

# 「刀片跑手」無懼截肢挑戰自我

毅行者行完56公里增信心 換C字型義肢備戰半馬



■ 3名「刀片跑手」翟文鳳（中）、梁文禮（左一）、慎思捷（右一）積極備戰明年馬拉松賽事。 陳文華 攝

香港文匯報訊（記者陳文華）「截肢」事出意外或疾病，它或許奪去了你的一隻腳，卻奪不去年輕人對速度及運動的熱情。跑馬拉松是許多運動愛好者的終極挑戰，3名年輕的「刀片跑手」已報名參加明年半馬及10公里賽事，實現對自我的挑戰。3人中有曾於今年年頭挑戰成功的師姐翟文鳳，又有首戰馬拉松的新力軍梁文禮及慎思捷，3人正積極備戰，於每日收工後加緊訓練，希望以較好的身體狀況完成挑戰。

今 年30歲的慎思捷14年前因交通意外造成右膝以下截肢。「截肢後，像跑、跳、蹲這種好簡單的動作對我來說都很有難度，慢慢感覺整個人失去信心。」但幸運的是，思捷在醫院認識到一班愛運動又願意分享的治療師，推薦他加入截肢者體育會。

截肢後的思捷因身體的不便及擔心運動會磨損殘肢而一直迴避運動。在一班朋友的帶動及治療師的指導下，他逐漸走出陰霾，開始嘗試行山、踩單車等運動。

2013年11月，思捷手術後首次參加運動比賽，在毅行者遠足活動中完成56公里路程，隨後又挑戰「香港之巔」10公里賽事、「全城街馬」跑步及三項鐵人單車等運動。

## 「刀片腳」找回跑步感覺

「以前覺得跑步對我來說是沒可能的事」，但思捷在一次次的比賽中重拾信心，湧現挑戰馬拉松半馬的想法。思捷言出必行，兩個月前特地為練習跑步換上C字型「刀片腳」備戰。

思捷說，「刀片腳」令他找回跑步的感覺。「以往用傳統義肢行走時間稍長便會感到痛楚及吃力，跑步也更容易磨損殘肢，又因腿部可以發力的肌肉有限而無法達到跑步時的速度和力量，而『刀片腳』彈性大，能在跑步中提供

助力，又輕便，讓能夠達到跑步的速度。」

另一位「刀片跑手」、27歲電台助理梁文禮3年前在美國遭遇車禍，左膝以下截肢。一直熱愛排球運動的他曾因不能打球而一度低迷。

梁文禮中三時開始接觸排球，在球隊中表現出色，最喜歡打球時「嘭嘭聲」的快感，但出事後再未歸隊。

## 重返排球隊 計劃挑戰10K

7年間，原為運動健將的文禮活動能力不斷降低，他形容「好恨做運動」。文禮於兩個月前首次裝上「刀片腳」，「感覺好爽，開始嘗試跑步，越跑越遠、越跑越快。」現時文禮不僅能重新打球，又在治療師的指導下拉筋、訓練肌肉、步態、調整跑步姿勢，每周跑5公里左右，期望明年成功挑戰10公里馬拉松。

任職18年義肢矯形師的杜旭榮介紹，C字型「刀片腳」是2007年才引入香港的義肢種類，由碳纖維製作，一只重約600克，吸震及推進的功能較傳統義肢好。杜旭榮提醒參與馬拉松比賽的「刀片跑手」，因香港天氣潮濕，比賽過程中又容易出汗，跑手可於賽前噴止汗劑，每跑4至5公里便要除掉義肢透氣，否則容易引起殘肢起水泡。他補充，現時香港僅有9人安裝C字型「刀片腳」，每隻費用約3萬元。

