

# PRESS RELEASE 新聞稿

編輯注意：

2019年8月25日(星期日)

## 認識骨骼健康 傳承保健智慧

了解身體狀況和疾病的特性，及早自我管理健康和預防疾病，善用基層醫療服務，減少進出醫院，是今日和未來香港人保持健康的要訣。在多種對人體影響至深的疾病中，骨質疏鬆尤其是一種無聲無息的隱性疾病，有些患者到出現骨折意外才發現患有此病。根據國際骨質疏鬆症基金會資料顯示，全球每年有超過890萬宗骨折意外，估計在年齡超過五十歲的男女當中，每三名女性就有一名以及每五名男性就有一名可能面對骨質疏鬆症性骨折問題<sup>1</sup>，由此可見，骨骼健康問題實在不容忽視。

基督教靈實協會(下稱「靈實」)一直以積極進取的精神服務有需要的人，鑑於香港人口老化問題嚴重，骨質疏鬆及骨骼健康問題將影響整個社會，因而去年開始與西貢區議會社會服務及健康安全城市委員會，合辦「齊心健「骼」護全城 - 社區骨骼健康計劃」，並由社會福利署、民政事務處、將軍澳醫院及房屋署協辦，旨在提升大眾對骨骼健康的意識並及早防治。

### 推展西貢健康城市 2019 之升「骼」智慧傳承禮

計劃推行至今接近一年，並在今天(8月25日)舉行「推展西貢健康城市 2019 之升「骼」智慧傳承禮」(下稱智慧傳承禮)，標誌著靈實憑藉多年建立的廣大地區網絡，於將軍澳東、將軍澳南、將軍澳北及西貢地區社區內成功聯繫了至少40間長者中心、醫院、公共及私人屋邨屋苑及地區團體開展公眾教育工作，並期望進一步推廣開去，讓健骼智慧繼續傳承。

出席典禮之嘉賓包括西貢區議會副主席凌文海先生，BBS, MH、西貢區議會社會服務及健康安全城市委員會主席譚領律先生，MH、社會福利署黃大仙及西貢區福利專員呂少英女士、將軍澳醫院及靈實醫院行政總監劉業添醫生，以及靈實行政總裁林正財醫生，SBS, JP等。大會還請來2018年亞運會女子太極拳太極劍全能賽獲得亞軍及香港傑出運動員莫宛螢小姐示範太極，讓一眾主禮嘉賓親身感受太極如何強骨健體。

### 骨骼健康與骨質疏鬆症大搜查

靈實邀請了香港中文大學醫學院那打素護理學院助理教授鄭可瑜博士，以及香港中文大學醫學院矯形外科及創傷學系博士後研究員詹宇寧博士到場分享社區居民骨骼健康的情況，以及五十歲以上人士患上骨質疏鬆症的風險。大搜查集合了近1800份將軍澳及西貢受訪居民的資料包括骨質密度、體高體重、健康生活習慣及相關預防的認知及意識等；經資料處理及數據分析後，當中大約750位接受了骨質密度測試的女士數據顯示，身型較矮小及已進行卵巢切除手術而沒

#### 基督教靈實協會 Haven of Hope Christian Service

香港新界將軍澳靈實路七號 7 Haven of Hope Road, Tseung Kwan O, New Territories, Hong Kong  
服務熱線 Service Hotline: (852) 2701 9019 | 傳真 Fax: (852) 2702 8173 | 電郵 Email: info@hohcs.org.hk  
義工及捐款熱線 Volunteer & Donation Hotline: (852) 2703 3284 | 傳真 Fax: (852) 2702 8173  
電郵 Email: crd@hohcs.org.hk | 網址 Website: www.hohcs.org.hk

根據《公司條例》(第622章)，基督教靈實協會為一所擔保有限公司。  
Haven of Hope Christian Service is a company limited by guarantee under the Companies Ordinance (Cap. 622).

 香港公益金會員機構  
A MEMBER AGENCY OF THE COMMUNITY CHEST



有服用荷爾蒙補充劑的女性，她們的骨質密度較低，可見體型及女性荷爾蒙與骨質密度的關係。另外，大搜查中有 400 多名受訪居民接受了十年骨折機率風險評估，資料顯示，女性的十年主要骨鬆性骨折機率約為 10.7%，比男性高一倍；而對骨質疏鬆症的認知程度方面，女性整體得分比男性略高。而擁有較高認知程度的男性和女性居民，他們的十年骨折風險明顯較低。

靈實行政總裁林正財醫生 SBS, JP 在典禮上表示：「計劃推出以來，將軍澳及西貢區的居民都採取更開放態度去認識新健康資訊，無疑對推展基層醫療及醫社合一起了很大幫助。例如在靈實轄下一部分社區健康發展中心，以及靈實醫院和將軍澳醫院等，輪流展示由本地大學研發的「互動負重運動儀」，讓居民即場免費試用，從而及早預防或治療骨質疏鬆和相關的疾病。」

