

紅絲帶

Red Ribbon

綜合治療中心刊物

專車
Change

變

專題

- 「阿甘」正傳
- 不避風雨，豁達人生
- 白衣天使

藥物新知

- 雞尾酒治療法

No.11 May 2002 www.aids.gov.hk



非賣品



每當編輯小組聚首一堂時總會彼此問候，關心大家一番，每次大家也發覺大家都在面對着很多轉變。

有說「變幻原是永恆」，的確，世界不斷在轉變，而轉變本身已經是一件永恆不變的事實，世界的生生不息轉變也見證着社會的進步，可是「轉變」卻為我們帶來不同的壓力。要適應社會的永恆轉變，似乎我們必須要懂得如何去面對這些壓力。

雖然要面對身體健康上，家庭關係，社交生活，甚至工作上的轉變，愛滋病患者卻付出了很大的勇氣和信心去衝破這些壓力。在過去了的「世界愛滋病日」裏，我看見愛滋病患者團結在一起唱歌，看見他們手牽手分享感受，看見他們彼此拭去淚水，我看見他們的轉變。他們既以轉變適應轉變，我看着看着，深信別人對愛滋病患者的態度也會以轉變來回應。

今期「紅絲帶」除了走訪了病患者和照顧者的轉變外，醫生信箱亦會為大家講解「核苷逆轉錄酶抑制劑」；當然還有你們喜愛的「子驚媽咪寄出的信」，還有……很多。為了讓「紅絲帶」在轉變中更精彩，讀者們，請繼續支持我們，多給我們意見吧！

出版：

衛生署特別預防計劃
綜合治療中心

編輯：

紅絲帶刊物工作小組

聯絡人：

陳倩儀姑娘、李芷茵姑娘

聯絡及通訊處：

九龍灣
綜合治療中心

衛生署紅絲帶中心

九龍灣啟仁街9號九龍灣健康中心8樓
電話：(852)2116 2878 傳真：(852)2117 0809
電郵：redribbon@health.gcn.gov.hk

九龍聯合道東200號橫頭磡賽馬會診所2樓
電話：(852)2304 6268 傳真：(852)2338 0534
電郵：rrc@health.gcn.gov.hk



「阿甘」正傳

光



編輯小組決定今期「紅絲帶」的專題為「轉變」的時候，我的心在想：一個患有頑疾的病人，他的生命可以有甚麼轉變呢？我就是抱着這疑惑的態度四出走訪，終於給我遇上「阿甘」。

阿甘染上愛滋病毒已經有十三年的時間，阿甘說這十多年來，他所經歷的，包括身體狀況與思想狀態都隨着時間沒休止地轉變。阿甘說在他得知染病後，他由一個無憂無慮的人變成終日惶恐不安的人，他看不見自己的前路，抬頭看見的，就只有一條「死路」，阿甘記得當時受感染的愛滋病患者數目很少，加上沒有太多種類的藥物可以抑制病毒，而自己的CD4也只有幾十粒，阿甘單是在頭一年裏，進出醫院十數次。數度在生死邊緣徘徊還未算，阿甘還要想盡辦法不被家人知道病情，因為實在估計不到家人是否接受自己，阿甘想：「或許我的生命，甚至人生也到了盡頭！」他也常在問「為何偏偏選中我？」

有說：「絕處逢生」，果然阿甘在絕望的幾年裡，等到了「抗愛滋病毒藥物」，也因着醫療的新發展撫醒阿甘對生命的期盼，他開始服食他所謂的「仙丹」，雖然他說從未見過又大又臭又難吞的仙丹，可是他卻一顆一顆地往肚子裡送。阿甘笑說：「仙丹好有效，食完無耐就要上廁幾次！」雖然藥物的副作用把他折磨得要命，但阿甘還是說：「它給我看到曙光！」

