

98

2026年9月

消渴三十誌

30th
ANNIVERSARY

病友心聲

「糖」天使

御用佐膳

杏林坐館

會務及會員專欄

電子版本



消渴茶館

編者的話

三十載細水長流，與糖友並肩同行 (2)

本期《消渴茶館》為上一期的延續，同為慶祝聯會三十周年誌慶的特別專輯。這次我們聚焦聯會的歷史和里程碑，讓大家充分去感受和理解聯會的建立、成長和「開枝散葉」，以及這個「家」的溫暖。

我們是次非常榮幸邀請到多位殿堂級的醫護撰文，包括聯會第一屆理事會主席及榮譽主席林小玲教授、《消渴茶館》創刊主編輯徐業成醫生、時任聯會主席吳文玉醫生及副主席李俊康醫生，把聯會和《消渴茶館》的「前世今生」娓娓道來。我們亦成功邀得聯會一眾勞苦功高的幕後功臣——行政人員和義工團隊們踏出廬山，盡訴心中情。試問這人情厚厚、茶香濃濃的一個家，又會有誰不愛呢？

最後，懇請讀者們恕編者筆拙，謹引用創刊主編徐醫生的一席編者的話：「茶館之設實乃應會員之需，唯品茗口味，各有不同。作為香港糖尿聯會的會訊，我們希望《消渴茶館》能助會員解求知之渴，探求糖尿之道，並廣交糖尿之友，成為大家學習糖尿資料、交流自助心得、聯誼消閒的場所。」

糖尿聯會三十誌，雖光陰荏苒，唯物在人在，初心未變！

香港糖尿聯會理事會

主席	吳文玉醫生		
副主席	李俊康醫生	施漢珩先生	
榮譽秘書	馬煥傑醫生		
榮譽司庫	麥彥豐醫生		
理事會成員	陳錦洲先生	陳嘉誠先生	陳愛英女士
	何灼華醫生	許兆文醫生	江碧珊醫生
	羅銘駿先生	麥慧嫻醫生	伍超明醫生
	沈子豪醫生	單寶盈女士	曾昭志醫生
	黃麗詩醫生	黃杏雯女士	胡裕初醫生
專責委員會負責人	沈子豪醫生	黃卓力醫生	
榮譽會計師	胡天俊先生		
榮譽核數師	鄭耀雄先生		
榮譽法律顧問	區兆康先生		

香港糖尿聯會出版委員會

主編	黃卓力醫生	莫碧虹護士	
委員	陳家頤醫生	陳玉潔醫生	蔡詠儀護士
	鍾振海醫生	馮鈺喬醫生	許兆文醫生
	關大輝醫生	梁凱迪醫生	馬煥傑醫生
	麥慧嫻醫生	李彥庭營養師	蘇德宜護士
	甄嘉勝醫生	楊俊業醫生	
行政	游康麟先生	明偉鍵先生	



目錄



編者的話

- 2 三十載細水長流，與糖友並肩同行 (2)

會務及會員專欄

- 2 會務
4 活動預告
6 香港糖尿聯會30周年慶典 暨 家庭健康同樂嘉年華
8 預防糖胖 全港小學生填色比賽2026
10 抗糖者聯盟

病友心聲

- 11 我與聯會走過的三十年

杏林坐館

- 12 香港糖尿聯會三十而立
22 鳴謝：一般/每月捐款
24 消渴茶館創刊史
25 香港糖尿聯會的現在：承前啟後，守護健康三十載
27 香港糖尿聯會的未來

荒「糖」天使

- 28 聯會全人誌：共建抗糖大家庭
29 《向香港糖尿聯會的義工們致敬：分享服務聯會的點滴》



diabetes.hk



Diabetes Hongkong 香港糖尿聯會



@Diabetes_Hongkong



消渴茶館 電子版本

地址：九龍長沙灣道928-930號
時代中心20樓2001-02室
電話: 2723 2087
傳真網址: 2723 2207
網站: www.diabetes-hk.org
電子郵件: info@diabetes-hk.org

會務及會員專欄

活動預告

糖尿健步行2026

糖尿健步行將於2026年11月1日(星期日)上午
灣仔臨時海濱花園「水上運動及康樂主題區」
舉行。

活動詳情，請見有關海報(第13頁三連頁)及隨
今期會訊附上的報名表格。

香港糖尿聯會健康長跑 2027

為了向市民大眾宣揚定期參與體能活動對促進
身體健康及預防糖尿病的重要性，以及為香
港糖尿聯會籌務經費，聯會每年主辦此長跑活
動。

活動日期：2027年1月3日(星期日)

集合地點：上水彩園路

有關活動及報名詳情請留意本會網站
www.diabetes-hk.org



香港糖尿聯會網址
www.diabetes-hk.org



精明控糖資訊月2026 (免費實體講座)

為響應每年「世界糖尿病日」，喚醒全球對
糖尿病的警覺和關注，香港糖尿聯會將舉辦
網上講座活動，由專家與大家分享控糖資
訊，從而提升大家對預防及管理糖尿病的意
識，做到「精明控糖」。

日期：2026年9月12日及10月17日(星期六)

時間：下午2時30分 至 3時30分

有關講座及報名詳情請留意本會網站
www.diabetes-hk.org

香港內分泌、糖尿、代謝疾病會議2026公眾 講座

日期：2026年10月24日(六)

時間：上午10:00 - 11:30

地點：香港會議展覽中心

講題及講者

- 糖尿病和骨質疏鬆有乜咁‘牙’煙
霍達川牙科醫生(牙周病學臨床助理教授)
- 甜到入‘心’
林立田醫生(心臟科專科醫生)
- 食物金字塔反轉咗？糖尿病人點算好？
余思行女仕(註冊營養師(英國))

有關活動及報名詳情請留意本會網站
www.diabetes-hk.org

香港糖尿聯會30周年慶典 暨 家庭健康同樂嘉年華

由香港糖尿聯會主辦的「香港糖尿聯會30周年慶典暨家庭健康同樂嘉年華」已於2026年6月7日（星期日）假荃灣D•PARK 愉景新城L1 室內草地順利舉行。當日現場氣氛熱烈，吸引了大量市民與家庭前來參與，共襄盛舉。

邁向三十載：攜手推廣控糖與健康

香港糖尿聯會自1996年成立以來，一直致力於糖尿病的預防、護理服務及大眾健康教育。適逢今年昂然邁進30周年，聯會特別於充滿活力的社區商場舉辦是次免費嘉年華，旨在將健康資訊帶入社區，宣揚糖尿病預防及護理訊息，與公眾市民一同開展健康新一頁。

當日的焦點節目為隆重的「三十周年啟動禮」，為聯會的三十載里程碑揭開序幕，並邀得眾多嘉賓與市民見證這個歷史性時刻。

精彩活動回顧：寓教育於娛樂

是次嘉年華節目豐富多元，涵蓋教育、藝術與娛樂互動，全面照顧不同年齡層市民的需要：

填色比賽頒獎及展覽：展出「【預防糖胖】全港小學生填色比賽2026」得獎作品，以創意色彩宣揚健康生活。

兒童繪本正式發佈：推出全新健康教育繪本，透過生動故事引導一家大細實踐良好飲食習慣。

健康講座與舞台表演：專家親臨傳授實用控糖與預防知識，配合舞台精彩表演，現場氣氛熱烈。

趣味互動遊戲：設有多個寓教育於娛樂的遊戲攤位，吸引市民踴躍參與，共享歡樂週末。



圖為香港糖尿聯會主席吳文玉醫生（左4）、副主席李俊康醫生（右4）、榮譽秘書馬俊傑醫生（右1）、本會理事陳愛英女士（左1）、曾昭志醫生（左2）、黃麗詩醫生（左3）、陳嘉誠先生（右3）及胡裕初醫生（右2）為嘉年華主持啟動儀式