## 傳承健腦智慧

西貢區議會副主席凌文海，BBS, MH 在致辭時表示：「香港已經步入老齡化社會，老年人比例將由現在的 14% 升至 2039 年的 28%，而一個重要的問題是如何可以令我們更健康地踏入老年。」西貢區在 1999 年開始成立「健康城市將軍澳」督導委員會，並在 2006 年在「健康城市」的基礎上，加入「安全社區」的元素，透過與不同組織的合作，一起在西貢區推動健康安全的城市。其中『齊心健「腦」護全城，社區骨骼健康計劃』是西貢區區議會與基督教靈實協會及西貢健康安全城市合作的項目。當中，基督教靈實協會擔當重要的角色，憑著靈實在將軍澳及西貢區的網絡和經驗，他們的專業服務及專業團隊，有助我們在過去一年，把健康的訊息宣揚開去。

凌文海先生，BBS, MH 之後帶領「傳光」儀式，點起螢光棒，以一個傳一個方式，把光傳給每位在場嘉賓，令整個場館化成閃爍的光海，寓意把健腦智慧傳揚開去，希望更多社區居民關注自己及身邊人的骨骼健康。

西貢區議會社會服務及健康安全城市委員會主席譚領律先生，MH 在典禮上亦分享了計劃的未來發展大計。計劃至今已在社區進行超過 70 場「互動負重運動儀」推廣，令不少社區人士有機會認識及接觸，建立負重運動的生活習慣。「互動負重運動儀」亦將於社區內五個長者中心繼續免費提供予大眾使用。互動負重運動儀採用的科技，原理是透過高頻率低振幅，加強肌肉力量和平衡力，改善脊柱及下肢的骨質密度，幫助社區人士預防骨質疏鬆及相關疾病。

智慧傳承禮精彩花絮請參考附件圖片。



一眾嘉賓見證升腦智慧傳承禮。(左起: 西貢民政事務處西貢民政事務助理專員黃婧妍女士、社會福利署黃大仙及西貢區福利專員呂少英女士、基督教靈實協會行政總裁林正財醫生 SBS, JP、西貢區議會副主席凌文海先生，BBS, MH、西貢區議會社會服務及健康安全城市委員會主席譚領律先生，MH，以及將軍澳醫院行政總監及靈實醫院行政總監劉業添醫生。)(附圖一)

## 基督教靈實協會 Haven of Hope Christian Service

香港新界將軍澳靈實路七號 7 Haven of Hope Road, Tseung Kwan O, New Territories, Hong Kong  
服務熱線 Service Hotline: (852) 2701 9019 | 傳真 Fax: (852) 2702 8173 | 電郵 Email: info@hohcs.org.hk

義工及捐款熱線 Volunteer & Donation Hotline: (852) 2703 3284 | 傳真 Fax: (852) 2702 8173  
電郵 Email: crd@hohcs.org.hk | 網址 Website: www.hohcs.org.hk

根據《公司條例》(第622章)，基口靈實協會為一所擔保有限公司。  
Haven of Hope Christian Service is a company limited by guarantee under the Companies Ordinance (Cap. 622).

香港公益金會員機構  
A MEMBER AGENCY OF THE COMMUNITY CHEST





眾嘉賓跟 2018 年雅加達亞運會女子太極拳太極劍全能賽亞軍及香港傑出運動員莫宛螢小姐一起練習太極。  
(附圖二)



嘉賓與在場人士一起舉起螢光棒，寓意把健腦智慧傳揚開去。  
(附圖三)

### 關於基督教靈實協會

五十年代初，靈實創辦人司務道教士看見當時調景嶺難民的需要，透過贈醫施藥，幫助病患者。除了關注他們的身體需要外，司教士更著重他們的心理、社交和靈性方面的需要。時至今日，靈實的服務已發展至長者、健康和復康，更致力關心服務使用者身、心、社、靈的發展，繼承司教士全人關懷的服務精神。

### 傳媒查詢：

梁詠茵小姐 (Viann Leung) / 馮玉珍小姐 (Kinie Fung)

電話：2703 3286 / 2703 3378

電郵：viannleung@hohcs.org.hk / [kiniefung@hohcs.org.hk](mailto:kiniefung@hohcs.org.hk)

資料來源：1)國際骨質疏鬆症基金會：<https://www.iofbonehealth.org/facts-statistics>

### 基督教靈實協會 Haven of Hope Christian Service

香港新界將軍澳靈實路七號 7 Haven of Hope Road, Tseung Kwan O, New Territories, Hong Kong  
服務熱線 Service Hotline: (852) 2701 9019 | 傳真 Fax: (852) 2702 8173 | 電郵 Email: info@hohcs.org.hk

義工及捐款熱線 Volunteer & Donation Hotline: (852) 2703 3284 | 傳真 Fax: (852) 2702 8173  
電郵 Email: crd@hohcs.org.hk | 網址 Website: www.hohcs.org.hk

根據《公司條例》(第622章)，基督教靈實協會為一所擔保有限公司。  
Haven of Hope Christian Service is a company limited by guarantee under the Companies Ordinance (Cap. 622).