## 女將再戰10公里 冀兩句鐘跑完



「一出世就生病，一直在醫院裡生活，跑步的概念對我來講基本為零。」

今年39歲的翟文鳳天生患有血管瘤，由小到大一直在醫院生活，11年前更截去右肢。

不過，她沒有因此放棄，年頭更戴上義肢挑戰馬拉松10公里賽事，並以兩小時10分完成賽事。翟文鳳準備明年再戰10公里馬拉松，希望挑戰兩小時完成賽事。

翟文鳳一出世便患有嚴重血管瘤，身體多個器官有腫瘤，右腿尤為嚴重，一直需用杖輔助行走。28歲時更截去右肢，需佩戴義肢活動。翟文鳳還因先天耳神經受損，屬中度弱聽。

先天的身體缺陷及病痛的折磨並未令她失去信心，反而激發她挑戰自我。經過無數次嘗試及持之以恒的練習，翟文鳳逐步學會用義肢行走、游泳及踩單車。

但從未試過跑步的她，於去年9月特別安裝C字型「刀片腳」義肢，專門訓練跑步。「我的速度僅比正常人步行快少少，其實並不是真正的跑步，但我已經很滿足。」

## 忍痛跑 幸陪跑員調整姿勢

任職物理治療助理的翟文鳳去年首戰馬拉松。她回憶，因以往從未跑過10公里，又加上本身腰骨腫瘤的病痛，跑到7公里時便感到腰骨疼痛難忍。幸而身邊的陪跑員及時找出問題，協助她調整跑步姿勢，減少使用腰力，並指導她調整呼吸，最終成功完成賽事。

翟文鳳準備明年再戰馬拉松，但她坦言，醫生曾提醒她體內腫瘤又再惡化，身體關節亦嚴重退化，建議她若感到疼痛就要放棄跑步。

已切除整個脾臟的她，現時體內腫瘤已擴散到肝臟及腰骨。不過，她表示不會放棄，會積極調整身體狀態，以游泳等柔軟運動保持鍛煉，會盡力完成賽事。

■記者陳文華



■高永文指醫護人手緊張，建議未來增加醫科生學額。

資料圖片

## 官員有Say

本港醫護人手緊張，預計提供500張病床的港怡醫院

落成開放在即，相信會加劇公營醫院的人手壓力。食物及衛生局局長高永文昨日坦言，目前人手確是緊張，建議未來增加醫科生學額，以及增加其他相關醫護人員的培訓，希望人手可達到需要。他強調政府亦就人手問題，確保醫管局及港怡醫院有恒常對話機制。

為配合廣華醫院重建工程，原設於該院的「廣華醫院－中大中醫藥臨床研究服務中心」於今年中遷往新址。高永文昨日出席該中心的新址開幕典禮時表示，關注港怡醫院的落成情況。他指出，政府已就未來10年的公立醫院建院計劃預留了2,000億元，而私營醫院現時只有約4,000張病床，部分市民有能力到私營醫院求診，卻因沒有病床而需改到公立醫院，認為私營醫院有擴充需要。

## 高永文：港怡招聘與醫局溝通

高永文續說，中文大學亦籌備興建醫院，相信人手會更緊張。人力資源的策略性檢討已建議未來數年增加醫科生學額，以及增加其他相關醫護人員的培訓，希望未來人手可以達到需要。他坦言，目前人手的確緊張，強調港怡醫院在成立前並招聘醫護人員時，與醫管局保持密切溝通，好讓醫管局就人手作出相應變動。

他透露，政府亦就人手問題，與港怡醫院管理層舉行了會議，並通過食衛局，確保醫管局及港怡醫院有恒常對話機制。

另外，中大中醫藥臨床研究服務中心現有逾30名醫師，包括16名顧問及高級中醫師。新址樓面面積逾8,000呎，鄰近油麻地港鐵站，以及提供日、夜間門診，方便上班一族，平均每月有逾1.4萬名求診者。

病人亦可透過手機應用程式，查閱診症室及取藥的輪候情況，有利病人善用等候時間的同時，亦可避免錯過自己的籌號。

■記者文森

## 九西3醫院改劃 九中成超級聯網

香港文匯報訊（記者文森）港府2013年成立醫管局檢討督導委員會，並於去年7月發表報告及提出10項主要建議，當中包括重劃醫院聯網界線。醫管局昨日宣佈，九龍西醫院聯網轄下的廣華醫院、黃大仙醫院、聖母醫院及相關的服務單位今日起，改劃至九龍中聯網。期望加強服務整合以減少跨網求診情況，優化區內病人的持續護理服務。九龍中聯網重組後，豁下醫院增至9間，連同將於日後先後落成的兒童醫院及啟德醫院，管理的醫院數目將增至11間，成為7個醫院聯網中的超級聯網。

