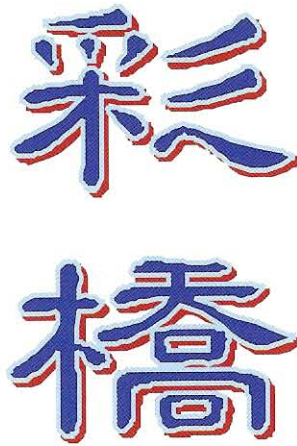


編輯委員會：唐雅穎醫生、鄒民琪護士、
樊秀敏護士、謝寶珊護士

電話：23494212/23492772

傳真：23483968

網址：http://www.info.gov.hk/dh/main_ser/index-c.htm



衛生署

本通訊宗旨在加強衛生署學生健康服務和學校的溝通

出版：衛生署學生健康服務

二零零二年六月

第十五期

編者的話

從新生命誕生的一刻，父母接過軟綿綿、趣緻、幼嫩的嬰兒，轉眼間，嬰孩已長大成亭亭玉立的少女或氣宇軒昂的少男。這像是小說的情節，亦是父母的冀望。而在現實生活裏，從孩提到長大成人的歷程當中，生理及心理的發展均極為重要。以青春期的為例，生理發育的變化既迅速且明顯，青少年要面對這急速轉變，常存有一個疑問：我的發育是否正常？今期健康專題「青春的探索」描述了五個發育或生殖器官異常的個案，讓讀者增加認識，鼓勵學生多加注意發育的情況，並參加學生健康服務，接受體格檢查，以確保發育正常。

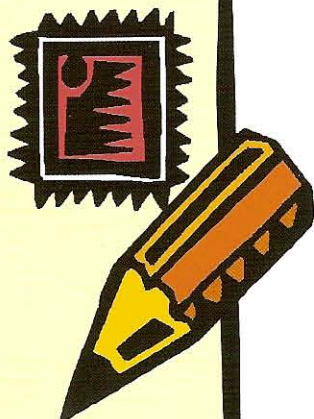
學生健康服務本著促進學童身心健康成長為目標，今年以「生活添姿彩」為題的比賽活動，經已完滿結束，並於四月十三日舉行頒獎典禮。今期彩橋將頒獎典禮的花絮刊登，和大家一同分享當天歡愉的時刻。我們亦刊載各組得獎作品，希望大家欣賞以「我愛我的家」、「友情樂趣多」及「勇闖人生路」為主題的描繪，感受同學對家庭、友情及如何積極面對人生的演繹。本服務在此感謝學校和老師的參與及支持，使比賽能順利完成。

健康通訊站

藍田分科診所四字樓

啓田道九十九號

九龍觀塘



發信人姓名及地址：
聯絡電話：

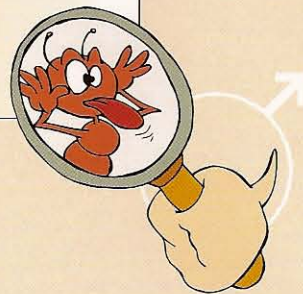
如欲查詢有關學生健康上的問題，
歡迎與本通訊站聯絡。



健康專題：

青春的探索

資料提供：衛生署學生健康服務
林秋娟醫生



進入青春期

青春期的是一個由兒童過渡到成年人的階段，象徵身體與心智的成長，也標誌著青少年邁向成熟、獨立、自主的重要里程。



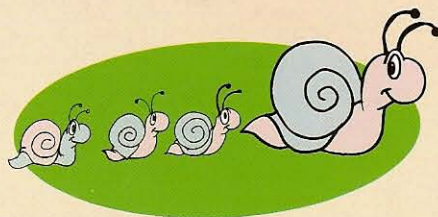
青少年踏入青春期的，充滿了好奇，疑惑，甚至憂慮，這可能是與生理及心理的迅速轉變有關。青少年一方面要兼顧學業、課外活動、家人及朋友，另一方面要適應身心的變化，實在有點兒應接不暇。作為師長、家人和醫護人員，我們希望與青少年一起面對轉變中的衝擊，也樂於與他們分享成長帶來的喜悅。