在身體上，阿甘總算能適應他的「雞尾酒仙丹」，可是心靈上，阿甘依然不能豁出去，他每次想向身邊至親的人透露自己的病情時，嘴唇就像有甚麼給膠着的，雖然外表上他和普通人沒兩樣，但心裡總怕別人歧視的眼光，「怎麼辦呢？」阿甘想：「我總不可能一輩子活在蝸牛殼裏！」於是他努力嘗試尋找他的出路，亦開始參加一些自己人活動。「我終於可以口若懸河地講我的心中話了！」阿甘說病友之間都在同一命運中，大家有着共同的語言，雖然生命力不同，但起碼大家可以互相激勵，同行生命這段艱難的道路。

後記："生命原來不是用來尋找答案，也不是用來解決問題，而是用來愉快地活"。在阿甘的例子中，我看到了這句話的真正涵意。



不避

風雨， 豁達人生

韶光荏苒，轉眼一年又臨近尾聲，今年身體尚算平穩，回想過去一年，真的心有餘悸，住院次數頻密，經過無數次大小的檢查，所受之痛苦，實不足為外人道，尤其是照大腸鏡一役，我那瘦骨嶙峋的身形，躺在那冰硬的不銹鋼板床上，給醫生推來推去，簡直筋疲力盡，痛過死去活來，手術房也進了兩次，對於那次的手術，開膛破腹，情緒不能抑遏過，睡在病榻上的我，光是支起身子離床下地本屬輕易平常，但對手術後的病者來說，原來極度痛苦，因顧及未復元的傷口，得分段進行，且肌肉不聽話，不用力起不了身，用力過度，會扭痛了腰，用力錯誤驚地驚魂一痛受不了，往往耗盡全身力氣和意志，花了數分鐘慢慢……才完成，但也痛不欲生，有時躺著酸痛，坐著難受，落床試走幾步，但步履蹣跚，一愣一楞的更是支撐不住，沒一處舒坦。有次氣管炎兩度入院，呼吸困難，氣若游絲，萎軟不頓，身心衰竭，插滿喉管，形若枯槁，心若死灰，耗盡一切，不知有啥直得活下去的憑藉，經過一次又一次的折騰，真怕熬不住。失意疲累時一臉憔悴，不知有多難看。情緒跌到谷底時又會想，路途還是那麼遠彷彿眼前的路沒有盡頭，苟活延命真怕一厥不振，消失殆盡，受盡病魔折磨，度日猶艱，心情自是惡劣，但我絕不輕言放棄，有著這樣頑強的驚人生命力，才可以這樣年年月月的忍受著和抗衡的毅力，而我的身體略為迂迴，匪夷所思，雖然看不出端倪，但能熬過去，一切都逐漸好轉，人生無數次的開高與走低，漲跌與反彈，像我這般時來運轉，您我都有機會。身體穩定，生活踏實，空餘時參與愛滋病基金會當義工，接聽護助熱線，也參與一些小組分享活動，彼此分享喜與樂，我更在特別內科門診幫忙做義工和到病房探望病友，也參與愛滋病患者照顧及福利專責小組，在這裡我學到措置裕如，從容不迫，亦悟出一個道理，在體力疲累時候需要休息，在神經緊張的時需要鬆馳，讓美由內心的祥和和喜悅往外發散，更加雋永！在這裡我希望各位像我一樣活得開心！活得豁達！

昌

白衣天使

我是一名愛滋病帶菌者，到醫療中心覆診時，經常會與醫護人員接觸，她們向我們提供協助和服務。究竟在她們內心中，我們這類病人是怎樣呢？

在一次難得的機會裏，我到訪九龍灣綜合治療中心，訪問了幾位護士，與她們傾談了個多小時，使我了解到她們的工作及意義。從整個閑談過程中，得悉她們除了日常照顧病人的工作外，還要擔當其他醫療以外的任務，如接聽熱線電話，向受到此病困擾的人們提供輔導，從旁扶助有需要的人等。在教育方面，她們亦要負責製作宣傳刊物、舉辦講座及一些有關的文書工作等。

踏入2002年，香港市民接受愛滋病患者的程度比以前進步了，此實有賴這群默默耕耘的白衣天使。而她們都是以一顆平常心去處理我們的個案，亦將我們視作普通病人般看待。其實這是非常重要的，因為愛滋病給我們莫大的創傷，就是剝奪我們的尊嚴，傷害我們的感受。要治療此病，首要的是在社會教育工作下功夫，提高社會人士對病患者的了解及接納。我有一個願望：有一天，我可向任何人表示我是一個愛滋病患者，因為社會上已有足夠的力量訴說給每一個人知道，歧視已不再存在。