聯會代表聚首於以30周年標誌為主題的背景板前，為嘉年華正式揭開序幕。



大會隆重發布全新兒童繪本《抗糖者聯盟》，由李俊康醫生（左）及陳嘉誠先生（右）介紹及分享創作理念。

會務及會員專欄



舞台上進行了動感十足的跆拳道表演，學員們展現出精湛的技巧與活力，贏得全場掌聲。



講者：內分泌及糖尿病專科醫生 胡依諾（右）
嘉賓：李蔓瑩 (Renee)（中）
主持：Kelly（左）
為聯會主持「櫻」要識食！健康問答比賽



大會舉辦了專業健康教育講座，由多位醫生深入淺出地講解第一型與第二型糖尿病的成因及風險，藉此提升公眾的防禦意識。（圖為曾昭志醫生（左1）、李俊康醫生（左2）、吳文玉醫生（右2）及馬俊傑醫生（右1）



粵曲表演嘉賓：林幸賢同學為我們帶來兩首粵曲《牡丹亭驚夢之幽媾「觀畫」》及《寶蓮燈之華山救母》選段



香港肥胖學會主席、香港大學兒科臨床實務助理教授、兒科專科醫生施穎珊醫生為聯會主講「守護孩子健康成長：預防兒童肥胖與糖尿病」講座



內分泌及糖尿病專科醫生曾昭志，為聯會主講「預防糖尿斷捨離」講座



一眾小舞者換上華麗的芭蕾舞服飾，在舞台上以優雅的舞姿為慶典帶來溫馨且精彩的表演。



現場設有結合健康教育與趣味挑戰的互動攤位，讓市民在遊戲中學習健康烹調知識。



嘉年華設有多個結合運動元素的挑戰攤位，讓市民在遊戲中培養每日運動的習慣，擊倒高血糖。

會務及會員專欄

預防糖胖 全港小學生填色比賽2026

香港糖尿聯會於3月份舉辦是次填色比賽。聯會希望透過是次賽事喚起學生對糖尿病的關注，了解建立良好生活模式對預防糖尿病的重要性，並讓學生藉此發揮創意。

賽事共向514間全港小學宣傳，收到來自174間小學合共 9,637 幅作品，得獎名單如下：

全港最積極參與學校：嘉諾撒聖家學校（九龍塘）

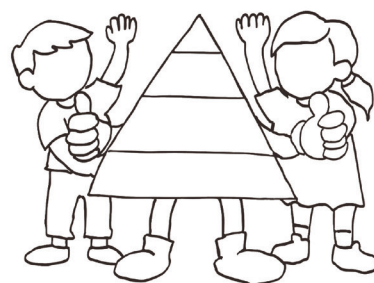
初級組（小一至小三）

金獎 任芯妍 元朗官立小學
銀獎 呂鎧倫 五旬節于良發小學
銅獎 黃依琳 大埔舊墟公立學校（寶湖道）

高級組（小四至小六）

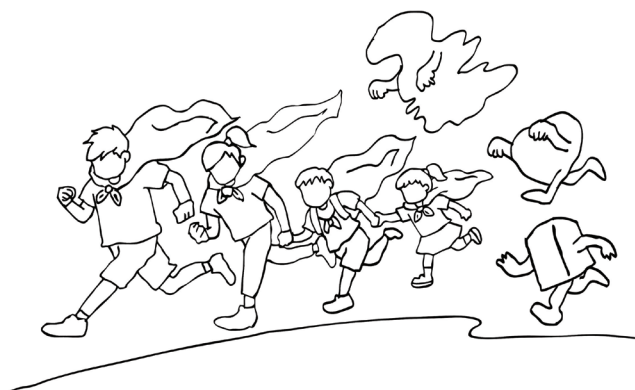
金獎 梁穎心 鐘聲學校
銀獎 黃思齊 喇沙小學
銅獎 呂鎧珩 德望小學暨幼稚園（小學部）

金獎作品將製作成文件夾，贈送予得獎學生及學校。
賽事頒獎典禮及作品展已於2026年6月7日
假荃灣D•PARK 愉景新城L1 室內草地舉行



參賽填色用底圖：

初級組『一至三年級』



參賽填色用底圖：

高級組『四至六年級』

主辦及
評審單位





糖路人Mr. Vincent Chan（圖左）捐贈是次填色比賽的底圖，在香港糖尿聯會主席吳文玉醫生（圖右）陪同下頒發獎項予初級組得獎者。



糖路人Mr. Vincent Chan（圖左）捐贈是次填色比賽的底圖，在香港糖尿聯會副主席李俊康醫生（圖右）陪同下頒發獎項予高級組得獎者。

各組別金獎作品如下：

初級組『一至三年級』
任芯妍 元朗官立小學



高級組『四至六年級』
梁穎心 鐘聲學校



由於版面有限，更多得獎作品，
請到本會網頁

([https://diabetes-hk.org/
results-of-colouring-competition-2026/](https://diabetes-hk.org/results-of-colouring-competition-2026/)) 或掃描右邊的
QR code。





為慶祝香港糖尿聯會成立三十周年，本會特意策劃出版全新健康教育繪本《抗糖者聯盟》。

香港糖尿聯會過去三十年來，一直致力於本港推廣糖尿病預防、學童健康飲食及保健教育。鑑於近年學童攝取過量糖分及肥胖問題日益嚴重，本會於三十周年之際，特別精心編繪了《抗糖者聯盟》繪本。我們期望透過輕鬆幽默、深入淺出的故事，引導小學生認識「三高」和肥胖對身體的潛在影響，並從小便培養健康生活習慣。

所有繪本均免費送贈，不可作牟利用途。

索取繪本方式：

(一)自取

無須填此表格，請於辦公時間內索取。

地址：九龍長沙灣道928-930號時代中心
20樓 2001-02室

辦公時間：

星期一至五 9:00am – 12:30pm /
1:30pm – 6:00pm；

星期六、日及公眾假期休息

(二)順豐郵費到付

填妥以下「索取繪本表格」，並提供有效的姓名、收件電話及收件地址，郵費由收件人支付。

(提交完整資料後，將於兩星期內寄出)

每人只限索取最多兩本，數量有限，送完即止。

****請勿重複索取，重複索取會導致被取消資格****



我與聯會走過的三十年

香港糖尿聯會前副主席、資深理事 王幼立 口述 (Charles 代筆)

1996年，當我接過那張寫著「糖尿病」的確診報告時，耳邊彷彿瞬間失去了所有聲音，整個世界冰冷地凝固了。雖然家族中早有先例，但當事情真正落到自己頭上，一想到後半生都要與這個「無法治癒」的疾病綑綁在一起，心中便不禁迷茫：這場終身抗糖戰役的終點，到底在哪裡？無助、恐懼與焦慮，像排山倒海般將我淹沒。那時的我，只是一個迷茫又脆弱的病人。

幸好，命運讓我在政府醫院覆診時遇到了林小玲教授。她不僅悉心為我診治，更像一盞明燈，照亮了我最晦暗的時期。當時她正與馬道之醫生、蕭成忠醫生、曾文和醫生等一眾熱心的醫護人員籌組創立「香港糖尿聯會」，在她溫暖而熱切的邀請下，我鼓起勇氣成為了核心會員，並於1998年正式加入理事會，直到2016年退任。

起初，我只是本著一份病人的感恩之心，希望利用自己人力資源的專業背景，為這個剛起步的「家」貢獻綿力。沒想到，這份與同路人攜手前行的承諾，一轉眼，竟然編織了三十年的歲月。

