



以愛心知識為基礎，關懷服務弱勢群體，促進全人健康，更新我們社區



光鹽社癌友關懷網

主題

肝炎和肝硬化

講員

潘仁榮 醫師, 博士

德州大學醫學院助理教授

The University of Texas Medical School at Houston

時間：10月6日，星期六，下午2至4時

光鹽社特殊需要關懷中心

自閉症: 基因研究

陳蕾詩博士

健康运动学系, Texas A&M University,

時間：10月20日，星期六，下午4至5:30

會後有茶點招待，以便聯誼

地點：台福教會 (12013 Murphy Road, Houston, 77031)

連絡人：遲友鳳 832-859-3718 朱艳 713-988-4724

乳癌互助小組

「活力」計劃 介紹

時間：10月13日，星期六，下午2至4時

地點：希望診所

(7001 Corporate Dr, #120, Houston, TX 77036)

光鹽社廣播網

心靈加油站 (AM 1050)

每週一，上午9:30-10:00 主持人：李論

10月親子分享月

10月1日 給孩子最好的10件禮物

10月8日 孩童的愛之語

10月15日 特別的教養給特別的你

10月22日 獎勵與懲罰

10月29日 做合神心意的父母

AM 1320

每週三 下午:3:30-4:00 主持人：戴禮約, 戴秋月

10月3日 明白自己的在神國裡 ID

10月17日 與神同行同工

10月10日 領受更豐盛的生命

10月24日 天天用信心支取恩典

10月31日 成為合神心意神的兒女

粵語飛揚 (AM1050)

每週一至五，下午3:30-4:00 pm

(<http://fly1320.webnode.com/>)

目錄:

活動預告	1
緩和療護和安寧療護	2
淋巴水腫之治療	4
「活力」計劃	5
乳癌宣導	6
好消息 電視台	6
光鹽家訊	7

顧問 袁祖黎 陳康元 王禮聖
黃嘉生 劉如峰 江桂芝
張學鈞 李納夫

理事長 鄧福真
副理事長 林琬真
理事會秘書 孫威令
理事會財務 遲友鳳
理事 黃繼榮 賴秋月 潘敏
戴麗娟 林爾玫 韓雯
冷國聰 鄧明雅 遲友鳳

總幹事 孫紅濱

行政主任 林麗媛

行政助理 向曉芝 陳邱梅 茅振華
劉如

癌友關懷 鄧福真 劉如 廖喜梅
韓雯 錢正民 黃玉玲
唐萬千 蘇韻珊 黃惠蘭
盧麗民 劉綱英

福音廣播 戴秋月 李論 戴禮約
江桂芝 孫威令 唐萬千
冷國聰 鄧明雅

特殊關懷 遲友鳳 林月芬 朱艳
戴麗娟 朱黎敏 彭灼西
曹松 曹王懿 劉山川

粵語飛揚 岑振強 林爾玫 方方

年長關懷 阮麗玲 陳秋梅

西北辦事處 余南燕 甘梅

財務委員會 遲友鳳 黃玉玲

審計委員會 江桂芝 孫威令

法律顧問 沈彥偉 歐陽婉貞
Mathew Warren



光鹽健康園地 10月份節目表 主持人: 孫威令, 孫明美 iTV55.5 8-9pm

10月9日 「對乳癌的認識」 - 沈潔MD Anderson, 乳腺內科臨床研究行政主任

10月25日 「癌症的偵測與預防」 - 陳康元醫師, 王琳博士

認識緩和療護和安寧療護

主講人：David Hui 博士

鄧福真翻譯 孫紅濱摘要整理

光鹽社 9 月 1 日健康講座，假華人聖經教會，邀請了 MD Anderson 癌症中心，緩和療護和復健醫學部門助理教授，David Hui 博士，來到華人社區，為大家介紹「緩和療護和安寧療護」。由鄧明雅牧師做現場翻譯。

Hui 博士畢業於加拿大溫哥華的 British Columbia 大學醫學院。畢業後，先後在 Albion 大學做內科住院實習，在 British Columbia Cancer Agency 做醫療腫瘤 fellowship，在 MD Anderson 癌症中心做過緩和療護臨床研究 fellowship。目前是 MD Anderson 緩和療護和復健醫學部門助理教授。Hui 博士已在著名的醫學雜誌上發表了 70 餘篇學術文章。Hui 博士在這次講座中介紹了緩和療護和安寧療護，兩者差別及一些有關緩和療護和安寧療護對病人的影響，及在什麼狀況下病人可以或如何向醫師要求緩和和安寧療護。首先，Hui 博士提出幾個問題，讓大家回答對與錯，以便讓大家對這些問題有一個正確的認識。