鄭

提起醫院或診所，很自然便會聯想到醫生和護士。其實此外有一些工作人員，為病者提供清潔的護理環境，她們就是我們常稱的「阿姐」或「孖孖」了。

今次再同紅絲帶季刊做記者，我找來一位在九龍灣綜合治療中心工作的「儀姐」傾偈。原來儀姐在衛生署工作已經十年了，在婦產科工作的她，當初得知將被調派往九龍灣診所時，第一個反應是：「吓，愛滋病？」由於儀姐當時對愛滋病的認識不多，所以對愛滋病患者產生了一種莫名的恐懼，也害怕自己會受到傳染。

但是儀姐在九龍灣診所正式工作後，她的疑問也因着她對愛滋病及病患者的認識和了解得到解答：知識上，診所護士教她認識愛滋病，使她知道愛滋病是不會從日常接觸傳染的，加上她看見醫生和護士即使與病人近距離接觸，也不曾發生過任何受感染的事情，她的憂慮便減少了。在實際經驗上，儀姐每天都會接觸很多到診的病人，發覺他們在外表上跟其他一般病人分別不，有些只不過是帶菌者，健康沒有特別的毛病。即使有些健康出現問題的病人，也只是在起初的時間面帶病容，但在他們服了藥一段時間後，儀姐眼見他們的健康漸漸改善，「行得、走得、又食得」，根本沒有什麼可怕的地方。

現時儀姐已經認識了很多病人，有些病者回到診所後，會跟她們打招呼，什至閒話家常，大家很熟絡似的。儀姐說她從不主動跟病者談及她們的病況，相反，她盡量令病者感到舒服及自然，畢竟「睇醫生」是一件很普通不過的事情罷了。現在每逢有人與儀姐提及「愛滋病」這三個字，儀姐便會語帶輕鬆地說：「哦！愛滋病之嘛，我識！」然後便會展開連番愛滋病「教育」工作呢！

最後儀姐想藉此機會在此鼓勵一些對自己健康失去信心的病者，叫他們不要害怕，今天雖然沒有藥物可根治愛滋病，但已有藥物可以控制病情，相信將來會有更佳的醫藥發明，能進一步改善病者的身心健康。

Tony

為甚麼

我可以放膽告訴你 我是誰

在去年的三月份，我獲得浸會大學的邀請，與一班社工學生分享患病的經驗，對我來講，那次分享是一個大的挑戰，因為我很少向陌生人披露患病的身份。不知是否參加了樂生社令我壯膽起來，又或者我已完全接納了我是病患者的身份，於是我欣然接納是次邀請，想不到我也可以到大學教書，而且學生的反應是十分支持，令我覺得很高興。他/她們對愛滋病患者的生活及面對的困難是沒有什麼認識的，而我亦一一回答他/她們的問題。經過這次分享，我一直領悟到若要別人明白自己的處境，便先要開放自己，透過溝通，增進彼此了解。使別人給予我們更多指引和意見。

回顧自己患病的當初，根本就無法面對現實，把自己的病情竭盡全力去隱瞞，把自己盡可能地隱蔽起，杜絕與外界的接觸，掩飾自己患病的身份，掩蓋一切有可能暴露自己身份的一切言行，想不到在短短的二、三年間，自己竟然可以公開自己身份，當然，我在浸會大學講書，所面對的都是社工系的大學生，我相信他/她們對愛滋病患者的評價是會較為公平和公正的。他/她們有學識，有修養，但歧視的觀點與態度，是否完全沒有呢？我不敢肯定，但是我覺得是可以接受的。我希望我今日能面對，有學識有修養的社工系大學生，更希望有朝一日我能面對所有的人，得到所有人的公平，公正的評價。要得到沒有歧視的大同世界，是需要我們患病者共同的努力，團結互助，積極爭取，我相信這樣的日子，一定很快就到來。