由記得第一屆理事會（當時稱為幹事會）只有8位成員，後來陸續增至20人。最讓我動容的是，理事會的組成打破了傳統的框架，除了專科醫生、護士、營養師等醫療專業人員，更保留了重要席位給糖尿病患者及家屬。每一次開會，我不再覺得自己只是一個「來看病的病人」，而是一個被尊重、能以自身經歷發聲的夥伴。席間大家拋開身份，無私地為推廣糖尿病預防及治理出心出力。那種醫患並肩、毫無隔閡的凝聚力，給了我控糖路上莫大的安全感。

到了2000年初，我們在尖沙咀赫德道利威大廈有了第一個會址，不久碰上職員離任，聯會會務一時陷入真空，而我正處於轉職的空窗期。或許是命運的安排，我便以義工身份駐守當值。那段日子，每天接觸到來自不同醫院聯網、帶著不同憂慮前來的病友。看著他們從一開始進門時的滿臉愁容、焦慮不安，到因為在這裡獲得了實用的控糖資訊、感受到同路人的擁抱，最後離去時展現出釋懷寬慰的

笑容那一刻，我內心的激盪難以言喻。我真切地感受到，聯會的成立不僅僅是一個組織，更是無數絕望心靈的避風港，這一切真的充滿價值。

三十年來，最牽動我情感、也最令我自豪的，莫過於每年11月14日響應世界糖尿日的「糖尿健步行」。從1999年至今，這條路我們一走，就走過了將近三十個年頭。回望過去，印象最深刻的莫過於首屆在山頂繞行盧古道，當日馬道之醫生更邀得粵劇名伶芳艷芬女士擔任主禮嘉賓，場面熱鬧非凡，至今仍歷歷在目。每年的健步行都凝聚了超過500名病友浩浩蕩蕩地聚首，那不只是一場大型戶外活動，更像是我們「同路人」一年一度的家族大聚會。大家見面時的一句問候、一個眼神，都是最深切的彼此勉勵。自「糖尿健步行」舉辦以來，除了僅僅一屆因事未能出席，其餘每一年，無論風雨多大、身體多疲累，我都風雨無阻地站在起點。因為我知道，我跨出的每一步，不僅是走給自己看，更是用行動向所有人宣示：我們不會被糖尿病困住，我們有決心、也有能力與它好好同行。

另一個至今仍深烙在我心底的溫暖記憶，是2002年啟動的「糖尿流動專車」。回想起那輛滿載著教育器材與眼底照相設備的專車，每月到訪全港不同區的屋苑，我的眼眶總會泛紅。從病人的角度來看，這是一個多麼體貼、多麼具劃時代意義的服務！我們深知很多老人家或基層病友因為行動不便或抗拒醫院，往往耽誤了病情。這架專車，除了透過簡單的「篤手指」及一系列的併發症檢查，提高市民大眾對控制血糖的意識外，更直接把糖尿病人最需要的服務送到居所附近。這架車，縮短的不僅是服務的物理距離，更拉近了人與人、社會與病友之間的距離，向社區傳遞了最深切的愛與關懷。

回首三十載，點滴在心頭。聯會已經從當年那個只有幾百人的小團體，茁壯成長為今天擁有近兩萬名會員，風雨同舟的溫暖港灣。真的很感恩，這條漫長的控糖路上有聯會同行。它把我的不幸，轉化成了服務他人的福氣；讓我在付出與奉獻的過程中重塑生命，活出了無憾的精彩人生。



香港糖尿聯會三十而立

內分泌及糖尿科專科醫生 林小玲 (香港糖尿聯會榮譽主席)

1996年一項大學的研究，發現香港的成年人中十個就有一人患有糖尿病。雖然大多數糖尿病友患病初期沒有明顯症狀，但若處理不當卻可導致各種併發症，後患無窮。想當年糖尿病的「大流行」迫在眉睫，政府以及社會各界實有急切需要採取行動，積極預防及治理這日趨普遍的慢性病。因此我們幾位志同道合的糖尿科醫生，連同一位任職專業律師的病友，合力籌辦了這個屬於全港糖尿病友、其家人及各界關注糖尿病人士的香港糖尿聯會。1996年9月，適逢第三屆國際糖尿病聯盟西太區大會在香港舉辦，我們在這國際盛會上宣佈本聯會正式成立，並於次年成為香港政府註冊慈善組織，2000年更成為國際聯盟的會員機構。時至今日，本會會員已超過二萬人，其中八成多為病友，理事會中有病友、醫生、護士及營養師代表，可說是本港最有代表性的糖尿病組織。

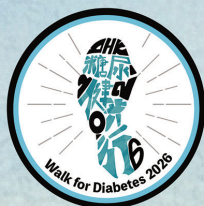
我們聯會的工作目標多元，一方面推廣糖尿病相關知識，支援糖尿病友及其家人，亦會為糖尿病友發聲，爭取社會的關心及尊重；另外亦積極提高糖尿病相關的醫療水平，除了培訓本地醫護人員之外，更會聯繫本地及國際糖尿組織，促進學術及臨床經驗的交流，鼓勵糖尿病的研究工作。

過去三十年間，十四屆的理事會幹事為了達到創會的目標不遺餘力，持續努力發展會務，屢創新猷，成功創下多個重要的里程碑：1998年開始出版會刊《消渴茶館》；1999年舉辦第一屆「糖尿健步行」；2000年聯會的資源中心於尖沙咀開幕，同年開始糖尿病併發症篩查服務；2001年協

辦第二屆華夏內分泌大會；2002年啟動糖尿流動專車服務，為市民提供教育及檢查服務；2003年首次組隊參與澳門國際馬拉松大賽；2005年舉辦預防糖尿嘉年華；2006年首辦一年一度的健康長跑；2007年在合和中心亮起藍燈響應世界糖尿病日；2008年設立糖尿護理研究基金；2009年推出「遠離糖尿」的校園教育計劃；2013年首辦關注糖尿人士會議等等。隨著聯會的活動及會員日益增加，資源中心亦於2005年搬到上環，其後於2014年再遷至現時長沙灣的會址。

上述的活動，絕大部分至今仍然定期舉辦，而近年的教育資訊活動，有不少亦延伸到互聯網及電視平台，好讓更多的病友和市民大眾能接觸到我們提供的服務和資訊。展望將來，希望聯會的會務，在我們的會員、義工、服務團隊、贊助機構和各界熱心人士的鼎力支持下，繼續蒸蒸日上，以達至我們齊心戰勝糖尿病的初衷。

主辦機構



糖尿病健步行

Walk for Diabetes
2026



世界糖尿病日

不設現場報名及捐款

2026年
11月01日(日)
早上十點

灣仔臨時海濱花園(水上運動及康樂主題區)

獎項：個人籌款大獎、團體籌款大獎、最人強馬壯隊伍大獎及家庭籌款大獎

捐款\$150或以上送紀念品一份(數量有限, 送完即止)

❤ 本活動所籌得善款將用於服務糖尿病患者及推廣預防糖尿病教育工作

活動詳情及捐款表格：



或到香港糖尿聯會網站
(www.diabetes-hk.org)
瀏覽／中心索取資料

香港糖尿聯會三十周年 榮譽主席、歷屆及現任主席祝賀

楊紫芝教授 榮譽主席

Diabetes is a very common disease worldwide and its prevalence is rising with an aging population. Fortunately, we now have a better understanding of the aetiology of diabetes and its complications. There are also new drugs to treat diabetes and new technology to help patients manage their diabetes. We hope that all diabetes patients will live as long as and as healthy as their counterparts without diabetes.