1. “幾乎所有的癌症都可以根治。”
2. “緩和療護是為病人不再做癌症治療後提供的。”
3. “安寧療護是為病人只有幾天生命而提供的。”

你認為這些說法對嗎？聽眾踴躍回答但答案不一。Hui 博士指出，實際上這些說法都是 **錯**！

接着，Hui 博士為大家簡單介紹了癌症，緩和療護 (Palliative Care)，安寧療護 (Hospice Care) 及它們之間的關係。這三者都是密切相關的。雖然醫學進步，一部份癌症病人可以治愈，但另一部份癌症病人沒有得到治愈。正在治療中可以治愈的癌症病人，在治療過程中某個階段需要緩和療護。而另一部份也就是說這部分沒有辦法治愈的病人及家屬在某個階段需要安寧療護的幫助。即使目前治愈的病人也有復發的可能。復發的病人也有可能變為沒有治愈的病人，這部分病人在某個階段也需要安寧療護。緩和療護和安寧療護是針對癌症治療中或是重症病人提供的療護。緩和療護和安寧療護都是幫助病人改善生活品質。緩和療護主要針對癌症治療中的病人。安寧療護主要針對重症病人已無法往返醫院，也無法治愈的病人。緩和療護多半是在醫院里進行，而安寧療護多半是在家裡進行。

治療的副作用主要有以下幾方面：心臟，呼吸道，腸胃，血液，感染，肌肉骨骼，神經，內分泌，皮膚科。

對晚期病人來說，與癌症相關併發症有以下幾方面的：直接入侵，梗阻，擠壓，積液，感染，血栓，流血，發炎。

表現出的一般症狀有：

- 身體的症狀：疲勞，疼痛，呼吸困難，厭食，嘔心，瞻妄，虛弱
- 社會心理擔憂：憂慮，焦慮，憤怒，悲傷，挫折，恐懼
- 生命存在的擔憂：心靈的需要，失去人生意義，無助感

以上這些症狀是非常普通的，而且這些症狀經常是同時發生的，這些症狀經常是不易診斷和發現，這些症狀應該可以得到更好的管理。

溝通上的需要包括：我的癌症第幾期？未來我會發生什麼事？我治愈的機率是多少？我會活多久？我的治療方案是什麼？治療副作用是什麼？治療的益處是那些？有無替代方案？我如何處理我的症狀？

做決定的需要包括：癌症治療的決定，計劃進一步的照護，照護需要，遺囑，生前遺囑，將來誰代替我做決定？

社會心理方面的壓力主要有以下幾方面的：擔心癌症進一步惡化，未來不確定，身體形像，無法正常生活，工作和嗜好的影響，家庭關係，心靈擔憂，財務負擔。

緩和療護扮演的角色：症狀控制，社會心理照護，心靈支持，照顧者照護，溝通，作決定，臨終前照護。

緩和照護的早期轉介：隨機樣本實驗研究結果表明，緩和照護的早期轉介可以改善生活品質，憂鬱症的比例降低，臨終前需要較少的積極照護，改善心肺復甦資料記錄，生存率提高。

緩和療護團隊：醫院內的諮詢團隊，不住院病人的診所，緩和療護單位。以病人為中心，包括家人，護士，職業治療師，藥劑師，物理治療師，醫師，社會工作人員，營養師，院牧，心理學家。

(續上頁)

照護的目的: 如果我们把癌症治疗过程比喻为一次长途驾车旅行, 比较以下两种心态,

A. 樂觀但是不實際的心態:

想沒有不好的事會發生, 沒有準備舒適和安全措施, 缺少舒適裝備如冷氣, 椅墊, 缺少安全措施如沒安全帶和空氣袋, 對意外無充分準備. 那这次旅行将是一次不舒適的旅程. 这种心态下通常沒有支持/緩和療護, 舒適措施如疼痛處理和憂慮, 沒有安全措施如對居住, 交通, 發病, 居家, 補助家庭知識和支持, 事前照護指示和急救措施.

B. 樂觀且實際的心態:

儘量做到旅程中努力確保舒適, 同時也要準備如果意外發生時如何應付, 采取舒適和安全措施, 對意外的發生有準備, 那这次旅行将是一次愉快旅程.