青春期的生理發育

青春期的身體受到內分泌系統的影響，性激素發揮作用的結果，在這階段中身體各器官都有成長，包括腦部、心肺系統及骨骼等。生理發育主要包括幾方面：身體的高度會有明顯增長，第一性徵（即生殖器官）的發育，以及第二性徵（包括身形、體態、聲線轉變、乳房、體毛、月經、外在性器官的生長）的出現。雖然每個人的發育情況都有不同，但是也有一定的範圍，若果有偏差，就需要作詳細檢查，以便及早治理。



學生健康服務關心到同學的生理發育，及心理社交方面的發展，除了個別健康輔導、講座及研習班外，更有醫生為同學檢查身體，以盡早識別在發育上有問題的學生。以下是五個生理發育或生殖器官異常的個案，當中的同學都是在檢查時，被醫生發現有異常的現象，於是需要健康輔導、轉介及作進一步診治。



發育或生殖器官異常的個案



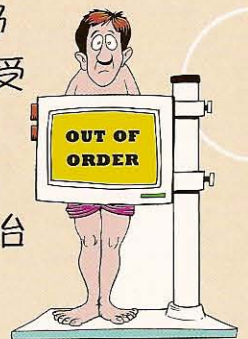
個案一

11歲的美玉近半年內，時常覺得下腹有痛楚，而她的月經已來了半年，於是美玉以為這只是一般的經痛，後來學生健康服務的醫生留意到美玉雖然有月經來潮，但腋下及陰部還沒有長出體毛，屬於「青春發育次序倒置」(Reverse Sequence of Pubertal Development)，於是醫生轉介美玉到專科診所作進一步的檢查，診斷出她患有卵巢瘤而引致荷爾蒙不平衡，需要接受治療。

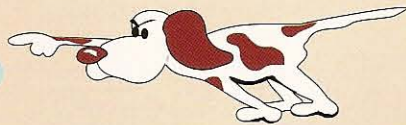


個案二

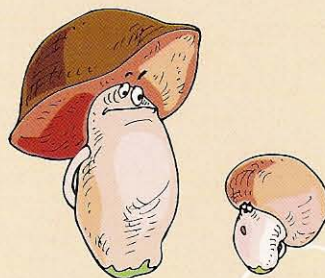
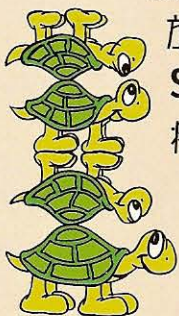
10歲的俊明一直知道大腿內側有一處漲起的地方，從不感到不舒服，又以為是自己肥胖所致。直至一天，他初次到學生健康服務接受身體檢查，醫生發現俊明的睪丸生長在不適當的位置，以致大腿內側隆起了一小塊。而「睪丸異位」(Ectopic Testis)的處理是需要動手術，將睪丸放回陰囊內，於是醫生轉介俊明到專科診所接受治療。



個案三



13歲的恩恩一向個子矮小，她以為是遺傳了父母的高度，所以沒有特別理會。後來參加了學生健康服務，醫生發現恩恩未開始有第二性徵，於是轉介她到專科診所，診斷出她是患了「特納綜合症」(Turner Syndrome)，所以長得矮小，而且生殖系統有毛病，需要接受激素治療。





個案四

11歲的文軒已經開始發育，也漸漸學會自我照顧。在定期檢查中，醫生發現他的陰莖頭與包皮之間藏有污垢，醫生解釋這些包皮垢（**Smegma**）是由正常的分泌物積聚而成，所以男孩子要每天清潔包皮，保持衛生，否則包皮容易發炎和產生異味。

