洗超過二十年的今天，是天父從深淵中把我拉出來，使我從迷失中醒悟。聖父願意祂獨生子為愛我而在十字架上犧牲，聖神會陪伴我終身，我只要全心信賴主耶穌，以祂尊貴的體血養育我的靈魂，「應常歡樂，不斷祈禱，事事感謝」(得前5:16-18)！我只以信德愉快地踏上皈依基督之旅，便能有力量去面對生活中一切困難！

領洗後，每年我都會在結婚周年紀念日為自己家庭奉獻彌撒，感恩天父眷顧，在彌撒中從神父聖潔的手中領受【耶穌聖體聖血】，供品就是家庭日常中的歡欣痛苦及成敗，深深感激透過在十字架上捨身救贖我的主耶穌，然後靜靜陪在聖體前半天，感激主耶穌做我家庭的君王，感謝【耶穌聖體聖血】成為滋潤我婚姻路上的養料，而這恩寵就是我的結婚周年禮物。

願上主降福本院所有職員和他們的家庭，並賜力量給困難中的家庭成員，好能互相扶持，締造幸福，生活美滿。亞孟。

何鑾英姊妹  
牧靈部

# 入門聖事 - 新領洗者感想



從前的復活節只是一個假期，而今年復活節卻成為我領受洗禮大恩的日子。這天我感受重生，讓我看待這世界的一切都變得不一樣。經過洗禮，洗滌去我過往一切的誤解和迷茫，透過傅油和神父的覆手，我得到祝福。當領受耶穌基督的聖體聖血時，我甚至哭得停不下來，這一份感動，我知道是聖神所賜予我的。

感謝一路上有阮修女的教導，她為我們生動講解主的道理；感謝Suki的陪伴，在慕道旅程中，我們一起得到這大大的恩寵；也感謝Venus做了我的代母，提點我信仰上的種種；最後感謝醫院提供慕道靈修的課堂，讓輪班工作的我們也能學到聖經上的真理。祈求上主保佑以上各人都平安喜樂，亞孟。

許穎然 Audrey

透過慕道班我可以認識天主，知道更多祂的愛。經過一年半多慕道班的生活，感覺到自己一天一天的在改變。衷心感謝阮修女及各位神父的悉心教導，讓我能了解教會的禮儀、如何虔誠的祈禱，並在聖神帶領下，能勇敢面對各種困難。盼望在慕道班結束後，我可以繼續裝備自己。

2023年的復活節對我而言，是一個極具重大意義的日子，因為這是我領洗的大日子，同時亦領受堅振及聖體聖事。在過程中，心情既緊張又興奮，但當神父把聖水傾注在我頭上的一刻，我內心變得十分平靜。此刻我終於成為天主的子女，感受到聖神降臨在我身上，這一刻我與主同在。回顧在未領洗前，參與彌撒時總覺得自己像個門外漢，到領洗當日起，我就感覺耶穌的召喚，就像回家一樣，心裏充滿被愛的感恩。

何苑德 Rosalie



# 四旬期避靜

每天都是營營役役，感謝醫院於二零二三年三月十三日為同事們安排了四旬期的靈修活動。當天陳永超副主教用「呼吸」去感知我們的身體，從而帮助大家領悟到《大學》所講的「定靜安慮得」，當身心方向穩定後，心情的起伏就可以沉靜下來，沉靜之後就可以漸趨穩定，穩定之後就會進行思考，最後得到自己想要的答案，就是聆聽到天主的聲音。

我們需要空間和時間單獨在寧靜中面對自己，才能了解自己，並醒覺自己一些慣性行為與思想的背後有什麼原因來限制了自己。然後我們才知道什麼阻礙了我們與天主的相遇，這種醒悟也是追尋天主重要的一步。

午飯後陳副主教也分享了聖若望福音四章中的段落，那個撒瑪黎雅婦人被與主相遇感動了，她向耶穌提出了很多問題。其實我們也有很多問題要問，但我們是否有勇氣去問耶穌！

四旬期是審視自己、了解我們最真實的屬靈需要，並在祈禱中求主幫助的好時機。現在大家願意打開心扉，讓天主進入我們的「空處」，整理我們的生命嗎？要知道，有主居心中的人生，是何等的快樂和平安！

吳雅茵姑娘  
兒科部



# 「行業走訪」活動



為吸引年青人投身護理行業，本校去年為多間中學的學生，舉辦了多場「行業走訪」活動，使年青人更明白護士的工作。

「行業走訪」是由本護士學校為中學生安排的半天工作坊，內容包括：入讀護士的資格，課程內容，護士的職責，晉升階梯等等。當中，中學生可以透過講座，明白護士學校的特色，醫院的設施及宿舍的環境。同學們更可以到護理實習室參觀及學習一些護理技術，例如量血壓及洗傷口。

本校的護士學生在這活動中擔當了重要的角色－「小老師」。他們為這些中學生示範一些在課堂中所學到的護理技巧，例如正確地穿着保護衣，以無菌技術洗傷口及分享在實習時的心得。

以下是活動後護士學生們感想：

「在是次的交流過程中也讓我獲益良多，在解說不同的護理技巧時，除了能溫故知新外，也能提升自己在溝通上的能力，在分享自己的個人感受時，也燃起當初投身護理行業的信念。希望各位同學能夠透過是次活動加深投入護理行業的興趣，並能成為白衣天使，以生命影響生命，回饋社會。」(周同學)

「中學生們會對畢業後未知的前路感到迷惘及恐懼，透過與學生分享自己去年的經歷及決定，可以幫他們努力尋找目標，我感到興奮不已。」(蕭同學)

透過這些活動，護士學生也能經歷教學相長。他們真摯的分享，為這班中學生選擇投身護理行業，奠下重要的基礎。





# 「行業走訪」活動



刁美霞  
副校長 (培訓及發展)



St. Teresa's Hospital  
聖德肋撒醫院

聖德肋撒醫院 — 院訊編輯小組  
顧問：周志潔修女  
成員：黃騏，吳趙鳴心，梁延瑋

內容如非得院方批准，不可轉載