楊翔

雞尾酒治療法

抗愛滋病毒藥物治療在八十年代後期面世，從初期的單一治療至混合治療及高效能抗病毒藥物治療，經歷了幾個階段。九六年中開始從臨床醫療個案顯示，使用多種抗病毒藥物治療（俗稱雞尾酒治療法）更能發揮理想的醫療效果，更有效地壓抑病毒及改善愛滋病毒感染者的健康狀況和生活質素。

事實上從雞尾酒治療法使用至今只有五年時間裏，的確減少了病發率及死亡率的個案，而診所裏有八成以上的病人的病毒數量都能壓抑並維持低過500 copies/ml 的水平之下，稱為不可被偵察的水平。如果患者能堅持服藥計劃，身體大致上可維持在一個平穩的狀況，保持比較健康的生活。

在過去五年的病例裏，有些較遲發現被感染而同時又病發者，雖然患了機會性感染，但只要病情受到控制後，開始服食抗病毒藥物而又能遵醫囑服藥，一般都能漸漸復原的。

通常病患者的CD4下降，病毒數量上升，可能便是開始服藥的時候了。然而，服食抗病毒藥物首要的是病人能貫徹服藥計劃，所以定時定量的服藥是非常重要的。

方姑娘

藥物新知

核苷類逆轉錄酶抑制劑

隨着醫學科技的發展，我們對愛滋病的認識和治療都有很大的進展。特別在過去幾年，抑制愛滋病毒繁殖的藥物推陳出新。

繼Efavirenz (EFV) 推出後，在上一年年初，本港又有多一種治療愛滋病的藥物出現，它就是"新抑滋"<Abacavir, 簡稱ABC>。"新抑滋"屬於一種核苷類逆轉錄酶抑制劑類的藥物，它能阻斷愛滋病毒生命週期內把遺傳基因物質改變成脫氧核糖核酸的過程，從而壓抑愛滋病毒在人體的繁殖。

科學家在研究新藥時都會針對藥物的效能、副作用、藥物間的交互作用及使用的方便程度着手，"新抑滋"這種新藥在以上幾方面都有很大的進步，成人每天只需要服用兩次（每天300毫克），另有藥水配方給小童使用，而它也可以和其他藥物一同服用；而在藥物交互作用及副作用方面亦比其他抗病毒藥少。但有點值得注意的是有3-5%的病人服藥後會出現過敏反應。而這些過敏反應通常都在服藥後兩至六星期內出現。而由於早期的過敏反應很像一般流行性感冒的症狀，例如發燒、頭痛、噁心、嘔吐、沒有精力、混身不適等。因此病人服藥後若出現感冒症狀，或紅疹時便應立即停止服用所有的抗病毒藥物並及早通知你的醫生。

在以前只有AZT (Zidovudine) 的年代時，愛滋病患者的死亡率甚高。但隨着高效能抗病毒藥的出現 (HAART)，大部份因愛滋病毒而誘發的機會性感染都比以往少出現。而愛滋病患者的死亡率亦大大降低。

在治療愛滋病的過程中，我們就好像跟愛滋病毒進行競賽一樣，希望在愛滋病毒出現抗藥性前把它控制。在治療的初期，大部份接受治療的病者，他們體內的病毒都很容易受到控制。但治療失敗的個案仍不斷發生，就以"新抑滋"為例，當病者對其它核苷逆轉錄酶抑制劑出現抗藥病毒後，其體內病毒對"新抑滋"的反應亦會大打折扣。而出現抗藥病毒的原因，大都是病者不遵照指示定時服藥所致，因此愛滋病患者必須依照醫生指示定時服藥。

鄧醫生



孤獨的 病

曾經聽人說過，愛滋病是個孤獨的病。對這句話，我有很深刻的印象，因為感受到說者的無奈與淒酸。

在一般人眼中，愛滋比瘟疫還要恐怖，彷彿患者本身就是一隻活生生的大細菌，隨時會跳到自己身上般。說實在的，我對愛滋病的認識也不多，只知道在一般情況下，是不會被傳染到的。

