



# 「輸在起跑線」不自卑 熱心服務社會獲獎學金 習泳彈琴 過動症男生重拾專注力

**專**注力失調及過度活躍症（ADHD，又稱過動症）是一種常見的兒童神經行為發展障礙。患者通常會出現活動量過多、衝動和注意力不足等行為問題。比起持續服用藥物，行為治療或許對ADHD更有效。

作為過來人，香港城市大學工商管理學士（環球商業系統管理）劉宥成通過游泳及彈鋼琴訓練專注力，有效治療ADHD。基層出身、經歷過SEN的他，立志投考公職，在社福及教育政策等方面幫助更多人。他和其他15位學生獲得第四屆「創明天獎學金」，昨日在頒獎禮上劉宥成亦呼籲社會，給予ADHD患者更多的理解。

大公報記者 趙之齊



▲劉宥成（右）和米靖言同學積極協助弱勢社群。  
大公報記者麥潤田攝



生◀「創明天獎學金」表揚16位品學兼優的學生，肯定他們服務社會的貢獻。  
大公報記者麥潤田攝

「如果世界上真有所謂『贏在起跑線上』，那我應該是輸在起跑線上的」，劉宥成笑說。他生於基層家庭，確診ADHD後，為避免吃藥治療的後遺症、且考慮家庭並不寬裕的經濟狀況，他的父母選擇行為治療，讓他用游泳及彈鋼琴訓練專注力。小學時，劉宥成需每天早晨五點起床去練習游泳。游泳時游三下、換氣一下，這種看似簡單的要求對他來說已不容易，「我經常游五下就沒數住了，數數目都需要專注力」。他亦需每日對着拍子機練琴，在媽媽的鞭策下，練琴時間從半小時加到一小時、兩小時。在他看來，「專注力好似肌肉」，訓練強度可隨時間慢慢加碼。劉宥成臨近升中派位時，父母離異。他沒考到理想的成績，被派到Band 3中學，深受打擊，由此

發奮讀書，亦摸索適合自己的學習辦法。此前看書總天馬行空的他，開始學着面對鏡子，像講課一樣把知識講給自己聽。經此一遭，他更感受到專注力的回歸，逐漸成為一個「乖學生」，也重新考入Band 1中學。「創明天獎學金」16學生獲嘉許  
談及ADHD，他向大公報記者表示：「比起治療的方法，康復的環境更重要。」他指，ADHD還沒發展到嚴重程度時，很容易被忽略，大家往往只覺得這個人好吵、不願同他說話，這些評價亦會給患者造成壓力。他希望有更多對ADHD的理解和教育，「不只是教患者怎樣克服，而是整個社會怎樣去理解這樣的人」。

劉宥成積極投身公共服務、幫助弱勢社群，去年亦以青年諮詢委員的身份協助制定全球反貪指南。回顧過去，儘管看似「輸在起跑線上」，但他並不自卑，「反而我會自豪我人生這本書好精彩」。第四屆「創明天獎學金」昨日舉行頒獎典禮，為16位才學兼優、熱心服務社會的學生頒獎，每人獲發港幣五萬元獎學金，6月亦可參與北京交流團，認識國家發展。**浸大女生教書法「字癮」視障者**  
同樣獲得獎學金的香港浸會大學體育及康樂管理文學士（榮譽）米靖言同學，於頒獎禮上即席揮毫。她自創「字癮」書法品牌，亦與機構合作為視

障人士的照顧者提供書法培訓班。她憶述，很多照顧者向她反饋，每周只有在書法班的一兩小時裏，才覺得能喘息放鬆。本只打算開設三堂課的書法班，現已轉為恆常項目。頒獎禮上，大灣區共同家園青年公益基金主席黃永光致辭表示，國家「十四五」規劃中確立香港發展「八大中心」的定位，提供給青年多元化的機遇。他亦相信得獎同學的優異表現「將成為香港發展的新驅動力，積極參與大灣區的建設」。署理民政及青年事務局局長梁宏正亦致辭表示，政府非常重視青年發展，早前公布首份《青年發展藍圖》支持青年在「四業」方面的發展，亦將積極更新各項措施，為青年成長成才創造更多機會。

