

# 過來人倡續進修擴社交圈

# 剛退休長者最不快樂

【本報訊】退休生活一直是港人擔心的問題。一項調查發現，長者平均快樂指數僅六十六分（六十分合格），反映生活不算愉快，尤以剛退休的六十至七十四歲較年輕長者最不快樂；而與子女同住的女長者則較愉快。有退休十一年的男長者稱，剛退休時生活感覺「度日如年」，建議「老友記」退休後繼續進修，有助擴大社交圈子。

為了解香港長者的生活快樂與否，長者安居服務協會在去年十一月期間，利用電話訪問形式向五百位六十歲以上的社區長者進行調查，結果發現，受訪長者平均快樂指數僅六十六分，反映長者們生活不算快樂。

長者多為了健康和財政狀況感到不開心。調查將指數歸納為五類，包括健康狀況、財政狀況、人際關係、個人形象和居住環境，當中除居住環境外，其餘四項的快樂指數都低於七十分，長者安居服務協會總幹事馬錦華說，健康不單指生理健康，心理健康也值得關注，如部分長者會感到心靈孤獨。他鼓勵長者與社會接軌，如到老人中心學習電腦，擴大社交圈子，不做「隱蔽長者」。

調查還顯示，現時與子女同住的八十五歲以上女長者感到快樂；相反，六十至七十四歲的年輕男長者則未感到快樂。馬錦華說，由於年輕男長者剛剛退休，認為自己變得一無是處，又礙於自尊心剛強，不易與人傾訴，所以內心會顯得不快。

## 與子女同住長者較開心

現年六十二歲的阮sir，已退休十一年，他之前在懲教署工作。他透露，當年為專心教導剛升中的兒子，於是提早退休。退休初期感到人生頓失方向，最不適應的就是太多空餘時間，人生顯得百無聊賴，感覺「度日



如年」。他說：「每日買份報紙睇公園坐，睇一兩個鐘，之後同其他『老友記』交換睇，咁先消磨到幾個鐘。」他表示，家中白天又沒有人陪伴，情感上顯得有點失落。

幸而，阮sir備有一技之長，充分利用時間，擴大社交圈子。阮sir於○三開始，到僱員再培訓局擔任兼職保安物業管理導師，教授市民，並到長者安居服務協會的「老有網」學習電腦，並學以致用，現時更親自教

▲調查發現，剛退休的六十至七十四歲較年輕長者不快樂

▼馬錦華（右）稱，長者快樂指數僅六十六分



授其他「老友記」學習電腦。他表示，現在的生活過得愉快，還認識了很多不同的朋友，以及與家人外遊旅行，已經沒有了剛退休時的迷失感。

「退休不是大結局，是人生下半場的開始。」馬錦華說，大部分剛退休長者由於生活作息轉變，並多了空餘時間，容易感到生活空虛，因而變得悶悶不樂。他建議，快將退休的長者，應作好退休準備，規劃時間；而已退休的長者亦可學習新技能，擴大社交網絡。

## 缺乏宣傳 中心偏遠 輪候期長 37%長者無參加衛署驗身

【本報訊】一項調查發現，三成七長者沒參加過衛生署轄下「長者健康中心」提供的長者驗身服務，主因是輪候時間長達兩、三年，要等半年至十個月才可電話預約覆診，十分麻煩。中西區社區關注組表示，各區長者人數差距大，長者中心資源分布不均，曾有住觀塘長者到東涌跨區驗身，舟車勞頓「散晒」。關注組認為，當局不應因人口老化，而不敢多撥資源做長者服務增加財政負擔。

中西區社區關注組在十一月訪問九百八十五名長者，結果發現，八成八長者認為有需要驗身；但三成三從沒聽過衛生署的價廉長者驗身服務；知情的受訪者，半數是從長者中心處得知。關注組認為衛生署宣傳奇少。受訪者中，三成七從沒參加收費只需一百一十元的長者驗身；三成八表示對服務不滿意，主要原因是要六十五歲以上才能享用，輪候時間太長，要打電話預約和當局缺乏宣傳。