愛滋病彷彿也是一個禁忌，即使病患者本身亦未必會去看醫生。跟別人說因為怕接受不了事實，怕得不到家人的認同，怕遭到家人的離棄，怕受到別人的白眼、歧視。可知道，患者長期與病魔糾纏，面對一次又一次的細菌感染，藥物所帶來的副作用，身體所承受的痛苦，箇中滋味誰又能體會呢？與及看着脆弱而又短暫的生命，一點一滴地流逝，那種絕望、無助的心情誰又能瞭解呢？

難道作為家屬的你，就不能關心，支持他/她嗎？做人的基本禮貌，就是尊重別人，難道作為陌生人的你，連這一點都做不到嗎？

嵐

食藥的感受及個人的見解

以病患者的我來說，食藥已是必然的事。每日要食十多粒的藥丸，有些還要空肚食（DDI又大粒），真是煩悶極了！若遇上其它病症如感冒時重慘情！除食抗病毒藥物外；還加上感冒藥丸、「馬尿」、咳藥水等，內心的感受真是十分之辛苦及難受！！

人的情緒起伏是隨着之所謂「七情六慾」而轉變，我本人亦難幸免曾有一時的愚昧想法：用自行方式來決定食少D或唔食幾日抗病毒藥物。幸好我都沒有採取此等做法，原因是我曾接觸過好幾個病友們，有些案例是他/她均曾不定時，或不定量的服食抗病毒藥物，最後他/她所得到的便是對身體不好，有D更因病情有變而入住了醫院好幾日。

回想2001年7月的南非第十三屆國際愛滋病會議中所見所聞，香港的病友們可算得上是極為幸福了。因我們用低廉的費用，便可享用足夠的藥物醫療，更有熱誠的醫護人員、醫務社工等的幫助。請想一下貧窮國家中的病患者們，所遭受的待遇卻大大之不同，他/她們的死亡源自「貧窮」。往往貧窮的國家就未能提供所需藥物。故此我真的希望香港的病友能夠珍惜這個治療的機會，請定時、定量地服用抗病毒藥物，提升CD4數量來抑制病毒，好使生命得以延長來等待愛滋病疫苗面世的佳音。

其實大多數的病友對愛滋病都存在恐懼和自我判定死亡的訊息，皆因病友們不敢確認自己的身份，和對愛滋病不認識及對現在的抗病毒藥物的治療不信任所致。

既然生命的長短世人無人能知，人生總少不免有「意料之外」的事情發生。如遇有「意外」事情發生時；請用平常心去接受或預防；不要用太多的時間去胡思亂想；這只會令事情變得更壞和不開心。

解決的方法有很多種，舉例：

- （一）找可信的人來傾訴；
- （二）找醫護人員或醫務社工幫助；
- （三）找愛滋病志願的機構人員協助。

總之世間事物變幻莫測；沒有一件事情是絕路的；請不要輕易放棄。

其實今次的執筆對我而言真的很辛苦，因出來工作至今二十多年都未曾寫作過，往往執筆忘字、寫錯字等等。但一想到當我寫出自己的心聲可能會幫到一些病友們時，有多辛苦也是值得的。除了本人外，我知道還有好幾位病友都很熱心幫助這個社群義務工作。

希望我們一群病友能繼續站穩自己的崗位，盡自己的能力發熱發光，最後祝病友們身體健康。

飛機




生活點滴

Crystal

第一次閱讀子驚寫的「海闊天空」是於六年前，那時沒有甚麼特別的感覺，只是覺得大家擁有同一樣的病。可是今日我再以欣賞的角度去睇這本書，實在很欣賞他那永不放棄的精神，我也很想學習他的堅強。


當我第一次見到紅絲帶的標誌時覺得很好笑。一個受人歧視的疾病，竟然有一個標誌，象徵支持、接納，但過後幾年我很喜歡這標誌，覺得佢好漂亮，每次發現別人和我一樣欣賞時，我便會很高興。我的病友曾經投訴，點解我鍾意穿印有紅絲帶的衫？「怕別人唔知你有愛滋病嗎？」之後我便避免在一些聚會穿著，無須令別人覺得不自然嘛！