这种心态下通常有支持/緩和療護, 有舒適措施, 安全措施, 降低焦慮改善生活品質提高癌症治療完成率, 降低臨終癌症病人和家屬的焦慮.



安寧照護團隊: 也是由病人, 家人, 護士, 職業治療師, 藥劑師, 物理治療師, 醫師, 社會工作員, 營養師, 院牧, 心理學家. 最終院牧會扮演重要角色.

急性護理系統由癌症療護和緩和療護組成. 安寧療護系統由居家安寧療護 和住院安寧療護組成.

安寧療護摘要

- What? 是什麼? - 症狀控制, 溝通, 照護計劃
- Why? 為什麼? - 改善生命品質和臨終照護品質
- When? 什麼時候? - 最後六個月的生命, 不再做任何控制癌症的治療
- Where? 在那裏? - 大部分在家
- How? 如何申請? - 向你的腫瘤醫師尋問更多的資訊

腫瘤醫師主要是醫治癌症, 不可能談到所有你碰到的問題. 這就是為什麼需要緩和和照護和安寧照護的團隊. 他們提供資訊, 幫助溝通. 晚期病人到后期, 生命中所有層面的問題都會浮現, 這個團隊可以幫助你及家人. 病人可以得到全方位的照顧.

緩和療護摘要:

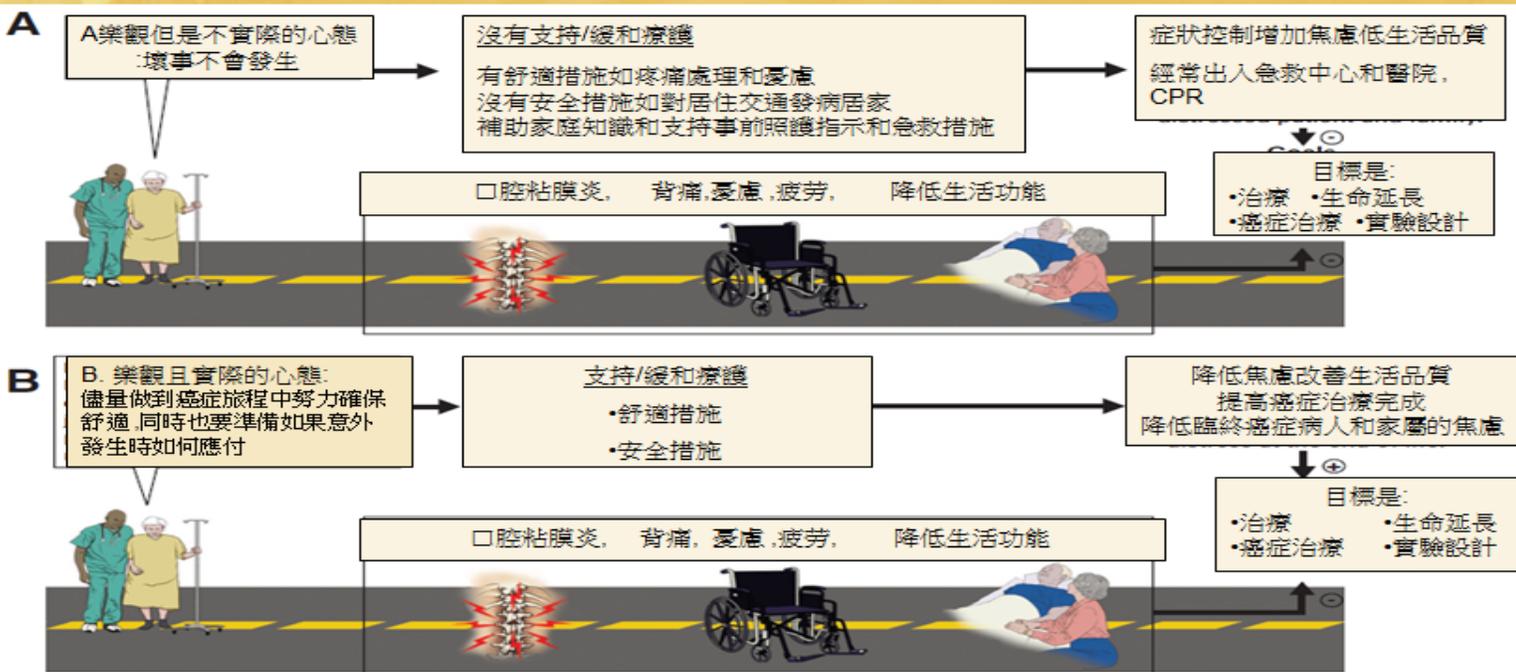
- What? 是什麼? - 症狀控制, 溝通和照護計劃
- Why? 為什麼? - 生活品質和照護品質改善
- When? 什麼時候? - 盡早尤其是患者有焦慮症狀
- Where? 那裏? - 大部分在醫院裏
- How? 如何要求選項服務? - 向你的腫瘤醫師要求轉介