關注組其一成員、聖雅各福群會中西區長者社區中心經理楊君瑩表示，署方按十八區作平均分配，忽略人口比例，令部分地區輪候時間過長，如觀塘、東區、灣

仔等，長達兩、三年；部分地區卻有剩餘名額，即日就能驗身。部分長者不想等得太久，唯有跨區驗身，更會有住觀塘長者到東涌。

## 倡增資源縮短輪候期

中西區社區關注組副主席李嘉麗說，覆診手續繁複，長者首次驗身後，不會即日通知覆診日期，而是收到「預約日子通知書」，驗身後往往要等半年至十個月，才能打電話預約覆診。「老人家沒記憶性，等這麼久便不記得了。」六十一歲的李嘉麗，要求署方將年齡要求，由六十五歲降低至六十歲。「驗身動輒要千多元，六十歲以上長者身體已轉差，加上輪候，要等到六十七、八歲才能以廉價驗身。」她還要求署方提供優惠洗牙和檢查牙齒服務。

楊君瑩說，當局應增撥資源，將輪候時間縮短至半年，在部分地區加開長者健康中心，並讓驗身長者即日得悉覆診日期。她透露，將瀏覽財政預算網址並提出意見。「當局不應因人口老化，而不敢多撥資源做長者服務。」



▲本港天氣持續寒冷，市民外出穿厚衣御寒

本報攝



▲警員在私家車失事現場調查

## 私家車掃欄 司機失蹤

【本報訊】一輛私家車昨日凌晨在旺角洗衣街，疑高速轉入太子道西時失控，撞毀路邊鐵欄，斷欄擊中停泊於橋底一輛電車，警員巡經發現，不見司機蹤影，正聯絡車主協助調查。

昨日凌晨一時許，一輛私家車沿旺角洗衣街向界限行駛，當轉入太子道西時，疑高速入彎跌失控，撞毀路邊約兩米鐵欄，其中一截斷欄更擊中泊於橋底一輛電車，警員巡經發現意外，但車上無人，司機不見蹤影，車匙仍插在軚盤旁，現正根據汽車登記資料，聯絡車主助查。

## 天氣凍流感肆虐 當局籲高危者接種疫苗

【本報訊】本港天氣持續寒冷，市區氣溫昨日一度降至攝氏七度，新界部分地區更跌至攝氏三、四度，嚴冬將延續至下周初。衛生署署長林秉恩表示，今年冬天天氣特別凍，流感情況可能會較以往嚴重，建議高危人士於流感高峰前盡快接種疫苗。

本港最近受冬季季候風及覆蓋中國東南沿岸的一道廣闊雲帶影響，連日來天氣寒冷，寒冷天氣警告持續發出超過一百小時。昨日早上市區氣溫下降至攝氏七度左右，新界部分地區更降至攝氏三、四度，荃灣一度錄得攝氏三度，打鼓嶺、石崗攝氏四度；浮浮山、大埔、沙田、屯門錄得攝氏五度。天文台展望未來數天早上氣溫仍然偏低，預料一股強烈季候風補充會在星期六抵達廣

東沿岸，令本港氣溫在星期日進一步下降至約攝氏十度或以下，嚴冬將延續至下周初。

長者安居服務協會總幹事馬錦華表示，本月的長者求助數字，平均較上月增加一成至一成半，而入院的比率亦有上升，主要是氣促、痛症，以及因為穿太多衣服，易在家中跌倒等。他建議長者在居家時盡量打開門窗，令空氣流通，而在使用暖爐、電熱和熱水壺時，亦要小心安全。

