



綜合治療中心刊物

2013年5月

43期

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
俞肖傑姑娘
吳亞苑姑娘

聯絡及通訊處
九龍灣綜合治療中心
電話：(852) 2116 2878
傳真：(852) 2117 0809
電郵：rrbulletin@dh.gov.hk
網址：http://www.aids.gov.hk

紅絲帶 (第43期) 1

穿越

小苑子

穿越？

過去，現在，將來...

我們時常想當年，懷緬以前種種美好的經歷，或悲嘆過去種種辛酸。我們亦計劃將來，憧憬未來可發生的一切或憂心將來無以為繼。但是我們人生不是一部電視劇，可隨時穿越回到某個特定時空，改變已發生的事情。那麼我們可以掌握的只有現在。所謂「活在當下」就是這個意思吧！

過去種種已來不及追悔及保留，將來是怎樣亦未有定論。若我們繼續選擇活在過去，只帶來無邊的痛苦。過去是好是壞，已變成無關痛癢，因為已成歷史。若我們選擇活在未來，什麼都不能做只有空談，沒有實務，所謂前景不過是海市蜃樓。活在當下，就是珍惜當下的機會，從過往的枷鎖中走出來，以雙手利用現在的機遇和資源，打拼出屬於我們的未來。

穿越時空的能力看來吸引，細想仍逃不開「當下」。不論你回到過去，還是趕上未來，在那一刻的過去或未來中，我們仍需要面對「當下」的決定。設想讓你真的回到年少時，在愛情和學業之間抉擇的那一刻，你就不需要當機立斷嗎？又或你可以去到未來，遇見你的兒孫子女，就可以逃過回應他們當下對你的要求嗎？不論我們同意與否，我們已活在當下，正在當下，當下成就了我們的未來。

所以，與其追悔過去失落的時光，又或虛等未來的賜福，倒不如勇敢抓著當下放在我們眼前的機遇，珍惜那些珍惜我們的人，讓當下成為我們驕傲的時刻！



家用愛滋病病毒抗體測試用品

舒醫生

近年，越來越多市民可於市面或網上購買各式各樣的醫療測試產品，自行在家檢測，例如糖尿機、驗孕棒等；「家用愛滋病病毒抗體測試用品」（以下簡稱：家用測試用品）也是其中之一。這些家用測試產品，的確可以為消費者帶來方便，但它們的質量問題卻同時引起公眾關注。

「家用測試用品」與一般在診所進行的愛滋病病毒抗體測試不同，它是供一般市民（非專業人士）自己在家進行測試，並直接得悉結果，過程完全不涉及化驗室或醫護人員。現時，只有美國食品和藥物管理局（FDA）於2012年7月批准過一款名為“Ora Quick In-home HIV test”的「家用測試用品」於市面出售。該款「家用測試用品」是利用口腔粘膜滲出液（不是唾液）來檢測愛滋病病毒抗體。

有些市民可能想使用「家用測試用品」來自行檢測愛滋病，因較能保障私隱；但是，與現在衛生署和非政府組織由受訓人員進行測試比較，「家用測試用品」較容易出現假陽性和假陰性情況，因此整體準確度較低。

根據FDA資料顯示，“Ora Quick In-home HIV test”「家用測試用品」的靈敏度只有92%，因此，當使用它來測試100名已受愛滋病病毒感染者，該「家用測試用品」只能測出92名(真陽性)，其餘8名未能檢出(假陰性)，也可以說，每12個患者有1個不能被測出¹。這與現在經FDA批准的其他血液快速測試的靈敏度超過99% 相比之下有一段距離²。

另外有研究顯示，如在愛滋病感染率低的地方使用該測試用品，只有88.5%的陽性結果是真陽性，有11.5% 為假陽性。這表示每100個陽性結果當中，只有88個真正受感染³。

值得注意的是，「家用測試用品」只能作為篩查之用（即初步檢測），任何陽性結果都必須再進行抽血化驗以作確認。此外，由於「家用測試用品」未能像衛生署和非政府組織那樣同時提供輔導服務，因此測試者有可能未能正確分析結果、驗出陽性結果時未能妥善處理，未能及時轉介以接受適當治療及護理等。

此外，若「家用測試」產品的來源不可靠、或隨產品提供的資料不正確、或產品的儲存不妥當，都可以影響產品的質量，導致不正確診斷，引起不必要的焦慮，延誤診治，直接損害健康。因此，如想檢測愛滋病，可致電 2780-2211預約衛生署的愛滋病病毒抗體測試服務，費用全免，毋須提交姓名，一切資料絕對保密。你也可以瀏覽我們的網頁，瞭解其他非衛生署機構提供的愛滋病醫療及支援服務