個案五



15歲的珊珊在3年前已開始有月經，在月經期間經常有腹痛，醫生診斷後，向珊珊解釋她是患了原發性經痛（**Primary Dysmenorrhea**），這情況通常與生活壓力、內分泌失調和子宮收縮等有關。醫生建議珊珊要有規律的生活、飲食均衡，保持心情輕鬆和經常運動，以幫助減輕這種經痛。如果情況持續，就可能需要服用止痛藥或再作詳細檢查。

總結

大部份青少年都順利渡過這刺激繽紛的青春期，以上的個案雖然只屬個別情況，但我們仍然鼓勵兒童和青少年透過身體檢查、個別健康輔導和健康教育活動來認識自己的發育情況、增加性知識及消除有關發育的疑慮，坦然接受和欣賞自己，能夠充滿信心地成長，以及繼續體驗生命和迎接未來。



意見大寶盒

各位讀者，如對“彩橋”有任何意見，歡迎來信或填寫以下回條寄回健康通訊站



我希望在“彩橋”可以看到以下的健康資訊

1. _____
2. _____
3. _____

姓名：_____ (自由填寫) 聯絡電話 _____ (自由填寫)



衛生署學生健康服務

2001/2002 年度

「我愛我的家」填色比賽得獎名單

組別	獎項	得獎同學	就讀學校
小學一年級組	冠軍	李健豪	番禺會所華仁小學上午校
	亞軍	歐佩思	聖母小學下午校
	季軍	孫善恒	順德聯誼總會何日東小學上午校
	優異獎	林子詠	馬頭涌官立小學
	優異獎	唐湫恩	聖方濟各英文小學
	優異獎	胡俊恩	保良局莊啓程第二小學上午校
	優異獎	李燕雯	中華基督教會基灣小學下午校
	優異獎	陳駿軒	保良局莊啓程第二小學上午校
小學二年級組	冠軍	周樂遙	馬頭涌官立小學〔紅磡灣〕
	亞軍	高愷彤	保良局莊啓程第二小學上午校
	季軍	鄭紫欣	保良局莊啓程第二小學下午校
	優異獎	甄卓妍	中華基督教會基慧小學下午校
	優異獎	陳悅鏗	佛教正覺蓮社學校上午校
	優異獎	林逸培	蘇浙小學下午校
	優異獎	于叡思	蘇浙小學下午校
	優異獎	陳佩賢	聖公會蒙恩小學下午校
小學三年級組	冠軍	陳蘊博	馬頭涌官立小學〔紅磡灣〕
	亞軍	黃詩幸	蘇浙小學下午校
	季軍	雷嘉怡	保良局志豪小學
	優異獎	許慧詩	聖公會聖彼得小學上午校
	優異獎	黃渭苑	石籬天主教小學下午校
	優異獎	張瑩	寶血小學
	優異獎	許佩怡	聖嘉祿學校下午校
	優異獎	歐佩茵	聖母小學下午校

衛生署學生健康服務

2001/2002 年度

「反情樂趣多」繪畫比賽得獎名單

組別	獎項	得獎同學	就讀學校
小學四年級組	冠軍	徐昌盈	聖公會田灣始南小學
	亞軍	杜佩霖	油麻地天主教小學〔海泓道〕
	季軍	郭煒東	油麻地天主教小學〔海泓道〕
	優異獎	林霈蓉	聖士提反女子中學附屬小學
	優異獎	陳韻怡	保良局莊啓程第二小學上午校
	優異獎	許可欣	聖公會基顯小學上午校
	優異獎	林芹菊	鶴山學校
	優異獎	羅敏珊	聖母無玷聖心學校下午校
小學五年級組	冠軍	謝詠揚	牧愛小學下午校
	亞軍	周曉玲	黃竹坑天主教小學下午校
	季軍	歐陽可翹	胡素貞博士紀念學校上午校
	優異獎	廖笑娉	聖公會聖多馬小學上午校
	優異獎	袁浩文	聖公會聖米迦勒小學上午校
	優異獎	莫淑安	中華基督教會基慧小學下午校
	優異獎	黃倩君	協恩中學附屬小學上午校
	優異獎	王玉芬	白田天主教小學上午校
小學六年級組	冠軍	莫嘉禮	聖嘉勒小學上午校
	亞軍	唐祖玲	聖愛德華天主教小學
	季軍	何俊賢	中華基督教會基慧小學下午校
	優異獎	黃俊銘	李陞小學
	優異獎	梁頌恩	聖公會田灣始南小學
	優異獎	李澤承	中華基督教會基慧小學下午校
	優異獎	容崇基	順德聯誼總會胡少渠紀念小學上午校
	優異獎	阮穎嵐	聖公會聖米迦勒小學上午校