醫管局將全港分為7個醫院聯網，以確保病人在鄰近區域獲得醫療服務。但屬於九西聯網服務地區的黃大仙區地理位置鄰近九中聯網，不少當區居民選擇到九龍中聯網求診。因應督導委員會建議，醫管局展開九龍中聯網與九龍西醫院聯網重組的工作。

該局聯網服務總監張偉麟昨日宣佈，原屬九西的黃大仙及旺角區，將正式劃入九中。本屬九西的廣華醫院、東華三院黃大仙醫院及聖母醫院，以及相關地區的服務單位，今日起納入九中。

至於兩個醫院聯網的病人臨床醫療服務重組，將於明年4月1日後，在確保相關系統及支援服務已完全就緒後，方分階段進行，以減低重組可能對病人造成任何不便。

張偉麟表示，今日開展的重組主要涉及聯網身份改變、職能轉變，以及問責關係移交。相關醫院及設施的指示牌、徽號或標誌、網頁及信件設計均會作出相應改動。明年4月1日起，涉及重組的醫院及服務單位的非臨床支援服務，包括人力資源、財務、業務支援、設施管理與資訊科技將會由九龍西醫院聯網，移交至九龍中聯網。

## 啟德全科醫院料明年申撥款



■李夏茵計劃明年就啟德醫院向立法會提交撥款申請。  
趙虹 攝

工作。

她指出，雖然該院預計於2024年落成，惟落成時間受制當時的人手情況。

李夏茵指出，提供約2,400張病床的啟德醫院亦會增置多個醫療設備，包括購買製造顯影劑的設備及電療設備，亦會設立高壓氧治療中心，為潛水夫病、糖尿病足、一氧化碳中毒等病人提供治療。現時東區醫院的高壓氧治療中心則會轉為培訓訓練中心。

與啟德醫院同屬同一醫院聯網的伊利沙伯醫院大部分服務，將在該院建成後分階段調遷至該院，料專科門診及物理治療將最先獲調遷。急症室服務的保留則視乎當時區內的服務需求。不過李夏茵表示，至今仍未知伊院原址能否再作醫療用途。

同時，隨着人口老化，因應年長的求診及住院病人需要，醫院興建亦要「花心思」。李夏茵指出，現時不少醫院內部裝修色調淡且柔和，男女廁所標誌不明顯，年長病人難以分辨，故沙田醫院、佛教醫院、北大嶼山醫院及律敦治醫院等多間醫院在裝修及重建時已加以留意及迎合有關病人需要。

她又指，之後將加強與社區復康中心、非牟利機構合作，透過醫社合作，提高出院病人的支援服務及提升他們的生活質素，尤其是年長病人。

### 進出口物品報關

當局提醒所有從事物品進口及出口的公司和個別人士，必須遵照香港特別行政法例第60E章進出口（登記）規例，於物品輸入或輸出後十四天內遞交進／出口報關單及繳納進出口物品報關費。惟根據該規例第三條豁免報關的物品，則不在此限。

二、進口及出口私人物品（包括透過互聯網或其他方式從／向海外直接購買／出售的物品），除非根據該規例屬於獲豁免報關的物品，否則亦須遞交進／出口報關單及繳納進出口物品報關費。一般可獲豁免報關私人物品包括：非作貿易或商業用途的私人行李、私人禮物而收貨人無須付款者及經香港郵政進口或出口而價值四千元以下的郵包等。

三、進／出口報關單須以電子方式，透過指定服務供應商提供的服務遞交。服務供應商亦提供服務替有需要人士把紙張報關資料轉換為電子信息傳送至政府。服務供應商包括「標奧電子商務有限公司」（簡稱「標奧」）、「商貿易服務有限公司」（簡稱「商貿易」）及「貿易通電子貿易有限公司」（簡稱「貿易通」）。有關的服務供應商詳情可經下列途徑獲取：

標奧	商貿易	貿易通
電話熱線 2111 1611	8201 0082	2917 8888
網站 www.brio.com.hk	vip.ge-ts.com.hk	www.tradelink.com.hk