安寧療護扮演的角色: 症狀控制, 社會心理照護, 心靈支持, 照護者照護, 溝通, 做決定, 臨終前照護

一項針對 151 位末期癌症患者的對比研究, 一部分只有一般癌症療護, 另一部分除了一般癌症療護, 結合綜合緩和和療護, 跟進研究結果表明, 病人的社會心理焦慮, 生活品質, 資源使用, 心肺復甦狀況, 都提高了. 壽命也較長.

癌症患者經常經歷在症狀, 醫生溝通和做決定上的困難, 緩和和照護和安寧照護是針對這些需要而設計的, 安寧照護是以社區為基礎的照護. 最終把照護帶到家里. 請與您的醫生諮詢有關轉介.

Goals of Care (照護的目的)



淋巴水腫之治療

林佳佑 林口長庚醫院整形外科研究員，長庚大學護理研究所碩士

許多婦女在接受手術且切除淋巴結或胸部、骨盆接受放射治療時，較容易導致肢體腫脹，皮膚增厚、粗糙、纖維化監如象皮。乳癌的姊妹們手術後淋巴水腫是最頭痛的後遺症之一。因為它是慢慢發生，越來越嚴重，輕則上肢腫大，不易活動，感覺異常；重則手指無法活動，手抬不起來，並有蜂窩性組織炎發生，乳癌切除後二年約有 10% 的病人會發生淋巴腫。

平日居家如何皮膚照護

- ◆ 每天使用乳液保持皮膚濕潤，患肢盡量不要作工。
- ◆ 避免外傷或蚊蟲叮咬，以免感染，外出時建議穿長褲
- ◆ 避免抓破皮膚，修剪指甲時，避免剪到表皮。
- ◆ 避免高溫日曬，及在腫脹肢體使用冷熱敷。
- ◆ 觀察肢體有無感染徵兆，如有發現紅腫熱痛，紅疹或溫度增高，即是蜂窩性組織炎，需立即就醫，打抗生素 5-7 天。

淋巴水腫要如何治療

腋下淋巴系統有淺層及深層，其中深層淋巴系統常因手需要切除淋巴結而受影響。另外，放射治療也會破壞此淋巴系統，淋巴水腫治療方式會依據腫脹程度分成物理治療與外科手術。改善淋巴水腫的原理為增加淋巴的引流，及減輕淋巴的負擔。

輕度的淋巴水腫可以透過物理治療來改善，包括：

- ◆ 彈性繃帶、彈性衣：以彈性加壓套或彈性繃帶，由遠端向近端肢體加壓。
- ◆ 淋巴復健按摩：由遠端往心臟方向按摩，力道要輕，一次按摩約 10-15 分鐘。
- ◆ 使用氣動性淋巴循環機，加壓按摩，促近淋巴回流。

此外若是中度以上，或輕度症狀越來越嚴重，積極復健 1 年以上效果不好、淋巴攝影顯示淋巴循環部份或是完全阻塞或是雙側肢體腿圍或臂圍相差 10%，無合併腫瘤復發或遠處轉移則需要外科手術才能改善。外科手術包括：

筋膜的剝離，腹大網膜的移植，淋巴結皮瓣的移植，淋巴靜脈引流術：淋巴靜脈吻合術、顯微淋巴結移植、淋巴管的接合。

淋巴結移植是如何進行：

此為精密的顯微手術，手術時間約 8-10 小時。將頸部下顎或鼠蹊部淋巴結、血管及皮瓣，以顯微手術移植至患側手腕，縫合移植過來的動靜脈，術中不會大滲血。水腫就像

淹水一樣，移植的淋巴結就像抽水馬達，可抽取淹水地區的淋巴液，將淋巴液抽到靜脈系統，改善下肢水腫，手術成功率 98%。跟據長庚顯微重建團隊的長期治療經驗發現，淋巴結皮瓣移植能夠有效改善淋巴水腫問題，手術後病患能夠恢復淋巴水腫前的正常生活。