林秉恩昨日出席粵港澳三地防治傳染病聯席會議後說，今年天氣凍，流感仍然肆虐，情況可能較以往嚴重，未來六至八個星期為流感高峰期，建議高危人士盡快接種疫苗。

## 銅價高企 搵錢過年

# 三賊闖政府地盤偷13袋銅線



▲裝修中銀行四日內三度被爆竊

本報攝

【本報訊】近期國際銅價直逼一萬美元一噸，沉寂一時的銅業又趨活躍。金鐘添馬艦新政府總部地盤和油麻地一間裝修中的銀行昨日相繼揭發爆竊案件，疑遭銅黨成員乘夜潛入偷取大批銅線及銅線建築材料，部分贓物在旺角尋回，惟兩宗案件警方未有拘捕任何人。

## 警方正追捕三涉案疑犯

首宗偷銅案件，現場為金鐘添馬艦新政府總部地盤。消息稱，昨日凌晨時分，三名銅黨成員疑避過保安員潛入地盤內用袋偷走大批銅線後，施施然在地盤對開的添美道截乘的士要求前往旺角大橋街九十一號，五十二歲姓陳司機不以為意按照指示開車。直至清晨五時三十八分，當的士抵達目的地後，陳見三名乘客將多袋重物逐一搬到停泊路邊的貨車上，思疑間剛巧有警員巡經上前截查，三名銅黨成員隨即棄下贓物往荔枝角方向逃去無蹤。

警員初步共檢獲十三袋銅線，根據陳姓的司機口供經調查下，不排除這批銅線是從添馬艦新政府總部地盤內偷取，但仍需進一步確定，暫

列作求警調查處理，正追捕三名年約三十至四十歲涉案疑犯。

## 銀行四日內三度被爆竊

次宗偷銅案件，現場為油麻地窩打老道四十號地下一間裝修中的銀行，地下及一樓相連，因裝修關係，銀行窩打老道與彌敦道的出入口暫時由工人加裝圍板及裝上鎖頭，但沒有其他保安措施。據悉，銀行日前曾先後兩次被爆竊，損失一批電線和裝修工具，但因失物數量較少，當時工人沒有報警。

昨晨八時許，四十一歲姓林工人返回上址準備開工時，赫然發現圍板鎖頭被撬毀，單位內共七卷電線被竊，於是通知上級後報警。警員到場調查，經點算失竊電線共值約四千元，由於四日來同一單位連續被三次爆竊，警方懷疑賊人食髓知味，現正對案件展開調查。在美國量化寬鬆和通脹預期下，最具代表性的金屬商品銅，價格由金融海嘯低位至今已漲逾一倍，近日更再創新高至每噸九千七百多美元，但不少國際投資大行更預測今年銅價可望突破一萬美元一噸。



▲最新「微型注射法」成功率高達八成

本報攝

## 人工受孕新法成功率八成

【本報訊】實習記者蔡嘉苓報道：曾在青少年時期患過腮腺炎的陳先生沒想到兒時的疾病竟成為如今夫妻不育的最大「元兇」！三十二歲的陳先生婚前檢查時發現每毫升的精液中，只有幾十萬條精子，遠遠低於正常的一千五百萬條，原因竟是他年少時腮腺炎的感染損害了睪丸製造精子的能力，令他患上了少精症。

人們通常認為導致少精或無精症的原因是先天沒有輸精管、基因有異、隱睾症及缺乏激素分泌，或是後天壓力過大、工作過勞和吸煙嗜酒等。殊不知兒時疾病如腮腺炎，其病毒感染到生殖器官，都可能導致精子異常，但因為從無徵兆，令不少病人成年後才得知患有少精症。

## 曾患腮腺炎可致少精症

生殖醫學專科醫生解釋，八、九歲以下的男童還未發育，若患上腮腺炎一般不會影響以後的生育能力，但是九、十歲以上的男生已經開始發育，若患上腮腺炎等逆行感染或系統感染性疾病，就要警惕疾病對睪丸造成的損害。臨床顯示，腮腺炎引起的病毒性睪丸炎最常見，發病率達兩成左右，約一成八累及睪丸，感染嚴重者會造成嚴重的少精症或無精症，甚至喪失生育能力。另外，性病、服用抗瘰癧藥或降血壓藥等，都可能引發男性無精或少精。