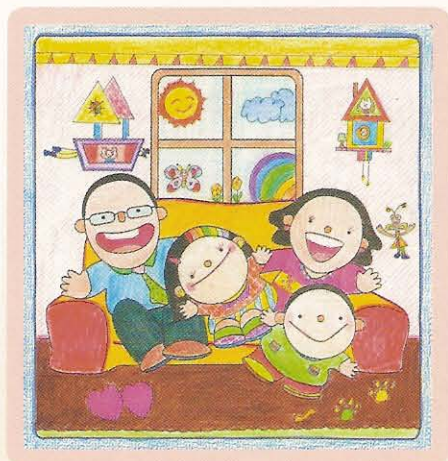
衛生署學生健康服務

2001/2002 年度

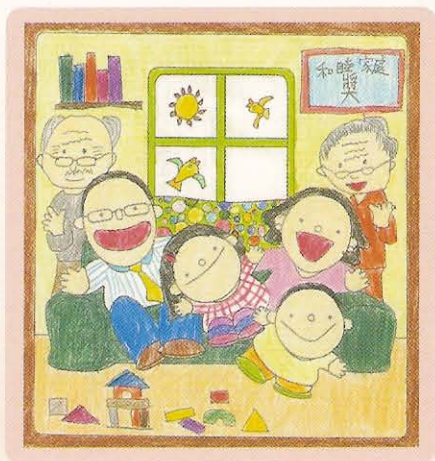
「勇闖人生路」封面及標語創作比賽得獎名單

組別	獎項	得獎同學	就讀學校
中學一年級組	冠軍	洪惠敏	東華三院鄭錫坤伉儷技能訓練學校
	亞軍	麥善絲	庇理羅士女子中學
	季軍	楊茵茵	孔教學院何郭佩珍中學
	優異獎	關柏妍	庇理羅士女子中學
	優異獎	梁樂怡	庇理羅士女子中學
	優異獎	李桃莉	循道中學
	優異獎	陳可然	庇理羅士女子中學
	優異獎	鄺鈞芳	庇理羅士女子中學
中學二年級組	冠軍	陳素懷	庇理羅士女子中學
	亞軍	陳琛滢	庇理羅士女子中學
	季軍	何泳妍	保良局第一張永慶中學
	優異獎	劉美詩	順德聯誼總會李兆基中學
	優異獎	尹詠恩	庇理羅士女子中學
	優異獎	譚穎詩	庇理羅士女子中學
	優異獎	歐陽天珮	保良局第一張永慶中學
	優異獎	余明珈	庇理羅士女子中學
中學三年級組	冠軍	陳曉融	香港道教聯合會鄧顯紀念中學
	亞軍	羅韻詩	庇理羅士女子中學
	季軍	鍾山	庇理羅士女子中學
	優異獎	李穎琳	香港真光中學
	優異獎	洪珊珊	庇理羅士女子中學
	優異獎	張明慧	庇理羅士女子中學
	優異獎	陳婕	紡織學會美國商會胡漢輝中學
	優異獎	潘穎琪	庇理羅士女子中學