（<http://www.info.gov.hk/aids/chinese/hivmedcare/main.htm>）。

請緊記，愛滋病病毒抗體測試必須在自願性情況下進行。因此，你不能在未獲得對方同意下替伴侶、雇員、或朋友進行愛滋病病毒抗體測試。

資料來源：

1. US FDA. FDA approves first over-the-counter home-use rapid HIV test. 13 July 2012.
<http://www.fda.gov/NewsEvents/Newsroom/PressAnnouncements/ucm310542.htm>
2. US. CDC. FDA-Approved Rapid HIV Antibody Screening Tests. 4 February 2008.
<http://www.cdc.gov/hiv/topics/testing/rapid/rt-comparison.htm>
3. Pai NK, Balram B, Shivkumar S, et al. Head-to-head comparison of accuracy of a rapid point of care HIV test with oral versus whole blood specimens: a systematic review and meta-analysis. Lancet Infect Dis 2012;12:373-80
http://hiv.cochrane.org/sites/hiv.cochrane.org/files/uploads/pai_2012.pdf



老得太快，聰明得太遲

小丸子

有一天，動物園管理員發現袋鼠從圍欄裏跑了出來，於是開會討論。大家都認為是圍欄的高度過低，所以他們決定將圍欄的高度由10米加高至20米。第二天袋鼠又跑了出來，所以他們再將高度加至30米。沒想到再過了一天，居然又看到袋鼠跑到外面去，於是管理員大為緊張，決定一不做二不休地把圍欄的高度加至100米。有見及此，長頸鹿和幾隻袋鼠在閒聊時問：「你們看，這些人會不會再繼續加高你們的圍欄？」袋鼠說：「很難說，如果他們繼續忘記把門關上的話。」

或許我們都會不了解問題的所在，就盲目地找解決的方法，人生就這樣走了很多迂迴的路。

以前，曾帶領過一個正面管教的小組，一位家長常常投訴小朋友不聽話，很頑皮，令她非常煩惱。我請家長舉例說明，她說往往叫孩子不要在沙發上跳、不要在走廊跑，孩子總是聽不入耳。我問她，孩子是否明白命令的意思，她說孩子明白，並會停止那行為，但不到兩分鐘，他又會再跑跑跳跳。我問她，當孩子停下來，有沒有叫他去做什麼，她說沒有，只叫他自己去玩。我告訴她，孩子已經停下來，家長既沒有稱讚他，又沒有告訴他可以玩什麼，孩子無聊了，當然做他喜歡的玩意，只是他的玩意，在家長眼中是頑皮的行為。假如她不斷責罵孩子，相信她會力竭聲嘶，長遠傷害她和孩子的關係，有些家長甚至因為管教問題而產生情緒病。其實，只要提議一些有趣的活動，相信孩子一定樂意去聽父母的說話。

一個小小的問題，如果沒有看清楚，會使人白白花上時間和心力；沒有認清楚人生的目標，會叫人一生走冤枉的路，錯失很多寶貴的東西。

今年初，我打電話給一個很久沒有回來覆診的病人，我問他身體好嗎？想不想回來見醫生？他拒絕了。我很希望他回來正視自己的病，但願他能夠有健康的身體去體驗寶貴的人生。

有句諺語「我們總是老得太快，卻聰明得太遲！」但願每一位都是聰明人，千萬不要讓自己走迂迴的路，人生有很多寶貴的東西留待我們去發掘呢！



愛滋病患者真情告白篇

東施

阿東五官輪廓分明、身型高大、說話風趣幽默。或許因工作關係經常出國而見多識廣，話題多多，可以想像他年輕時可以是一位頗具魅力的主管。

一次生病入院，阿東被驗出已感染了愛滋病病毒！更重要的是，阿東親密的愛侶也同時確診受到感染！

阿東痛恨自己是「害人精」、是「罪魁禍首」，竟然將這病傳給年輕的另一半，簡直就是毀了別人的一生！阿東無法接受這個殘酷的事實，自責加抑鬱，他不斷部署與愛侶尋死。

正想踏上死亡之路，阿東的另一半因為得到適切的醫治而健康日漸穩定；阿東得到家人的接納和支持，加上他又接受了專業的治療和輔導，阿東總算擱置了自殘的計劃。

今天，阿東仍然活着，阿東與愛侶同是愛滋病患者的事實已無法改變！他想衷心向讀者們說：

同樣有這病的人：

為自己積德，切莫延禍他人。

沒有這病的人：

莫掉以輕心，免畢生後悔！

紅絲帶 Red Ribbon

傳真訂閱(852) 2338 0534

姓名：_____

團體：_____

地址：_____

電話：_____ 數量：____(份)

電郵：_____

所提供個人資料只作通訊用途

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：rrc@dh.gov.hk

徵稿

歡迎任何人士藉不同形式投稿，
如文章、漫畫、短詩等等，
抒發感受、分享經驗、傳達關懷。

寄：紅絲帶刊物工作小組收
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：rrbulletin@dh.gov.hk