

2018 秋冬 | www.orbis.org



Geoff Oliver Bugbee / 奧比斯

頁數 | 02-03

銀白的手鐲，
刻滿他幫助
過的國家
名字

頁數 | 04

研究顯示眼鏡可
顯著提升員工的
生產力

頁數 | 06

患嚴重乾眼症，
八成受訪者
不求醫



銀白的手鐲上， 刻滿了他幫助過的 國家名字

剛踏進奧比斯香港的辦公室，同事們狂熱歡呼：雷神來了！外貌聲線和雷神相似，Dr. Neely真正身份是奧比斯的義務眼科醫生。他為奧比斯義務工作已經17年，在他身上，會找到一隻非洲手製的銀白手鐲，上面刻滿他幫助過的國家名字，每提到一個國家，Dr. Neely面上會有一個回憶千里的微笑。Dr. Neely 是創建 Cybersight網上教學平台的靈魂人物，這虛擬平台耕耘十年，讓他嘔心瀝血。

為什麼前來奧比斯香港辦事處？

為了世界視覺日！今年世界視覺日，奧比斯眼科飛機醫院降落埃塞俄比亞慶祝救盲20年，原本我只計劃從家鄉美國印第安納飛往埃塞俄比亞義教一星期，後來知道奧比斯香港辦事處需要有豐富Cybersight經驗的人前來講解，於是轉飛香港。雖然逗留匆忙，只有兩天，但眼見香港同事的拼搏和熱誠，真是感動。

我的第一次 義務生涯



困境中，一群奮力追求學問和照顧病人的醫生需要支援，Dr. Neely憑著超凡的技術與效率，長時間用科技為救盲作戰。

Cybersight在救盲上擔演什麼角色？

奧比斯以救助全球失明人士為目標。透過Cybersight 這教學平台，奧比斯不但為伙伴醫院提供完整而深遠的教學培訓，更令眼科飛機醫院、醫生及護士本來無法涉足的國家得到支援，過往就有來自敘利亞、阿富汗、伊拉克等處於衝突和不穩定狀態國家的醫生，透過電郵諮詢病案、報讀課程和參加網上研討會。

透過電腦或手機能真的有效培訓嗎？

想像身在發展中國家，你的醫護人員能隨時隨地透過Cybersight向全球150名眼科專家發問任何複雜病案，在24小時內必定有專家回覆。今年八月，我在家中Cybersight的鏡頭前，跟敘利亞的醫生進行了一系列的視像會診及手術教學，跟以往面對面的會議相比，我覺得兩者同樣有效。



畢業成為眼科醫生後，我繼續深造研究課程。當時的導師是舉世知名的兒童眼疾專家Dr. Eugene Helveston，他很善心，活躍於奧比斯義務工作。隨著時間流逝，他年紀漸大也變得更忙。我當上研究生後，他前來拍拍我膊頭，對我說：「去越南幫忙吧！」那些年，經驗尚淺，第一次擔起救盲任務，專注手術又要分心教學，對我來說真的困難，有好幾次更被嚇倒。但我前往了、克服了、也成功回家去。我反思這段經歷，幫助了當地醫生，也從他們身上學曉很多事情，踏足了一個一輩子不曾幻想過前往的國度，這經歷融合了冒險與助人的快樂。從此，我每年都參與一次奧比斯任務。未來，更計劃增加到每年兩次。

關於Cybersight...



連繫超過150名全球眼科專家



在24小時內有眼科專家
回覆諮詢病案



至今處理超過16,000個
病人個案



全球醫護人員已使用
平台超過26,000次

了解更多





Sarah Day Photography

研究顯示眼鏡可顯著 提升工人的生產力

看書需要戴眼鏡，在辦公室看屏幕也需要戴眼鏡。眼鏡被視為日常生活中的好幫手。但你曾否想過，配戴眼鏡對發展中國家的工人也能帶來重大的幫助？

The Lancet Global Health最近發表了一個與奧比斯共同合作的重大研究，顯示一副普通的眼鏡也能提升工人的生產力和減少貧窮。研究以印度採茶者為對象，發現向他們提供一副1.8美元的老花眼鏡後，她們的生產力在三個月內提升了22%，50歲以上採茶者的生產力更大大提升32%。在所有有關健康的研究中，是次研究的生產力增幅是有史以來最大。

首席研究者兼奧比斯研究主任Nathan Congdon回應：「即使配戴眼鏡這試驗看起來不太特別，但配戴眼鏡可顯著提升生產力，這結果異常重要。直至研究結束，接近九成農民仍戴著眼鏡，如有需要，幾乎所有人都願意花費更換眼鏡，可見他們體會到戴眼鏡帶來的好處。」

全球約2.53億人視力受損，89%來自中低收入國家，他們均缺乏眼科護理常識。雖然眼鏡早在700年前發明，是次研究突顯了眼鏡對全球生產力的重要影響，亦鼓勵全球企業要為員工提供眼科保障，提升視力。