Diabetes Hongkong plays a pivotal role in helping us realise our goal through educating the public, patients and their families, training healthcare personnel and collaborating with Diabetes Associations worldwide. I wish to thank Diabetes Hongkong for its invaluable contribution in the prevention and management of diabetes in Hong Kong in the past 30 years. I am confident that Diabetes Hongkong will continue to flourish and contribute to the wellbeing of the Hong Kong population.

林小玲教授 榮譽主席

As we celebrate the 30th Anniversary of Diabetes Hongkong, we can be proud of our contributions towards promoting the prevention and optimal care of diabetes in Hong Kong. We must thank all our members, especially our volunteers and council members, our staff and sponsors, without whose dedication and support we would not have reached this major milestone.

馬道之醫生 榮譽主席

In 1996 when organizing the 3rd International Diabetes Federation - Western Pacific Regional Conference, I turned to Karen (Professor Lam) and said we should start a diabetes organization for our patients, to be inaugurated on the last day of the Conference. That was how Diabetes Hongkong was born. 30 years and several generations of committees later, DHK has matured and benefited thousands of local patients with their guidance and education. I wish DHK all the best in the next 30 years.

曾文和醫生 2002-2004

值此三十周年之際，謹向香港糖尿聯會致以摯誠的祝賀。三十年的堅持與努力，充分展現了病患者、醫護、義工及與醫療團隊支持下所能取得的成就。我們將繼續與您同行，推動糖尿病教育與關懷，共同邁向更健康的未來。

蕭成忠醫生 2004-2006

香港糖尿聯會自成立30年來，會務卓越，成績斐然，有目共睹。僅此祝願香港糖尿聯會繼續秉承優良理念，砥礪前行，更深更遠地做好防治糖尿病的工作。

楊鐸輝醫生 2008-2010

For 30 dedicated years, through the profound devotion of all volunteers and partners at Diabetes Hongkong, you have uplifted the lives of countless individuals living with or affected by diabetes mellitus. By organizing countless social activities, you have brought people together, turning isolated care into well-integrated community support. Your unwavering passion has significantly enhanced public knowledge and elevated the standard of care across Hong Kong. Thank you to every volunteer who dedicates their heart to this vital mission. Happy 30th Anniversary! May your enduring warmth, care, and life-changing impact continue to shine brightly and inspire generations to come.

馬青雲教授 2010-2012

Congratulations to Diabetes Hongkong on this special occasion of its 30th Anniversary! It is wonderful to witness the growth and development of DHK, and the important contribution it has played in combating the burden of diabetes in Hong Kong. This would not have been possible without the tireless dedication of many people committed to make a difference to the lives of people with diabetes and the health of our community. Congratulations and a big thank you to all who have supported the important work at DHK!

梁彥欣醫生 2012-2014

Happy 30th Anniversary to Diabetes Hongkong! Thank to all members, volunteers and committee members for your support, participation and effort to build up the diabetes preventive community. We look forward to another decade of expanding our community to prevent diabetes and support people living with diabetes. We need your continuous support!

李家輝醫生 2014-2016

醫患並肩，控糖卅年
攜手共建，健康明天

周榮新醫生 2016-2018

三十載耕耘，建健康未來
過去三十載，香港糖尿聯會從雛形到成為糖尿病防治領域的領航者，每一步都凝聚了專家、醫護、業界、義工、及患者的心血。展望未來，隨著科技進步與人口老化，聯會的角色將更為重要。我衷心期盼聯會能繼續往開來，精益求精，作患者最堅實的後盾，帶領大家走向更健康、更豐盛的人生！

胡裕初醫生 2018-2020

「肯堅持，全賴你的心機。
常控糖，堅守信念要爭氣。」

謹以拙作《甜在心頭》歌詞，記錄香港糖尿聯會三十年來在本地推動糖尿病教育與防治的初心與不懈努力。很榮幸能在不同崗位參與聯會的工作，一起同行，一起成長，見證控糖事業在香港長足發展、惠及無數糖友與家庭。三十載風雨兼程，三十年甜蜜同行。謹祝香港糖尿聯會百尺竿頭，更進一步；糖友生活愈發甜美，健康之路愈走愈寬廣！

伍超明醫生 2020-2022

《糖尿聯會守護社群》
一心一意為糖尿，
二十世紀創聯會，
三十年來同守護，
四季不休伴社群。

許兆文醫生 2022-2024

Driven by care,
Held together by heart,
Kindness keeps us growing.

DHK, happy birthday!

吳文玉醫生 2024-2026

恭喜香港糖尿聯會迎來三十週年！聯會從零起步，一路陪伴無數糖友走過控糖路上的高低起伏。疫情肆虐那幾年，基層糖友面對更大挑戰，但我們沒有退縮——舉辦網上講座、製作短片、革新網頁，並與地區康健中心攜手合作，盡力守護每一位糖友。在此，衷心感謝歷屆理事、義工、伙伴及家屬的付出。願下一個三十年，聯會這盞燈繼續照亮前路，溫暖更多需要幫助的人。

李俊康醫生 副主席 2024-2026

消渴流行與日增
時刻須防併發生
糖聯醫患並肩闖
三十同心挽手創
恭祝香港糖尿聯會生日快樂！

香港糖尿聯會三十周年發展里程

香港糖尿聯會於一九九六年成立，是香港政府註冊慈善組織《稅務條例》第88條獲豁免繳稅的屬公共性質的慈善機構檔案編號：91/4983)。現有會員近20,000名，當中病友佔70%，專業醫療人員及病友親屬等分別約佔15%。聯會的宗旨是為糖尿病患者服務，促進各界人士對糖尿病的認識和關注，以加強糖尿病的預防和治理。