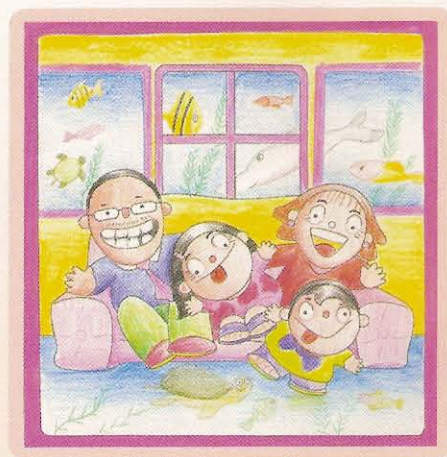
「我愛我的家」填色比賽得獎作品



歐佩思
一年級組亞軍



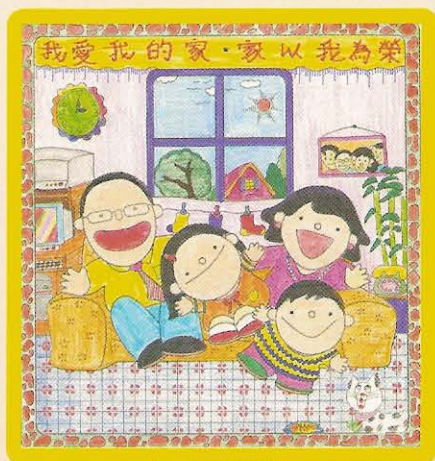
李健豪
一年級組冠軍



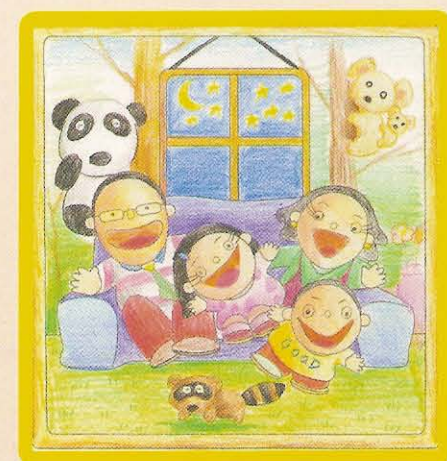
孫善恒
一年級組季軍



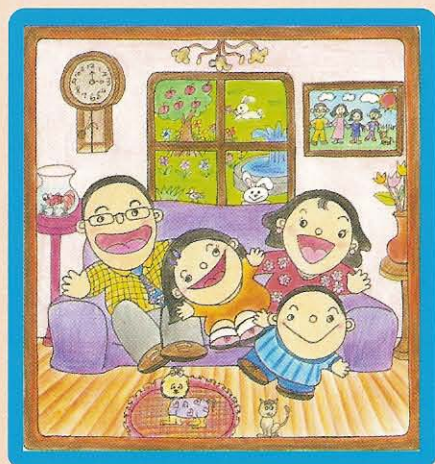
高愷彤
二年級組亞軍



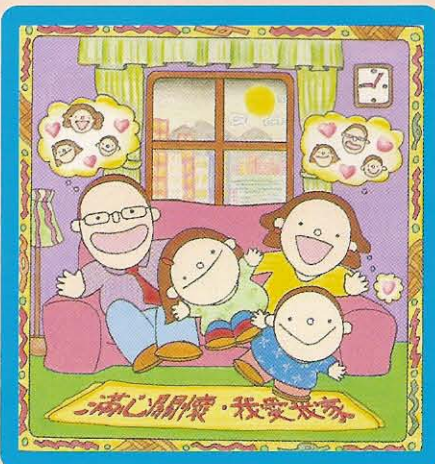
周樂遙
二年級組冠軍



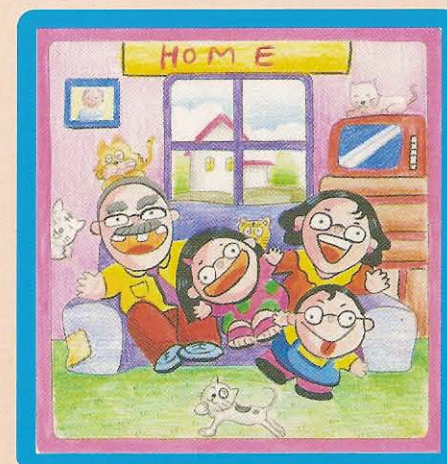
鄭紫欣
二年級組季軍



黃詩幸
三年級組亞軍



陳楚博
三年級組冠軍

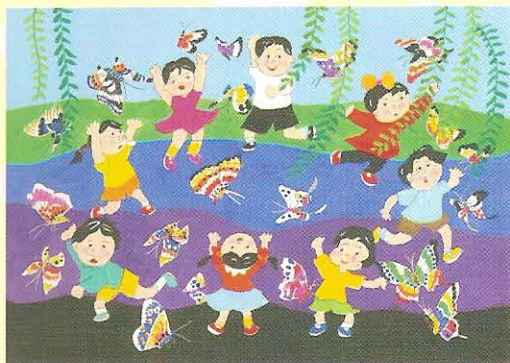


雷嘉怡
三年級組季軍

「反情樂趣多」繪畫比賽得獎作品



四年級組亞軍 杜佩霖



四年級組冠軍 徐昌盈



四年級組季軍 郭煒東



五年級組亞軍 周曉玲



五年級組冠軍 謝詠揚



五年級組季軍 歐陽可翹



六年級組亞軍 唐祖玲



六年級組冠軍 莫嘉醴



六年級組季軍 何俊賢

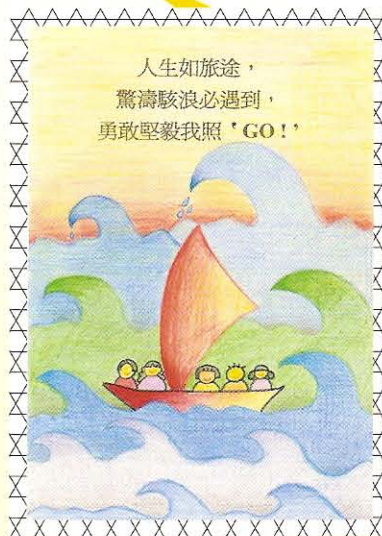
「勇闖人生路」

封面及標語創作比賽得獎作品



中一年級組亞軍

麥善絲



中一年級組冠軍

洪惠敏



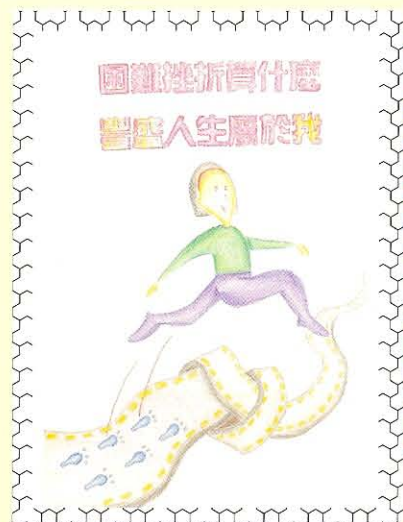
中一年級組季軍

楊茵茵



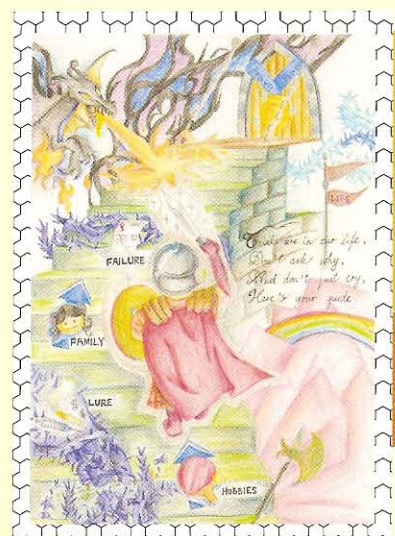