## 港大創幹細胞個人療法 治免疫缺陷病

【大公報訊】記者郭如佳報道：港大醫學院昨日公布，研究團隊最近研發全球首個幹細胞新模型，並應用於個人化治療罕見免疫缺陷病。研究團隊利用罕見病患者血液細胞，將其改造成特定幹細胞，建立個人化疾病模型以測試不同療法，一名29歲罕見病患者經一年治療，已可重投工作，惟患者難以承擔高昂藥費，呼籲社會關注罕見病。有關研究成果已在《過敏及臨床免疫學期刊》發表。



▲港大醫學院最近研發全球首個幹細胞新模型，並應用於個人化治療罕見免疫缺陷病。

**失視力中風 患者重投工作**  
原發性免疫缺陷病又稱「先天性免疫異常」，會損害免疫系統，使患者極易受感染，對自身免疫疾病甚至癌症均缺乏抵禦能力，至今已約有500種疾病。不僅如此，由於免疫缺陷疾病的罕見性，許多病患的病情常被低估，且未能得到充分治療，加上患者通常缺乏特定的治療選擇和完善的病情管理，為患者和家屬帶來巨大負擔。  
港大醫學院幹細胞轉化研究中心和創橋大學，共同開發一個新型幹細胞平台，以幫助原發性免疫缺陷病患者。研究團隊從患者身上提取血液樣本，將血液細胞改造成為擴展潛能幹細胞（EPSCs），以建立個人化疾病模型，用於測試不同療法，以確定最有效和最安全的治療方案，以為患者帶來不必要的風險。  
現年29歲的江先生患有「STAT1功能增益症」

（STAT1-GoF），天生免疫系統中帶有一種遺傳缺陷。江先生曾三歲時發病，直到十多歲才確診，身體多個器官受損，視力一度失去九成，甚至中風。江先生至今服藥約一年，認為藥效良好且暫無副作用，如今可重新上班，日常生活基本不受影響。但江先生亦表示，現時每月需要約1萬元藥費，認為難以負擔，呼籲未來對罕見病的關注和資源會增加。  
研究團隊亦表示，正為另外3、4名不同免疫缺陷病的患者制定治療方案，模型研發初期需時一兩年才可以制定治療方案，希望將來能加快至數個月完成。

## 中大新健身室 添監測體能裝置

【大公報訊】記者郭如佳報道：將科學研究結合運動員訓練是現代體育及運動科學領域的大趨勢。中大昨日宣布，大學體育中心新翼的全新健身室，引入了能現場量度運動員的生理及力學指標的新型檢測裝置；並設有新型的運動器材，配以可設定訓練目標並監察進度的專屬程式，有助運動員減少受傷機會及提升訓練效率。  
新健身室增設了乳酸量測技術——運動員體內的乳酸濃度會隨運動強度上升，透過測量「乳酸閾值」能了解他們在高強度運動時的配速上限，其他新增設備還包括可即時提供力量、下

肢對稱性等數據的新型測力板，以及時光閘、測速槍及手握測力器等，均有助監察運動員訓練進度及疲勞程度，從而為他們制定或調整個人化訓練計劃。  
中大體育部主任梁鳳蓮博士表示，新健身室同時引入了多種專業功能性訓練器材，配以專屬程式，使用者可以設定體能測試及小組競賽等，更可記錄所有訓練數據、檢視及調整訓練進度，助設定訓練目標、提升表現。新健身室向中大全體教職員與學生開放。  
**科學化訓練提升表現**



▲中大新健身室添加檢測設備，可監測運動員表現。

中大體育運動科學哲學博士、前三項鐵人精英運動員李致和指出，具數據支持的科學化訓練計劃有效提升運動員訓練的邊際效益及比賽表現，當學生運動員能更理解訓練帶來的身體反應，將有助提升其運動科學知識及運動成績；他又表示對中大新健身設施對提升中大學生和運動員的學習及訓練有信心。  
為響應政府對傑出學生運動員的支援，大學教育資助委員會於2022年設立「學生運動員學習支援及入學計劃」（SALSA）。入讀中大的游泳精英運動員麥世靈表示，大學協助他根據訓練及比賽時間調節每一個學期的學習時間表，讓他得以順利完成今年的世界青年游泳錦標賽、亞運及亞洲分齡游泳錦標賽。