人們通常依靠「體外受精」的傳統治療方法解決男性少精症或無精症引起的不孕症，但對於精液嚴重異常的男士而言，因活動的精子太少，表面混合精子與卵子並不能令卵子受精，一般「體外受精」成功率只有五成。生殖醫學專科醫生推薦最新治療方法「微型注射法」，即是醫生從睪丸或輸精管取出少量精子，再將其中一條具備活動能力的正常精子，「一對一」直接注射入一顆卵子裡，幫助卵子受精。「微型注射法」只須至少一條正常精子便可進行，所以適用性已擴大到幾乎所有嚴重不孕的男性，成功率高達七、八成，且治療費用與傳統「體外受精」相當。

## 專職醫療人員研設註冊制

【本報訊】立法會通過立法規管專職醫療人員以保障市民健康的動議，促請政府立法規管營養師、心理學家、言語治療師等，研究成立註冊制度和立法規管執業的可行性。署理食物及衛生局局長梁卓偉表示，專職醫療不少已成立以學會為本的註冊系統，當局鼓勵業內制訂專業守則，加強自我規範，同時爭取國際專業聯會及機構的認可，提升專業水平，亦可為市民在選擇服務時提供有用和可以幫助他們的資訊。

梁卓偉說，規管醫護專業的目的是為了保障公眾不會因接受不合資格人員所提供的醫護服務而可能遭受的健康風險。當局在研究某些醫護專業應否受到立法規管時，將會評估有關醫護工作對公眾的健康風險，以及有關風險水平是否足以成為該行業建立法定註冊制度的理據。

## 電盈前高層被控欺詐

【本報訊】電訊盈科一名前總經理涉嫌就判授物流服務合約及代理合約時貪污詐騙，致使電盈根據該等合約支付共達六千萬元，被廉政公署落案起訴四項欺詐罪，並與其妻同被控一項串謀詐騙罪，涉案的顧問公司擁有人另被起訴一項串謀使用虛假文書罪。三人均獲准保釋，明早分別在東區裁判法院提堂及答辯。

四十一歲被告許尊傑，電盈前總經理（直銷業務），被控四項欺詐罪及兩項交替罪名，即代理人接受利益。他與四十歲妻子歐陽麗霞，同被控一項串謀詐騙罪名。

另外三項欺詐罪指稱，許涉嫌誑稱電盈已批准向友聯顧問公司及智嶺峰有限公司授予五份代理合約，意圖詐騙而誘使電盈兩名高層人員批准及簽認向友聯及智嶺峰授予有關合約。餘下一項控罪指稱，許氏夫婦涉嫌與其他人士串謀詐騙電盈，即未有向電盈申報夫婦二人在智嶺峰有財務權益；以及促使電盈向智嶺峰授予一份代理合約。



▲嬰兒先被遺棄在天主教座堂垃圾桶，工人講述事發經過

## 澳門棄嬰屍十日兩宗

【本報訊】澳門消息：澳門十日內發生第二宗棄嬰事件。一名清潔工人昨早在天主教座堂對開垃圾房清理垃圾時，赫然發現一具用膠袋和布包裹的男嬰屍。司警到場調查發現，初步估計該具男嬰屍為數月大的胎兒，仍繫有臍帶和胎盤，現正對案件作進一步調查，暫未有人被捕。現場消息稱，昨日早上十時許，一名清潔工人如常到大堂前地天主教座堂旁一垃圾桶清理垃圾，工人當時未有留意，取出垃圾袋包裝好，便將其運到板樟堂巷一垃圾房。傾倒期間垃圾袋穿破，工人赫然見到一隻小腳露出，細看之下發現為一名毫無反應的初生嬰兒，其被布包裹著。工人立即通知上司並報警求助。

今次是十日內揭發第二宗棄嬰案，本月三日凌晨一時許，有清潔工人到馬交石街廣華新村第三座外準備收集垃圾時，在一個垃圾箱旁發現一具由棉被包裹的男嬰。