1996



香港糖尿聯會成立

1997

聯會獲確立為慈善機構

1999



舉行第一屆糖尿健步行，以響應世界糖尿病日

2000



正式成為國際糖尿病聯盟會員機構，資源中心亦於同年開幕

2005



舉辦預防糖尿嘉年華

2004



推行預防糖尿鼓勵計劃

2006



首辦健康長跑，藉以鼓勵社會大眾多做恆常運動以預防糖尿

2009



獲空運業界贊助，推行遠離糖尿校園行動教育計劃

2011



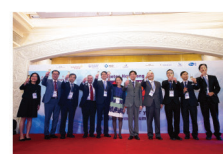
舉行十五周年籌款晚宴

2013



首辦香港糖尿病患者研討會（現名為關注糖尿人士會議）

2016



舉行二十周年研討會暨晚宴

2017



舉辦「胰島素—控糖好幫手」短片創作比賽

2020



兒童繪本《邊邊有古怪?!》面世，用以推廣健康生活及糖尿病教育

2021



舉行不同的活動（如：派發物資、網上講座等）與病友一同抗疫



舉辦香港糖尿聯會25周年學術研討會

2022



推出一連12集的【夠鐘上「糖」】健康教育短片

2026



1996

2006

2016

1998



出版會訊《消渴茶館》成為重要的中文糖尿期刊

2001



為第二屆國際華夏內分泌大會主辦單位之一

2002



糖尿流動專車啟動，為市民提供教育及糖尿病併發症檢查服務

2003



首次組隊參與澳門國際馬拉松大賽

2007



響應全球各國於世界糖尿病日的慶祝活動，在合和中心亮起藍燈

2008



糖尿護理研究基金作出首項撥款

2010



全城齊驗血糖、血壓、膽固醇大行動，打破兩項世界紀錄

2012



推出「糖尿病人試紙資助計劃」

2015



聯會續獲「愛心聖誕大行動」贊助「糖尿病支援計劃」

2018



發佈藥物研究，同時呼籲藥物治療外，患者應有良好生活習慣

2023



關注糖尿人士會議2023為疫情後首個大型活動

2019



醫生、護士製作主題曲《甜在心頭》用以支持及鼓勵患者克服困境

2024



舉辦全港小學親子健康餐盒設計比賽並印發得獎食譜

2025



聯會網站及社交媒體大更新，更貼合用戶需求



賀
香港糖尿聯會
創立

30

周年

三十載風雨同舟，砥礪前行；
新起點攜手共進，再創輝煌！

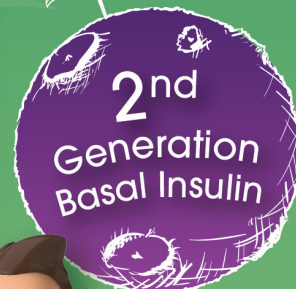
sanofi



Toujeo®

insulin glargine 300U/mL

LESS IS MORE



Less Injection Volume

- 1/3 injection volume needed^{1*}



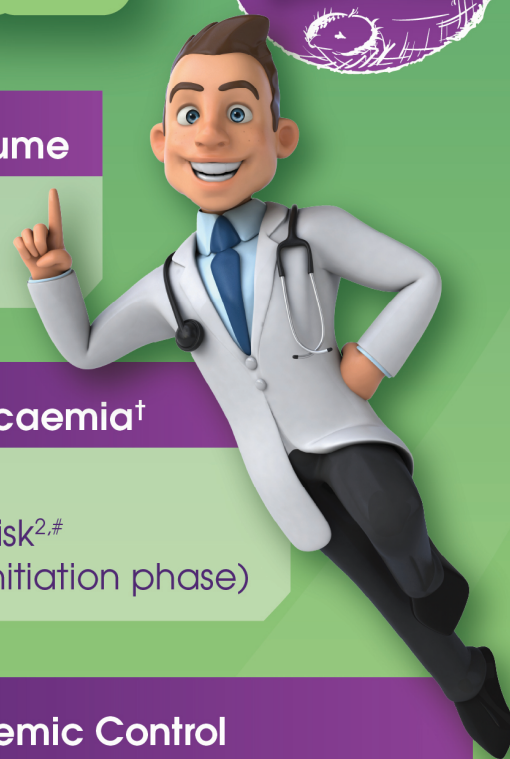
Less Hypoglycaemia[†]

- Up to 43% lower hypoglycaemia risk^{2,‡}
(during titration/initiation phase)



More Glycaemic Control

- Extra reduction in HbA_{1c}^{3,4,‡}
- Less glucose variability in PK/PD analysis^{5,6,‡}



* Compared to traditional 100 units/mL insulin

¹ Compared to insulin degludec 100 units/mL

² Based on the BRIGHT trial, a non-inferiority study in insulin-naïve patients with uncontrolled type 2 diabetes. Patients were randomized to dosing of insulin glargine 300 units/mL or insulin degludec 100 units/mL in a 1:1 manner.

³ For renal function impaired and elderly patients. Based on predefined subgroup analysis investigating the effects of various factors on HbA_{1c} reduction with insulin glargine 300 units/mL versus insulin degludec 100 units/mL in the BRIGHT study.^{3,4}

⁴ In type 1 diabetes patients

Presentation: Insulin glargine 300 IU/mL solution for injection. **Indications:** Treatment of diabetes mellitus in adults, adolescents and children from the age of 6 years. **Dosage:** Once daily (preferably at the same time every day up to 3 hours before or after the usual time of administration), with adjusted individual dosage. Please refer to the full prescribing information for guidelines on switching between other insulin preparations. **Administration:** Subcutaneous injection. Toujeo is NOT INTENDED FOR INTRAVENOUS USE since it could result in severe hypoglycaemia. Toujeo must not be drawn from the cartridge of the SoloStar pre-filled pen into a syringe or severe overdose can result. **Contraindications:** Hypersensitivity to insulin glargine or to any of the excipients. **Precautions:** Toujeo has not been studied in children below 6 years of age. Elderly: Progressive deterioration of renal function may lead to a steady decrease in insulin requirements. Renal impairment: Insulin requirements may be diminished due to reduced insulin metabolism. Hepatic impairment: Insulin requirement may be diminished due to reduced capacity for gluconeogenesis and reduced insulin metabolism. Perform continuous rotation of injection site to reduce risk of lipodystrophy and cutaneous amyloidosis. Blood glucose monitoring is recommended after change in injection site. Hypoglycaemia. Intercurrent illness. Hypoglycaemia. Combination of Toujeo with pioglitazone. Medication errors prevention. **Interactions:** Effects enhanced by oral antidiabetics, ACEI, disopyramide, fibrates, fluoxetine, MAOIs, pentoxifylline, propoxyphene, salicylates, sulfonamide antibiotics. Effects reduced by corticosteroids, danazol, diazoxide, diuretics, glucagons, isoniazid, oestrogens and progestagens, phenothiazine derivatives, somatropin, sympathomimetics, or thyroid hormones, atypical antipsychotics and protease inhibitors. Beta-blockers, clonidine, lithium or alcohol may either potentiate or weaken the effects of insulin. Pentamidine may cause hypoglycaemia, followed by hyperglycaemia. The signs of adrenergic counter-regulation may be reduced or absent under the influence of sympatholytic medicinal products such as beta-blockers, clonidine, guanethidine and reserpine. **Fertility, pregnancy and lactation:** Animal studies do not indicate direct harmful effects with respect to fertility and reproductive toxicity. The use of Toujeo may be considered during pregnancy if clinically needed. It is unknown whether insulin glargine is excreted in human milk. **Overdose:** Insulin overdose may lead to severe and sometimes long-term and life-threatening hypoglycaemia. Mild episodes of hypoglycaemia can usually be treated with oral carbohydrates. More severe episodes with coma, seizure or neurologic impairment may be treated with glucagon (intramuscular or subcutaneous) or concentrated glucose solution (intravenous). **Undesirable effects:** Hypoglycaemia. Lipohypertrophy, injection site reactions. For common, uncommon, rare and very rare undesirable effects, please refer to the full prescribing information. **Storage:** Before first use: Store in a refrigerator (2°C - 8°C). Do not freeze. Protect from light. After first use: Store below 30°C. Use within 42 days. Do not freeze. **Preparation:** Toujeo 5 x 1.5 mL (450 IU) pre-filled pens. **Legal classification:** Part 1 Poison **Full prescribing information is available upon request.** API-HK-TOU-20.07

References:

1. Toujeo® Hong Kong prescribing information. 2. Rosenstock J, et al. Diabetes Care. 2018;41(10):2147-2154. 3. Haluzik M, et al. Diabetes Obes Metab. 2020;22(8):1369-1377. 4. Bolli GB, et al. Diabetes Obes Metab. 2021;23(7):1588-1593. 5. Gomez-Peraña F, et al. Diabetes Obes Metab. 2024;26(5):1993-1997. 6. Lucial P, et al. Diabetes Care. 2021;44(1):125-132.