開刀麻醉風險高嗎？

麻醉就如同搭飛機一樣，起飛與降落都有一定風險，所以在開始麻醉與麻醉要清醒時都有風險存在。

手術需要住院嗎？

平均住院 10-14 天，術後需在加護病房監測皮瓣及血管情形，約一個星期，需臥床休息，之後會轉至普通病房。

手術後還需要追蹤多久？

術後第一個月每週回診，第二個月每兩週回診，術後第三個月可每月回診一次。術後追蹤平均兩年，淋巴水腫改善程度可達 60%。術後滿一年，若對於皮瓣過大在意者，可進行皮瓣周圍皮膚修減整形手術。

手術後可以運動嗎？

術後滿三個星期後，可恢復日常生活活動，包括：走路、運動等。術後運動，執行手部握拳運動，每兩小時執行 15-20 下，促進靜脈回流。

手術後就都好了嗎？

淋巴水腫是慢慢發生，越來越嚴重，接受淋巴結皮瓣的移植後並不是馬上會恢復正常手臂的臂圍。大部份接受手術的病人在術後第二天會先感覺手臂變軟變輕，之後才會慢慢發現臂圍慢慢變小。有部份病患出院回家後因為恢復正常工作，手臂無法像住院時得到充足的休息，會發現臂圍沒有像住院時消的那麼快，甚至會稍微腫一點點，這些現象是暫時性的代償反應。

淋巴結皮瓣的移植手術成功後，移植上去的淋巴結是須要一些時間發揮幫浦抽水的功能，因為一方面需要幫忙回流之前淤積的淋巴液，一方面也需要引流新生的淋巴液，一般的病患大約經歷 3-6 個月之後才會明顯地臂圍縮小，也可以完全恢復以前的生活。

(轉載自社團法人台灣乳房重建協會-綻放美麗, No. 4, September/2012)



「活力」計劃 健康從自己做起

親愛的朋友大家好!

我們想邀請您參與我們的「活力」計劃。「活力」計劃是一項結合運動和飲食改變的一項健康保健。此計劃是要幫助癌症病人和幸存者在抗癌旅途中如何藉著提高體能運動,和培養健康飲食習慣來達到提高生活品質的目的。過程中有專業營養師免費提供您健康諮詢。此計劃是由光鹽社,薩姆休斯頓州立大學社會學系(Sam Houston State University)和得克薩斯農工大學衛生運動學系(Texas A&M University)共同合作進行,休斯頓州立大學健康中心(University of Texas Houston Health Center at Houston)和德州癌症預防和研究中心 Cancer Prevention and Research Institute of Texas)資助。

參與者條件:

- ◆ 癌症患者或 癌症幸存者(曾經患有癌症).
- ◆ 參與者必須能自由活動者
- ◆ 年齡滿 18 歲者

參與過程:

參與者可自由選擇下列二種計劃項目:

快樂組: 獲得一次營養師的免費健康諮詢(大約 30 分鐘),和完成二次問卷調查(每次約 40 分鐘). 完成研究全程後,為了感謝您的參與,您將收到\$30的 Walmart 禮卷。

喜樂組: 獲得四次營養師的免費健康諮詢、獲贈健康袋(袋裡包括健康飲食指導手冊、計步器、量杯等)。5 次的電話追蹤關懷和完成兩次問卷調查(各 40 分鐘). 完成研究全程後,您將收到\$70的 Walmart 禮卷。

如果您有興趣參與,或想瞭解更多有關這項研究的資訊,請與光鹽社辦公室聯繫, 713-988-4724, 辦公室地址: 9800 Town Park Drive, Suite 258B, Houston, TX 77036



U.S. Department of Health & Human Services



「聯邦醫療保險」網上講座

請參加由「聯邦醫療保險和聯邦醫療補助服務中心」特別為社區工作者所舉辦的廣東話和國語培訓。
由全國「聯邦醫療保險」培訓計劃主辦

	國語	廣東話
日期	10/10/2012	10/17/2012
時間	(東岸時間)下午1時至3時	(東岸時間)下午1時至3時
登記	https://webinar.cms.hhs.gov/e80063471/event/registration.html	https://webinar.cms.hhs.gov/e47525562/event/registration.html