美國： 向波音工作人員分享救盲



1

7月28日至29日和8月4日至5日

擔起救盲任務以外，奧比斯「鐵翼天使」喜歡與不同民眾互動。暑假期間，奧比斯眼科飛機醫院抵達了美國西雅圖的波音飛機場，連續兩個周末開放予公眾人士參觀。醫療隊成員更非常高興與美國大型的民航機製造商——波音分享工作和體驗，同時宣揚護眼和救盲訊息。波音一直支持奧比斯的救盲行動，對預防盲疾的議題也極為關注！

蒙古： 香港視光師傳授技術



2

8月12日至30日

蒙古烏蘭巴托一直是醫療團隊其中一個最熱愛和滿足感最大的救盲地點，八月份奧比斯飛機醫院第八次抵達蒙古，進行為期三星期的救盲行動，今次隨團有來自香港理工大學眼科視光學院的彭志剛醫療科學博士(Dr. Pang)擔任義工。彭博士每天早上先進行理論課，並在下午進行實際操作，一共為九名小兒眼科醫生提供了培訓。

埃塞俄比亞： 慶祝救盲20年



3

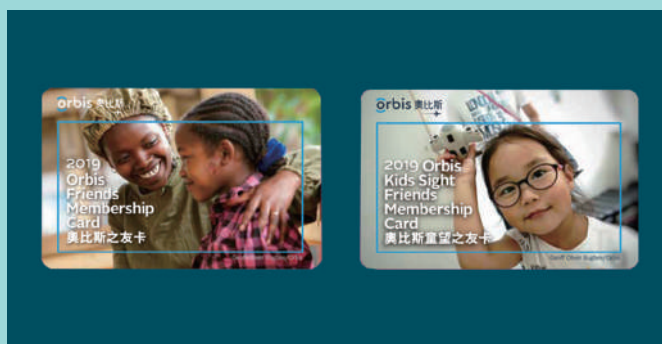
10月1日至19日

今年世界視覺日，奧比斯飛機醫院特別飛抵埃塞俄比亞與當地醫療伙伴一起慶祝救盲20年。這已是其第五次探訪埃塞，過去的努力，讓奧比斯取得顯著成就，但埃塞俄比亞人口由1998年的6500萬增至現時1億500萬，這意味著我們仍需努力，甚至要加快步伐打擊盲疾，聯結當地的決策者預防眼疾，以及加強培訓工作。



將遺產延續愛的心願

將部份遺產、保險投保額或已故親友的帛金捐贈奧比斯，你和已故者的愛心將為孤立無援的失明人士和他的家人帶來曙光。



檢查你的靈魂之窗

奧比斯很高興再次得到香港理大護眼中心的支持，由2019年1月1日起至12月31日，奧比斯每月捐款者可以奧比斯關懷價港幣350元接受一次「全面眼科視光檢查」。檢查項目包括屈光度數測試、雙眼協調能力、色覺、眼壓及眼底內外健康情況等。各位每月捐款者可登入 www.orbis.org/hkeycheck 了解詳情或致電+852 2866 9660 聯絡理大護眼中心預約，敬請於檢查當日出示隨本通訊附上之2019年會員卡。



患嚴重乾眼症， 八成受訪者不求醫

不少市民以為乾眼症的症狀就只有眼乾，以為自己若有充足淚液就沒有患上乾眼症。不過奧比斯義務眼科醫生兼香港眼科學會義務秘書李琬微醫生表示，乾眼症其實劃分不同類型，當中除了有「液水分泌不足型」外，亦有「淚液過度揮發型」及「混合型」，她指出有病人因為眼乾，所以經常眨眼，增加淚液，表面上看來淚液充足，但實際上可能已患乾眼症。

調查*顯示，超過四成有乾眼問題（各種程度）的受訪者會自行購買眼藥水使用。李醫生表示：「不少人以為眼乾便買眼藥水滴，但其實坊間不是每一種眼藥水都適合，選擇時應該盡量選用不含防腐劑的人造淚水，避免防腐劑引發敏感症狀之餘，亦較適宜長期使用。」

最後，李醫生指出一般人都覺得年輕不易有眼睛健康的問題，但其實都市人經常玩電話、電腦，乾眼症及各類眼疾均有年輕化的趨勢，市民不要掉以輕心。

【四大預防乾眼貼士】

1. 市民可透過「20-20護眼法則」保護眼睛，即使用電子屏幕，包括電腦、平板電腦及智能手機時，應每20分鐘作20秒休息，另外使用時要注意眨眼，幫助淚水均勻滋潤眼面。
2. 避免過長時間使用隱形眼鏡，建議每天佩戴隱形眼鏡的時間不要超過10小時，每星期最好有一至兩天不要佩戴隱形眼鏡，讓眼睛休息一下。
3. 注意有充足的休息、睡眠，及均衡的飲食，此舉能幫助眼睛製造足夠的淚液。
4. 如果市民需要長時間在開啟了冷氣或暖氣，相對濕度低的辦公室工作時，可考慮添置一個小型放濕機，增加室內濕度，減慢淚水揮發，舒緩乾眼不適。