講起歧視，其實我在小學時已發現社會上有很多歧視的例子。但時代進步了，人也就更有容人之心。記得幾年前我到瑪嘉烈醫院睇牙科，入醫生房之前好驚，怕他們會歧視我，可是當我懷着忐忑不安的心情入診療室時，卻發現醫生很有禮貌，很親切；另外，我到東區醫院覆診時，雖然每次所見的醫生不同，但那位護士曾姑娘待我也很友善，使我感覺到要人不歧視自己，首先自己唔好去歧視別人，學會接納，當然還有一些人對HIV有誤解或歧視，但我們也可以合作D，有禮貌D，做好自己本份，我想其他人對自己了解多了，也會對我們的誤解減低。




早排生蛇，每天只覺痕癢、疼痛，晚上、早上又發燒，有一次辛苦到我問上帝：「你是否要帶我走啦？」之後我告訴朋友，友人卻說：「我在醫院瞓咗一段時間都未覺得自己要死！」令我覺得好慚愧，少少苦楚便氣餒，大病時怎辦？沒多久前，也有一位朋友生蛇，大家分享感受，還知道搽一些藥膏會令水泡位置感覺好些。自此之後覺得朋友唔一定要成日見面、聯繫，只要大家都是同坐一條船，也可以互相扶持。

以前在「九龍灣」覆診時，每次見nurse，都唔知佢係邊個，現在就唔同了，診症室門外印有醫生，護士的名字，有興趣的朋友用幾秒時間便知道是那位醫生護士照顧自己了。



有時聽病友訴說，醫生告知有些病可以睇街症，不用專程回I.T.C.（九龍灣綜合治療中心）覆診。以前我也和其他病友一樣想法，總是感覺街症的醫生唔夠細心，但這兩年外面的醫生也很有禮貌，細心聆聽自己的病歷，況且傷風、咳嗽也一樣是吃那些的藥，不用回九龍灣也一樣可以。

有一次吃午飯的時候，見到很多人在盯着一位中年男士，很快我便知道因由，因為他是一位智障人士。他的爸、媽正在陪同他吃飯，他沒有用任何餐具，而是用最原始的方法——手。他弄得檯上、地下也是河粉，手上更沾滿油漬，之後又把弄髒了的手拍拍父母親。雖然父母的衣服也污糟了，但他們並沒有動怒。我想如果換轉是自己我會很生氣。我實在禁不住對兩位家屬讚嘆。可是後來他們離座後，負責清潔的人員，卻露出厭惡的神色，我不期然想起為什麼其他人倒沒有寬恕的心？多一份關懷，少一份歧視，世界不是更可愛嗎？



以前鄧醫生剛調來I.T.C.的時候，看見他那嚴肅的神情，很擔心他是否稱職，原來鄧醫生好細心，每當我有問題不明白的時候，他必會詳盡分析給我知，也沒有不耐煩，我也想在此多謝鄧醫生的細心。

自從在I.T.C.覆診後，護士長Clara時有和我傾談，她知道我也喜歡看紅絲帶的真實故事，更鼓勵我在這刊物寫文章，在此真的要多謝Clara，她給我勇氣與機會，向大家分享一些活生生的經歷。

我的肺會生蟲!?



引致肺囊蟲肺炎的肺囊蟲其實不是一隻真的蟲，它是一隻單細胞生物，又稱為原蟲。它像其他伺機性感染一樣，都是鬼鼠鼠，要等到目的物的免疫力低落，沒有還擊能力時才出手，通常這時的CD4會在200以下。千萬不要因此看輕它，因為肺囊蟲肺炎如不及時醫治，可以構成生命危險。

病徵:

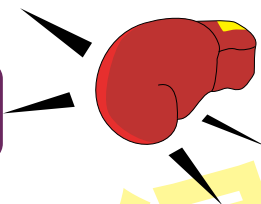


初期：徵狀並不明顯，可能有發燒，乾咳

較嚴重時：稍作運動，便會感到氣喘

情況惡化：身體在靜止狀態，亦可能有呼吸困難

對付方法:

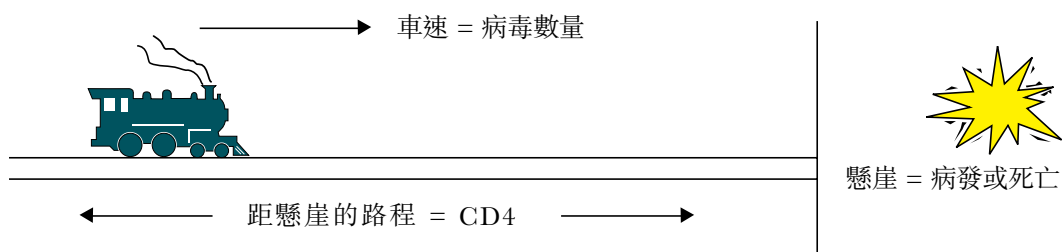


- ✓ 服食預防藥物：能有效減低感染肺囊肺炎的機會
 - 於CD4低於200適用
 - 可用：口服Septrin (Co-trimoxazole)
 - 每日1劑或每星期3次
 - (如有G6PD缺乏，須通知醫生)
 - 或每4星期吸入Pentamidine 一次
- ✓ 如有病徵，記緊及早看醫生及接受治療

病毒數量知多少

病毒數量及CD4與病情的關係：-

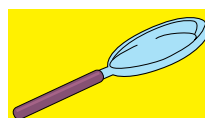
HIV病情的發展就如一列駛向懸崖的火車



多認識一點

- 病毒數量高亦即病者的感染能力高
- 在相同CD4的病人中，擁有較高病毒數量的人病情惡化的機會可能會增加
- 在相同病毒數量的病人中，擁有較低CD4水平的人，病情惡化機會可能會較高

病毒數量及CD4的測試有什麼作用？



- ① 幫助醫生判斷病情發展的方向
- ② 幫助醫生決定幾時開始採用抗病毒藥物
- ③ 衡量抗病毒藥物的效用

抗病毒藥物治療目標：-



- ① 穩定及提升CD4水平
- ② 將病毒數量儘量維持於低水平

什麼是病毒數量低過可被偵察的水平？



- 病毒數量降至現時測試方法的局限以下的水平
- 這不表示病毒已完全消失
- 表示病毒對物產生耐藥性的機會減低
- 病情惡化的機會降低



子鷺媽咪

寄出的信

君：

病痛的折磨令你感到生不如死，十分痛苦？我深切明瞭這種景況，因為我也從子鷺身上感受過，但我們在主的信念中，深深體會到從另一層面中看事物：若是我們前面的生活只是平淡而又光滑，何等乏味！但假若我們生活在有山有谷之地，而不是一片光滑的平原，生活也就有了色彩。山使雨水匯集在谷中，使土地肥沃結果子，可是多少人厭惡山谷中的辛苦，貪戀平地的舒服，卻不知在平地飽受風霜的摧殘，最後倒斃在山下的平地，埋葬在金黃色的沙堆中……原來神的山是祂的子民的保障，我們可以信靠着主，祂全能的手扶持我們走當走的路程。我們不要貪戀地上的舒適，怕攀上山嶺，雖然山程崎嶇、峻峭，寒了我們的心，但如果我們終身耽擱在平原上，便永遠不能了解山頂上的美境。有時寬容自己卻變了是一個損失。只要我們下定決心，不畏艱苦，有勇氣面對一切痛苦與災難，主耶穌所經歷的苦難使祂成為最好的牧者，只要我們跟隨祂，前面有極大的榮耀與祝福等着我們。

子鷺媽咪

庇理羅士女子中學 S.4S

取自愛滋我知你要知青少年漫畫創作比賽精選集

作者：老詹

全球同抗愛滋病運動
WORLD AIDS CAMPAIGN 2001

關心... 你得唔得?
I care... do you?



Red Ribbon

訂閱 Subscription

姓名：_____

團體：_____

地址：_____

電話：_____ 傳真：_____

電郵：_____

(所提供個人資料只作通訊用途)

傳真訂閱
2338 0534

郵寄：九龍聯合道東200號橫頭磡賽馬會診所2樓紅絲帶中心

電郵：redribbon@health.gcn.gov.hk