sanofi

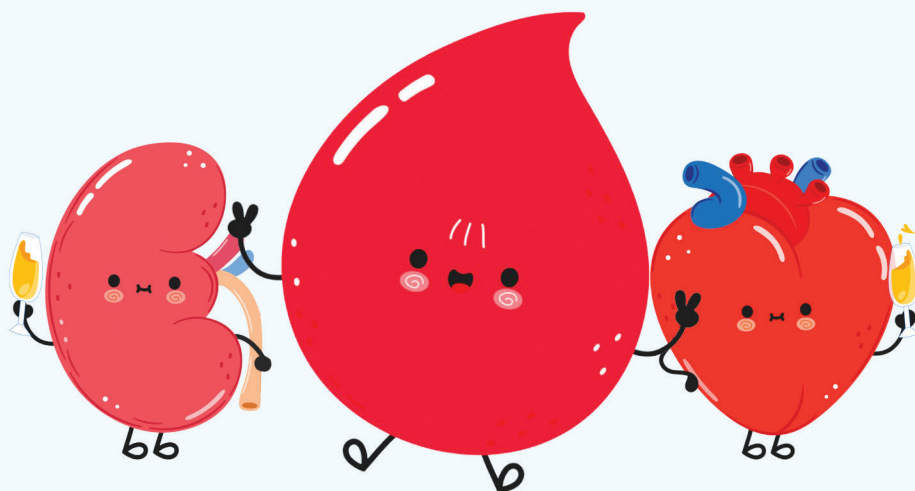
Sanofi Hong Kong Limited
1/F & SECTION 212 on 2/F, AXA SOUTHSIDE, 38 WONG CHUK HANG ROAD,
WONG CHUK HANG, HONG KONG
Tel: (852) 2506 8333 Fax: (852) 2506 2537

賀



香港糖尿聯會
DIABETES HONGKONG

創立30周年



攜手並肩 保護心腎

AstraZeneca
阿斯利康

阿斯利康(香港)有限公司
香港北角京華道18號中國太平金融中心11樓1-3室
電話：(852)2420 7388 傳真：(852)2422 6788

如有任何關於您的治療的疑問，請向您的醫生或藥劑師查詢。

HK-13176 JUL 2026



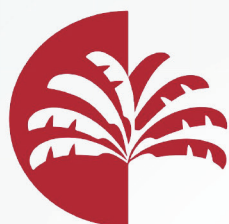
鳴謝：一般/每月捐款

香港糖尿聯會衷心感謝下列善長和機構的慷慨捐助。我們亦謹向那些無名捐款者致表謝意。

Diabetes Hongkong would like to thank the following donors sincerely for their generous support.
Our thanks also go to all those who have made anonymous donations

Ms. CHAN So Ying
Ms. CHAN Yuen Yan
Mr. LAU Cheung On
Ms. LAU Siu Ping
Ms. LEE YICK Hoi Lun Helen
Mr. TAM Kwok Sang
Ms. WONG Yuk Sui
Mr. WONG Ping Hung
Mr. YUEN Chan Ming

**WITH COMPLIMENTS
OF**



DKSH



消渴茶館創刊史

內分泌及糖尿科專科醫生 徐業成

恭喜！恭喜！

香港糖尿聯會成立至今已屆三十而立之年，作為當時唯一面向全港糖尿病醫、護、病友開放的組織會訊，消渴茶館亦從1998年1月創刊至今踏入第97期。

消渴茶館既是推廣香港糖尿病教育的必然產物，亦是發展糖尿病教育進程的重要推手。

當今互聯網發達，數碼資訊唾手可得，消息來源百花齊放，人人可當博主，卻也讓真偽難辨。消渴茶館的存在價值並不會因時代褪色，反而因其訊息可靠而更顯彌足珍貴。

香港糖尿聯會會訊「消渴茶館」這名字，反映香港同時存在的兩套法律認可及文化認同的醫療體系。糖尿病（現代醫學）和消渴病（中醫學）是醫學上認可的同義詞。「消」「渴」是消解求知之渴，求何知？求「消渴」糖尿病之知。「太平父老清閒慣，多在酒樓茶社中」，茶館就是讓各聯會會友問訊敘誼交流學習之所。故為名！

半甲子已過，記憶雖已模糊，仍記得當時出版委員會每次開會的熱烈氣氛。除了劉業添醫生，簡靜兒小姐，梁逸思小姐（財務及印務小組），童靜漪小姐（會員及會務小組），蕭成忠醫生（糖尿病教育小組），陳國榮醫生（糖尿病人在香港小組），高天才醫生（糖尿病服務在香港小組），還有加入各小組的其他會員。每次期刊前期工作時熱烈討論，反覆推敲，審定題綱；後期齊心合力，全力以赴為每期期刊出版努力。完全體會糖尿聯會結合醫生，輔助醫療人員以及病友共同面對糖尿病的精神。

感謝歷屆茶館同工，齊心建設茶館。

茶館要因地制宜，以世界各地茶源，調出適合本地茶友口味的消渴茶。茶源就是環球糖尿病資訊，消渴茶就是以地方智慧轉化成滿足本地病友實際需要的資訊。

茶館亦要因人制宜，調配各式各樣消渴茶，適應背景不同、年齡不同、口味不同的茶友。有些茶友只求學習自我照顧的簡單操作方法，有些希望較深入了解操作的原委，更有些希望尋求正道以外，可有因時制宜的權宜應對。

簡潔易明的文字，深入淺出的內容，便是消渴茶的根本。

誠願「消渴茶館」繼續興旺，邁向百年！

徐業成
2026年4月

香港糖尿聯會的現在：承前啟後，守護健康三十載

內分泌及糖尿科專科醫生 吳文玉（香港糖尿聯會主席）

主席任期（2024-2026）回顧與展望

歲月荏苒，香港糖尿聯會自1996年由一班熱心的糖尿病專科醫護人員及病友共同創立至今，已悄然走過三十個年頭。三十年來，聯會始終秉持著「為糖尿病患者服務、促進各界對糖尿病的認識、加強預防和治理」的初心，砥礪前行。

我有幸在2024至2026年期間擔任香港糖尿聯會主席，這兩年的任期，正值聯會邁向三十周年大慶的關鍵轉型期。回首這兩年，在全體執行委員、醫護專業顧問、義工同仁及廣大病友的鼎力支持下，我們不僅承傳了前人的豐碩成果，更與時俱進，將聯會的服務與健康教育推向了全新的維度。

社區紮根：2025「精明控糖資訊月」至2026三十周年巡迴

面對本港糖尿病患者年輕化以及「糖胖症」日益普遍的趨勢，聯會在過去兩年大力推進社區化與普及化的健康教育。我們深知，唯有走入群眾，才能真正做到「早預防、早發現、早治理」。

2025年「精明控糖資訊月」：在2025年11月，為響應「世界糖尿病日」並喚醒大眾的警覺，我們特別策劃了「精明控糖資訊月2025」社區巡迴講座。我們的內分泌及糖尿科專科醫生團隊主動走出診所，深入新界多個核心社區，包括在屯門地區康健中心、

荃灣地區康健中心及沙田地區康健站舉辦多場專題講座。活動圍繞「糖尿病與骨質疏鬆」、「糖尿病的預防、控制及治療」以及「糖尿病與肥胖」等貼身議題，與市民面對面分享精明控糖資訊。這次活動不僅圓滿成功，更成功在社區埋下健康的種子，為聯會的發展打下了堅實的基石。

2026年三十周年慶典巡迴：延續2025年的社區動力與良好口碑，我們在2026年進一步擴大規模，特別策劃了分量十足的「三十周年公開教育講座」。自今年4月起至10月，我們的醫療專家團隊每月輪流進駐港九新界各區，舉辦更大規模的免費講座，將最前沿、最實用的控糖與預防併發症資訊直接送到市民家門口。這兩年由淺入深、由點到面的社區網絡構建，真正體現了聯會「以人為本」的現在式。



跨代同行：從兒童繪本到家庭嘉年華

糖尿病的防治不應只是患者個人的事，更是一個家庭、乃至整個社會的共同課題。因此，過去兩年我們致力於推動「跨代共融」的健康文化，將教育對象延伸至下一代。

我們非常自豪地在任內籌備並發佈了全新設計的兒童繪本，透過生動有趣的故事，從小培養孩子的健康飲食與運動觀念。同時，我們舉辦了「預防糖胖」全港小學生填色比賽，成功吸引了眾多學校與家庭的參與。而作為三十周年慶典高潮的「家庭健康同樂嘉年華」，更是將健康講座、攤位遊戲、表演與頒獎典禮融為一體，讓市民在歡樂的氛圍中吸收控糖知識。這些創新舉措，象徵著聯會正用更具活力、更接地氣的方式與新一代市民對話。