中二年級組亞軍

陳琛滢



中二年級組冠軍

陳素懷



中二年級組季軍

何泳妍



中三年級組亞軍

羅韻詩



中三年級組冠軍

陳曉融



中三年級組季軍

鍾山



活動花絮

在2002年4月13日，一個陽光普照的下午，獅子山在明媚的陽光下顯得格外雄赳赳。在獅子山下的帝京酒店宴會廳內亦喜氣洋洋，充滿歡笑聲。這天正是學生健康服務舉辦「生活添姿彩」填色、繪畫暨封面及標語創作比賽的頒獎典禮。眾得獎同學及其家長都懷著雀躍萬分的心情等待領取獎項的一刻，因為得獎實在是同學們努力的最大鼓舞，當日我們更邀請了衛生署署長陳馮富珍醫生蒞臨致詞及頒獎。陳醫生勸勉中、小學生要多與父母溝通及互相體諒，這樣才能建立溫暖的家。此外，亦要多珍惜與朋友一起的樂趣，彼此要支持鼓勵。陳醫生更語重心長地鼓勵青少年要有毅力勇氣去面對前面的困難和挑戰，不要隨便放棄，有需要時要向父母、師長或醫護人員尋求協助，好讓外來的支援能幫助同學渡過難關。

到了頒獎時候，各同學都喜孜孜地從嘉賓手中接過獎項，然後一起跟各嘉賓合照，各得獎者的臉上都流露著滿足的微笑。頒獎完畢後，小學一年級組冠軍李健豪同學代表各得獎者上台致送自繪的心意咭給陳醫生，使陳醫生笑逐顏開，更令整個會場笑聲不絕。典禮結束後，各人都忙於享用茶點及觀賞各得獎作品，而得獎同學都紛紛邀請陳醫生合照，各人忙得不亦樂乎，卻又能盡興而返。



出席的嘉賓：

教育署署理高級課程發展主任何佩芬女士(前排左一)
社會福利署助理署長蔣慶華先生(前排左二)
衛生署署長陳馮富珍醫生(前排左三)
香港社會服務聯會業務總監陳彩英女士(前排右三)
香港教育學院藝術系講師蘇錦卿女士(前排右二)
學生健康服務顧問醫生麥國恒醫生(前排右一)