*奧比斯早前聯同香港眼科學會及香港防盲協會進行一項網上調查，希望了解香港乾眼症的情況及主要導致乾眼症的風險因素。調查共收集到 2,741 份有效回覆並進行數據分析。



愛眼行動2018 攜手終斷視障！

為鼓勵年青一代關注視力問題，奧比斯於世界視覺日10月11日假嘉諾撒聖心英文中學舉行「愛眼行動2018」啟動儀式，儀式上，約70名師生齊集禮堂，在義工帶領下蒙上雙眼，透過集體遊戲及進餐環節，感受到失明之苦。為向公眾進一步宣揚護眼訊息，奧比斯增設「愛眼行動」的教育展覽，於本澳六間學校及五間教青局轄下之教育資源中心，巡迴展出全球防盲工作的重要性。

是次活動參加人數超過10,300，籌得逾澳門幣124萬元，當中「愛眼行動大使」由八間機構率先響應，部分機構更邀請奧比斯在其員工後勤區設置攤位，講解奧比斯

工作並募集善款。值得一提，展髮型屋於活動期間舉辦慈善義剪日，知名藝人周佩英更親身到場支持。

奧比斯衷心感謝各位本澳捐款者、義工、及以下支持單位：「愛眼行動大使」中國銀行澳門分行、中國人壽保險（海外）股份有限公司澳門分公司、銀河娛樂集團、香港上海滙豐銀行有限公司、澳門麥當勞、華僑永亨銀行股份有限公司、金沙中國有限公司及永利渡假村（澳門）股份有限公司；展字派髮型屋；媒體夥伴：力報、澳門郵報、微辣文化有限公司。

愛眼行動2018 五大最高籌款機構

- 冠軍 永利渡假村(澳門)股份有限公司
- 亞軍 中國銀行澳門分行及員工
- 季軍 金沙中國有限公司
- 第四名 鏡湖醫院
- 第五名 華僑永亨銀行股份有限公司

三大最高籌款學校

- 冠軍 澳門聖家學校
- 亞軍 聖公會(澳門)蔡高中學
- 季軍 聖羅撒英文中學

奧比斯「愛心獻光明」 中秋義賣



每年中秋佳節，一輪明月掛天上，正是家家戶戶賞圓月、嘗月餅的美好時光。2018年奧比斯繼續舉辦「愛心獻光明」中秋義賣，藉著奇華餅家慷慨贊助的月餅及茗茶禮盒，幫助奧比斯籌募救盲經費！今年有幸得到培正中學借出場地，並由可口可樂飲料有限公司免費提供飲品，讓奧比斯義工能迅速售罄中秋禮品之餘，同時成功招募每月捐款者，助更多人重見星月光輝。

讓一年一度的生日， 變得更有愛



無論是成年人或小朋友，與親友一同慶祝生日都是一件令人期待的事。今年生日，你願意讓自己或小朋友的生日會更有愛嗎？請呼籲親友以捐助奧比斯代替送生日禮物吧。您也可以支持「奧比斯慈善生日會」捐獻計劃，或選購奧比斯禮品作為至愛的生日禮物。

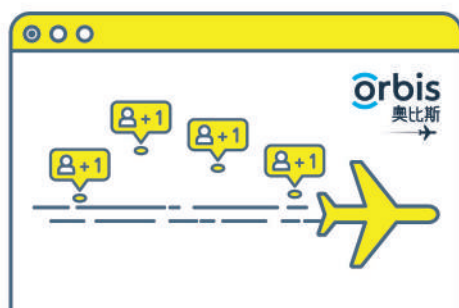
📞 2830 0787 🌐 www.orbis.org/mo-gift

讓囍事成雙， 增添婚禮意義



結婚是人生階段的新開始，正在籌備婚禮的您，何不考慮囍事成雙，與失明朋友一起分享幸福喜悅？「奧比斯婚禮捐獻計劃」鼓勵您將部份親友禮金捐贈奧比斯，捐款額滿澳幣3,800元或以上，我們會為您準備「奧比斯結婚小熊」一對，以及感謝狀一份。您更可額外選購奧比斯心意卡或色彩繽紛的眼科飛機醫院吊飾，回禮感謝親友讓失明人看得見。

📞 2830 0787 🌐 www.orbis.org/mo-gift



歡迎緊貼奧比斯網絡平台，
接收最新救盲情報和活動資訊！



澳門奧比斯 Orbis Macau



澳門板樟堂街 16 號 F-L
顯利商業中心 2 樓 32 室

澳門郵政信箱 478 號

電話 +853 2830 0787
傳真 +853 2835 6061
電郵 info.macau@orbis.org