強化三大支柱，作患者的堅實後盾

香港糖尿聯會的現在，建立在「教育、支援、培訓」三大核心支柱之上：

1. 推廣知識與預防：透過網站、社交媒體及實體活動，持續更新多元化的健康飲食食譜與運動治療計劃。

2. 病友及家屬支援：在 2025 年11月，大埔宏福苑不幸發生五級大火時，我們深知受災病友可能面臨物資斷絕的困境，聯會隨即啟動應變機制，迅速推出「緊急支援計劃」，為受影響的糖尿病病友提供及時的監測血糖物資緊急援助（計劃至2026年2月13日），以實際行動與病友共渡時艱。這種「急病友所急」的關懷，讓病友在抗糖路上絕不孤單。

3. 專業醫護培訓：聯會持續為前線醫護人員提供專業培訓，並積極為糖尿病患者發聲，爭取更完善的社會醫療資源與權益。

結語與展望

三十而立。香港糖尿聯會的「現在」，是一個充滿活力、連接社區、關顧全齡健康的成熟慈善機構。

回顧 2024 至 2026 年的主席任期，我心中充滿了無限的感激。感謝每一位捐款者、會員與義工的無私奉獻。雖然我的主席任期即將屆滿，但聯會守護香港市民健康的使命永不落幕。三十周年的慶典不是終點，而是一個全新的起點。

展望未來，我相信香港糖尿聯會將繼續與時並進，運用更多元、更創新的方式，帶領香港市民擁抱無糖健康生活。讓我們攜手並肩，昂首邁向更精彩的下一個三十年！

香港糖尿聯會的未來

內分泌及糖尿科專科醫生 李俊康 (香港糖尿聯會副主席)

回望香港糖尿聯會過去三十載，讓我想起自己從醫學生到成為專科醫生，對糖尿病的認識也是不斷更新。

從前處理糖尿病是降糖萬事足，所以糖尿藥只需要降糖這個功能。原來這個看似恆久不變的金科玉律，就在大概十年前開始起了翻天覆地的變化，新型糖尿藥竟然肩負起減重、保心、護腎，甚至減低死亡率的偉大使命，現在看來是理所當然，但想當年這些都是大家做夢也想不到的神奇功效！近年受到廣泛討論的心腎代謝症候群，它本身不是新型疾病，而是從宏觀的角度一併評估心、腎、代謝這幾類相關疾病，是一個透過針對性用藥全面降低健康風險的概念。最重要的是：糖友們因為醫學上的進步而變得更加健康！有見及此，聯會未來會加強與相關疾病的組織、學會及地區康健中心合作，一同向大眾推廣認識糖尿及其相關疾病，讓大家明白這些疾病需要綜合治療，而不是獨立處理。

過去十年，有關監察糖尿病的科技亦推陳出新，連續葡萄糖監測裝置讓糖友們監察血糖變得更加方便，無須「篤手指」都可以隨時隨地掌握血糖狀況，程式又可以為整體血糖控制作出統計及分析，為醫患在調較藥物方面提供客觀全面的數據，個別品牌更加入人工智能模式，能夠預測未來數小時的血糖走勢，從而讓糖友及其照顧者提早作出相應措施穩定血糖。聯會將積極考慮優化對糖友購買這些裝置的資助，從而讓更多糖友可以受惠於新科技帶來的好處。

過去聯會積極透過會訊《消渴茶館》、社交媒體、實體或公眾講座、及大型公眾活動（如健步行、健康長跑、關注糖尿人士會議等）推廣糖尿病。未來聯會會繼續透過不同渠道向大眾宣傳各種重要的健康資訊，然而都市人生活節奏急促，有時未必可以有時間出席相關活動或詳細閱覽這些資訊。有見及此，聯會計劃定期制作懶人包資訊圖及輕鬆有趣的短片，探討有關糖尿病的常見謬誤，希望大眾既可在短時間內掌握重要的健康概念，又可以隨時隨地轉發給親朋戚友，齊齊增值！今年聯會製作的繪本《抗糖者聯盟》，重點帶出早預防、早發現的抗糖良方，所以未來聯會除了繼續支援糖友及其照顧者之外，更會加強向非糖友宣傳及早預防和發現糖尿病的重要性，期望在社區建立保護網，齊齊抗糖！

聯會仝人誌：共建抗糖大家庭

鄒智生 Charles (香港糖尿聯會總行政主任)

翻開泛黃的第 33 期《消渴茶館》，那是我初來報到的 2006 年。轉眼間，我在香港糖尿聯會這個大家庭的服務年資，竟然已經邁入第二十個年頭了，成為了這裡服務年資最長的職員。聯會今年迎來創會三十周年的大日子，回首這段與機構共同成長的歲月，心中百感交集，既懷念當年職員同心穩固根基的汗水，更感恩能堅守這份「防治糖尿病」的終身使命。

從城門河畔到全港同行： 見證會務的蛻變

還記得剛加入聯會時，我接手的其中一項重頭戲，就是籌辦 2006 年在沙田城門河畔舉行的「健康長跑」。當時的資源與人手遠不及今天充裕，從賽道策劃、報名聯絡到物資籌備，每一個環節都充滿挑戰。然而，當天看到跑手們迎著晨風衝線的笑容，那份滿足感至今難忘。

二十年來，我見證著聯會的服務在固有基礎上精益求精、因應潮流而推陳出新，在有限的資源下不斷擴張。在我任職期間，糖尿健步行、教育講座、糖尿病併發症檢查服務已逐步深入社區；在理事會成員一直與各大糖尿機構的緊密聯絡下，更建立起完善的病友支援網絡。正因如此，每當聯會推出新活動（如兩年一度的關注糖尿人士會議、糖尿病人試紙資助計劃等），總能獲得參加者的熱烈支持，並順理成章地納入為恆常服務。而作為行政團隊的一員，能夠親手策劃並推動這些惠及糖友的項目，是我職業生涯中最引以為傲的事。

幕後推手： 無分彼此的團隊精神

聯會之所以能茁壯成長，實在有賴一支充滿熱誠與韌性的職員團隊，以及理事會一直以來對職員的充分信任。

聯會職員人數不多，往往需要「一人分飾多角」。我們這班同事，上一秒可能還在電腦前處理繁瑣的行政事務，下一秒就已經捲起衣袖搬運物資。

難能可貴的是，不少已離職的同事服務年資均達五年以上；即使離開了崗位，每逢大型活動，他們仍會以義工身份回來擔任要務，足見彼此對聯會這大家庭的深厚感情。這些年來，我們經歷過領導員工突然離世的傷痛，挺過了疫症襲港的難關，也無懼籌辦大型活動時突如其來的風雨，但團隊從未輕言放棄。辦公室裡，總有彼此補位的默契；遇到難題時，大家圍在一起集思廣益的討論聲，交織成我們最動聽的交響樂。這份不分職級、共同進退的「仝人精神」，實在是支撐聯會持續運作的核心動力。

醫、患、義工： 交織而成的大家庭

然而，職員團隊只是聯會這幅宏大拼圖的其中一塊。這二十年來最觸動我的，是我們與專業醫護、熱心義工以及病友之間建立起的深厚聯繫。

我常常在活動前線，看到，例如 May 姑娘等一班無私奉獻的義工們，從清晨便開始忙碌地協助登記、派發物資；我也看到，例如 Paula 姐等資深病友理事，將自身的經歷化作鼓勵他人的力量。在聯會裡，職員與義工不僅僅是工作關係，更像是一起並肩作戰的戰友。我們共同見證著初確診病友從迷茫無助，到重拾笑容、甚至反過來成為助人者的生命蛻變。