小學一年級組冠軍李健豪同學
一臉嚴肅謹慎地將心意咭致送給陳醫生



各得獎同學熱切期待領獎的時刻



年紀小小的小學一年級同學與嘉賓合照



評判的話

面對同學們七彩繽紛的作品，真叫人喜出望外。雖然一張畫紙上的空間有限，但同學們的創意卻是無限的，尤其令人欣賞的是小朋友對家庭的熱愛，和高年級同學面對成長路上的挑戰所持的勇氣和堅毅的精神，教人振奮，亦使評選的工作增添趣味。

今年參加填色比賽的學生很有創意，很多意念是自己想出來的，很可能是與他們的生活有關。在圖中加上不同的人物及動物，令到整幅圖與主題更加接近。中學組的同學在設計方面的概念很重，很著重主題的表達，少花巧。

我很高興看到參賽的小朋友們發揮他們的無限創意，既能將比賽的主題表達出來，亦能用不同的角度和方式發揮他們的想法。我希望他們能在真正的生活裡繼續以行動表示「我愛我的家」和「友情的樂趣多」的精神。

香港的年青人，在成長的過程中，備受個人、家庭與社會的壓力，如何化解壓力，將之變成動力，令生活多姿采，是一個重要的課題。

參與「生活添姿采」的學生透過填色、繪畫及標語創作，充份帶出家庭關愛、珍惜友誼與正面人生觀的訊息。更重要的是這些色彩鮮明兼具創意的作品，能有效地和具體地將年青人健康成長的訊息傳送到社區。學生的積極參與和投入創作，實在值得我們鼓勵及嘉許。

根據資料，今年參賽的作品共有二萬多件，實屬難得，亦同時增加了評判的壓力。整體而言，參賽作品均能針對主題進行創作，有的畫工精緻，有的創意無限。小學組的得獎作品，除充滿了童真的愉悅外，更能透過生活的細節反映他們對友情的企盼和表達。初中組的參賽作品更具心思，難度亦高，因為參賽者除要進行設計封面外，更須運用精煉的文字創作標語。最後的得獎者均能透過生活的體驗，表達強烈的訊息。