四、遞交的進／出口報關單資料必須正確和完備。有關規定請參閱由香港特別行政區政府刊登的「政府電子貿易服務系統執行指引」及「進出口報關服務」文件。在海關長授權下，政府統計處指定人員亦可核實進／出口報關單內的資料是否清晰齊備，足以應用於編製貿易統計數字。使用電子遞交服務人士應定期查閱其「電子郵箱」，以確定其報關單是否已成功遞交至政府與及政府有否就其報關單作出任何查詢。為避免電子遞交的進／出口報關單被退回，使用電子遞交服務人士應時常留意電子郵件的有效日期及其戶口是否有足夠存款。

五、如欲獲取更多有關填寫和遞交進／出口報關單的資料，可致電政府統計處進／出口報關單及貨物驗單查詢熱線2877 1818或參閱其網址www.constdtd.gov.hk/trader/index\_tc.jsp。

六、如超過十四天的法定限期始行遞交進／出口報關單，必須按章繳納遲交報關單須付的費用，而不獲另行通知。如物品在進出口兩個月又十四日後報關須繳納最高罰款，每張報關單所列物品總值在二萬元或以下，罰款額為一百元；若每張報關單所列物品總值超過二萬元，罰款額則為二百元。

七、當局可能會對未有充分理由而不依法呈遞進／出口報關單或在報關單上明知或顧後果填報不準確資料的人士提出檢控。

署理海關關長鄧以海

二零一六年十二月一日

### 今日香港 天氣預測

2016年12月1日 星期四

未來四日天氣預告

查詢天氣：1878200 時間：10013或1000

2/12(星期五) 氣溫：17°C-21°C 濕度：60%-80% 部分時間有陽光	3/12(星期六) 氣溫：18°C-22°C 濕度：65%-85% 部分時間有陽光	4/12(星期日) 氣溫：19°C-24°C 濕度：60%-85% 大致天晴日間 部分地區有煙霧	5/12(星期一) 氣溫：19°C-24°C 濕度：60%-85% 大致天晴日間 部分地區有煙霧
--	--	--	--

空氣質素健康指數

一般監測站#	路邊監測站*
明日上午：低至中	低至中
明日下午：低至中	低至中

中國各大城市天氣預測

大連 1°C 7°C 天晴	呼和浩特 -10°C 3°C 天晴	南寧 10°C 21°C 多雲	烏魯木齊 -10°C -3°C 多雲
廣州 11°C 22°C 多雲	濟南 2°C 10°C 天晴	上海 8°C 14°C 多雲	武漢 2°C 15°C 多雲
北京 0°C 9°C 天晴	貴陽 3°C 14°C 多雲	昆明 5°C 14°C 多雲	西安 0°C 11°C 多雲
長春 -9°C -1°C 多雲	海口 17°C 21°C 多雲	蘭州 4°C 7°C 天晴	廈門 16°C 21°C 多雲
長沙 4°C 15°C 天晴	南京 0°C 10°C 天晴	石家莊 0°C 10°C 天晴	廈門 16°C 21°C 多雲
成都 7°C 14°C 多雲	杭州 7°C 14°C 天晴	拉薩 -4°C 13°C 天晴	西寧 19°C 21°C 有雨
重慶 7°C 15°C 多雲	哈爾濱 -12°C -2°C 有雪	南昌 9°C 16°C 天晴	成都 4°C 5°C 天晴
合肥 4°C 15°C 多雲	哈爾濱 -12°C -2°C 有雪	太原 -6°C 9°C 天晴	銀川 -4°C 5°C 天晴

世界各大城市天氣預測

馬尼拉 26°C 32°C 毛毛雨	悉尼 19°C 29°C 雷暴	倫敦 -2°C 4°C 天晴	檀香山 22°C 29°C 露雨
新德里 11°C 29°C 有霧	巴黎 8°C 13°C 露雨	馬德里 8°C 13°C 露雨	洛杉磯 9°C 19°C 天晴
北京 0°C 9°C 天晴	首爾 3°C 6°C 多雲	莫斯科 -9°C -4°C 有雪	紐約 11°C 16°C 有雨
長春			