聯會的三十年，是由無數個「我們」共同寫下的歷史。展望未來，我深信這份由職員、醫護、義工與病友共同凝聚的溫暖力量，將會繼續牽引著我們，在推廣預防及治理糖尿病的道路上，風雨無阻地邁向下一個精彩的三十年。

《向香港糖尿聯會的義工們致敬： 分享服務聯會的點滴》

蔡姑娘 (May 姑娘)

香港糖尿聯會成立至今已踏入 30 週年，聯會義工組織成立亦超過 20 載。回想當初加入義工行列，大家各有不同的契機：有的是在退休後，懷著回饋社會的信念首次參與義工服務；有的是偶然在報章上知悉聯會推廣的糖尿預防計劃，在參與運動組及飲食組為期一年的醫學監察與對照統計後，欣然加入了義工行列；也有些病友是在醫院糖尿科覆診時，留意到聯會的宣傳單張，本著增加對糖尿病認識的簡單想法而加入。

義工們初期的工作，包括在城門河的10公里跑場地內派發宣傳單張。回想當時，團隊只有寥寥數名義工，但發展至今，已演變成一支近百人的隊伍，而當中經常活躍的義工超過50人。要說印象最深刻的活動，必然是每年舉辦的健康長跑——跑手踴躍參與，人數逐年遞增。此外，還有「糖尿健步行」活動，各醫院的醫護人員與糖尿病友小組皆積極響應，共同將預防及控制糖尿病的訊息，推廣至社會各界人士。

這些年度大型活動，正是我們義工團隊的「大日子」。我們按組別分工合作，分別負責派發物資、替參加者進行登記、維持場地秩序，以及在健步行完成後，協助參加者驗血糖、量度血壓。義工工作雖然忙碌，但看著活動順利完成，我們內心既開心又滿足。此外，聯會為推廣各種糖尿病專業知識而

定期舉辦的醫學講座，同樣少不了義工們幫忙。在執行任務的同時，我們也吸收了相關的專科知識，實在獲益良多，更衷心體會到「助人助己」的真正意義。能在義工行列中服務，實在有賴聯會專業醫護團隊的指導，為我們提供相關的培訓，這不僅提升了我們的工作技巧，更增強了自信心。多年來，這班志同道合的義工早已建立了深厚的友誼。未來，我們會繼續懷著一顆感恩的心，與聯會結伴同行。

所有藥物均須由醫生處方，方可使用。

(資料由贊助機構提供)


forxiga.
糖適雅[®]
(dapagliflozin)


xigduo[®] XR
安達釋[™]
(dapagliflozin/metformin HCl
extended-release) tablets

關注血糖 2合1^{1,2} 省錢又方便



快啲去問下醫生啦!



*CMAJ 2019 October 15;191:E1128-35. doi: 10.1503/cmaj.190047

References: 1.Xigduo XR Hong Kong Prescribing Information. Jan 2021. 2.Forxiga[®] Hong Kong Prescribing Information. Version: Dec 2023.

糖適雅、FORXIGA、及Xigduo XR安達釋[™]適合關注血糖、心臟及腎臟健康人士服用。

糖適雅、FORXIGA、及Xigduo XR安達釋[™]是香港註冊的醫生處方藥物，病人不可自行決定服用，使用前須遵從醫生或藥劑師的專業意見及指示，並詳細閱讀。糖適雅、FORXIGA、及Xigduo XR安達釋[™]藥物盒內的產品資料單張。糖適雅、FORXIGA、及Xigduo XR安達釋[™]是阿斯利康集團公司之商標。查詢關於阿斯利康產品的醫藥資訊、報告藥物安全性及品質事件：contactazmedical.astrazeneca.com

如有任何關於您的治療的疑問，請向您的醫生或藥劑師查詢。糖適雅、FORXIGA、及Xigduo XR安達釋[™]為香港衛生署註冊藥物。

HK-12348 23/10/2025


AstraZeneca
阿斯利康

英國阿斯利康(香港)
香港北角京華道18號中國太平金融中心11樓1-3室
電話：2420 7388 | 傳真：2422 6788
www.astrazeneca.com.hk

產品資訊



<https://www.forxiga.com.hk/tc/xigduo.html>

您也可為別人帶來一個笑臉



本會為一註冊非牟利機構，宗旨是為糖尿病患者服務，促進不同人士對糖尿病的認識和關注，以期改善糖尿病的預防和治理。糖尿病是香港十分普遍的慢性疾病，近年，香港糖尿病患者的數目更有持續上升及年輕化的趨勢。我們衷心期望閣下慷慨解囊，好讓我們能為病患者提供更多、更完善的服務，同時在預防糖尿病方面作出貢獻。

Charity listed on
WiseGiving
惠施·慈善機構

☐ 本人/ 機構樂意每月定期捐助以下款項

☐ HK\$100

☐ HK\$500

☐ HK\$1,000

☐ HK\$

☐ 本人/ 機構樂意一次過捐助以下款項

☐ HK\$100

☐ HK\$500

☐ HK\$1,000

☐ HK\$

☐ 本人/ 機構樂意樂捐助以下款項以資助《消渴茶館》印刷費用：

☐ HK\$50

☐ HK\$100

☐ HK\$200

☐ HK\$

捐款方法

☐ 每月自動轉賬（本會將另寄自動轉賬授權表格予閣下填寫）

☐ 劃線支票（抬頭：香港糖尿聯會）支票號碼：

☐ 直接存款到香港糖尿聯會恒生銀行戶口（號碼：286-5-203653），並填妥以下表格，連同存款入數紙正本寄回本會

☐ 繳費靈 PPS（商戶編號：6020），須輸入您的聯絡電話作為聯絡之用，並填妥以下表格寄回本會

（需先成為「繳費靈」登記用戶，然後登入「繳費靈」網址：www.ppskh.com或致電18013登記賬單及致電18033捐款。
詳情請致電 90000 222 328 查詢）

☐ 於便利店以現金捐款（每次捐款額為HK\$20 - HK\$5,000*）*請留意單一慈善捐款每日不能超過5,000港元

（可於任何OK便利店、VanGO 便利店、華潤萬家超級市場出示下列條碼）



999943100272320877

個人資料

中文姓名： 英文姓氏： 名：

（香港身份證上的中/英文姓名）

性別：(男/女) 「繳費靈」賬單號碼： 電郵地址：

（即登記時輸入的聯絡電話號碼）

日間聯絡電話： 傳真：

通訊地址：



地址：九龍長沙灣道928-930號時代中心20樓2001-02室 Rooms 2001-02, Times Tower, 928-930 Cheung Sha Wan Road, Kln.

電話 Tel.: 2723 2087 傳真 Fax.: 2723 2207 網址 Website: www.diabetes-hk.org 電郵地址 E-mail: info@diabetes-hk.org

香港糖尿聯會可能使用您的個人資料作籌款及接收聯會資訊用途，除獲本會授權的人員外，將不會提供予其他人士。倘若你不同意上述安排，請於以下方格內填上“x”。根據個人資料(私隱)條例，閣下有權向本會查閱及更改你的個人資料。如會員希望查閱及更改個人資料，須以書面向聯會提出。

☐ 我不同意香港糖尿聯會使用我提供的個人資料作上述推廣用途。

此表格可於以下網頁下載 This donation form could be downloaded at www.diabetes-hk.org