## 中式糕點Cafe 港青創業賽奪冠

【大公報訊】記者劉碩源報道：本港餐飲業經營環境困難，但有青年認為有危必有機，打算逆市創業。有青年計劃開設中式糕點主題Cafe，提供堂食服務，希望吸引市民和國內外遊客透過糕點，體會香港傳統文化魅力。有新手媽媽提出「興趣班+餐飲」的營運模式，讓新手父母既有休憩空間，也可與孩子共享親子樂趣。  
「糕點時光」的兩位青年創辦人楊明珠和李昕君，想改變傳統糕點給人「老土、油膩」的印象，在網上分享傳統糕點知識，受到歡迎，啟發開業念頭。楊明珠說，亞洲有許多熱門旅遊點將傳統糕點產業化，受旅客歡迎，於是他們選擇以中式糕點為起點，2021年創辦零售點，聘用金齡婦女製作傳統糕點，保留傳統工藝，並創新口味及重新包裝糕點。

得新鮮，做餐飲業，食物固然重要，客人體驗都好重要。」楊明珠計劃在店內提供工作坊，顧客可體驗製作龍鬚糖等傳統糕點。因應訪港遊客增加，她說，會積極入駐內地社交平台進行推廣。  
新手媽媽Chloe在比賽中獲獎，她構思的「Steamy Bliss」門店會和教育界合作，讓小朋友參加興趣班，父母在餐廳內享受「MeTime」。她表示，「我有一個半歲女兒，外出用膳，有時未必找到歡迎小朋友的餐廳，因此萌生構想，期望在北上消費的大局下找到新出路。」



▲「糕點時光」兩位青年創辦人李昕君（左）和楊明珠（右），冀改變傳統糕點「老土、油膩」印象。

**顧客可體驗製作龍鬚糖**  
他們在稻苗基金會、恒生大學創新及創業中心合辦的創業比賽獲得冠軍。港人北上消費成風，他們認為有危便有機，「市民喜歡北上，可能因為覺

### 新聞速遞

#### 旺角率先安裝防罪閉路電視

【大公報訊】警方早前公布計劃在全港18區615個位置安裝閉路電視，以達至防罪效果，其中一組閉路電視鏡頭已於鼓油街與上海街交界位置安裝，有鏡頭安裝在交通燈位旁邊一支燈柱上，並貼有警方「閉路電視運作中」的標記。  
計劃所安裝閉路電視的位置，涉及全港18區內罪案較高及人流較多的公眾地方。警方早於上月率先開始在旺角安裝其中15組鏡頭，進行技術測試；其餘600組鏡頭的安裝計劃會在年中陸續展開。有途經鼓油街的市民表示，相信安裝閉路電視有助提升治安，不擔心私隱問題。

#### 防自殺講座籲關心青少年

【大公報訊】記者古偉勳報道：警方聯同教育局及社署在本月15日舉辦青少年防止自殺講座，討論校園危機處理及喚起社區對青少年精神健康及學童自殺問題的關注。  
精神科專科醫生葉沛霖表示年輕人未必懂得如何表達，令到其承受的壓力更大，自殺風險更高。社會福利署臨床心理學家陳育琪提醒老師、社工及家長，可以透過日常觀察學生及子女，例如他們行為或外表上會否有突如其來的轉變，及時提出適切支援。警務處談判組總訓練主任張建斌警司分享處理企圖自殺案件的經驗，並帶出及早察覺學生異樣以及預防的重要性。

### 透視鏡

4月1日展開的垃圾收費先行先試至今已半個月，立法會財務委員會昨日舉行特別會議，討論垃圾收費相關事宜。多名議員關注屋邨及私人樓宇廚餘回收問題。  
資料顯示，每日棄置於堆填區的廢物中，廚餘佔堆填區廢物比例達30%，當中76%的棄置廚餘來自家居，然而，2022年廚餘回收率只有5.6%。理論上，實現廚餘全面回收，可減輕堆填區30%的堆填壓力。  
當局推動廚餘回收上，集中在公共屋邨及大型私人屋苑，已有70%公共屋邨設置智能廚餘回收桶，8月將覆蓋全港屋邨，私人屋苑的廚餘桶計劃

#### 廚餘回收問題未解決

至今收到逾150個屋苑申請，批出40項；今年中容許500戶以上、1000戶以下的屋苑申請。  
當局重申，私人屋苑設廚餘回收設施需要「用者主導」，由屋苑主動申請，換言之，單棟樓被排除在廚餘回收桶計劃之外，社會難以實現全面廚餘源頭減廢。單靠垃圾收費無法實現真正源頭減廢，只是用者自付而已。