培訓內容: 了解關於「聯邦醫療保險」基本資訊和最新消息, 甚麼是「聯邦醫療保險」, 誰合資格申請 和怎樣參加, 「聯邦醫療保險」承保範圍 (A和B部份), 藥物承保 (D部份), 「聯邦醫療保險」優勢計劃 及其選擇 (C部份)

參加這網上講座, 請在以上的網址登記 (講義將在講座當天在這網址公佈)。請用你的電子郵件登入, 密碼是自選的。密碼格式由 8 個字母造成; 必須包括至少 1 個大寫字母和 1 個數字。



你知道嗎？

- ◆ 乳癌是華人婦女同胞的第一大癌症
- ◆ 在美國,每八位女性中就有一位
- ◆ **70% 到80%**的乳癌患者並沒有家族史
- ◆ 早期發現乳癌五年的存活率至少是 **80%**,
- ◆ 但末期乳癌患者五年的存活率只有 **15%**。

十月份是國家乳癌宣導月,你若想知道更多有關乳癌的資訊及如何預防乳癌,光鹽社在十月份舉辦一系列的講座和乳癌篩選活動,歡迎您和您的家人一起來參加,

1. 「乳房保健」

岑瀑濤醫師, 休斯敦的得克薩斯醫學院的大學腫瘤內科助理教授及主治醫師

時間: 9月29日, 星期六, 上午 10點至 11點

地點: 福遍教會 (7707 Texas Highway 6, Missouri City, TX 77459)

2. 「對乳癌的認識」

沈潔 MD Anderson, 乳腺內科臨床研究行政主任

時間: 10月9日, 星期二, 下午8點至9點

美南電視iTV 55.5 8-9 pm

3. 免費乳房攝影檢查

(限低收入, 無保險者, 年滿40歲女性)

時間: 10月13日, 星期六, 9 am to 3 pm

地點: 福遍教會 (7707 Texas Highway 6, Missouri City, TX 77459). 查詢, 請電光鹽社報名 (713-988-4724).

4. 2012 Komen 休士頓地區「根治乳癌」競走活動

時間: 10月6日上午, 7:45-10點

地點: Sam Houston Park- Downtown

欲參加者, 請上 Komen 網址: <http://komen-houston.org/> 或與光鹽社聯絡。

乳癌是全球婦女同胞的第一大癌症。過去 20 多年來, Susan G. Komen 國家乳癌組織, 為了達成永遠根治乳癌的目標所做的努力是有目共睹的。競走所募得款項每年透過補助計畫幫無數亞裔婦女獲得免費乳房攝影和乳房健康資訊, 也幫助光鹽社成立了乳癌互助小組。



感謝“好消息電視台”的建立

高唐萬千

自發現有「好消息電視台」, 尤其「真情部落格」的播出: 三年來無數次被祂在我自由中國, 各地華人中的建造激勵, 恨不得馬上回台灣, 親眼看看電視台, 及其中我所佩服的各個主人翁。

十九年前不能兼顧家庭與教會, 好像逃兵似地來美國討生活, 雖在美有機會隨先生服事過數個教會; 這裡的弟兄姊妹很愛傳道人。這多年來非但蒙神眷顧, 精神與物質的供應不虞匱乏, 但在想到台灣與大陸的同胞還沒有人去幫助他們認識神時, 心中永懷悵茫愧疚。

離開台灣是因當年不夠認識我們的神是「永不放棄」的神, 祇看到四圍偶像膜拜猖獗, 一切金錢掛帥, 政爭競幾失人性, 才作如是退避。

今天看到神興起各族類社群做翻轉的工作, 譬如「更生人」蒙祂救起, 乃向毒、賭、酒惡勢力反攻, 被神練成神國特种部隊。更看到祂揀選我們司法部矯正司長, 他的見証, 讓我歡喜得幾寐都帶著歡笑入夢。藝人本應最愛面子, 不透露隱私的, 奇妙神的愛臨到他們身上, 能如此見證神, 這種敬拜讓我長途電話讓兒女們、會友們不失去機會觀看。

台灣百姓向來有尋覓神佛的熱忱, 當他們吃盡拜假神、邪神的苦頭後, 那真正的光藉著他們照到所有的人, 是何等強大有能力。

幫助罹癌者走過, 是我在此曾經歷神同在最美好的時刻, 正希望有主內兄姐現身製作那美好的影劇, 如今看到屏幕上的一顰一笑, 我的願望已實現, 似乎這生能沒有遺憾了。

“好消息電視台”是我維持堅持向前的一股不可或缺的力量, 從我自身、二個女兒及她們的同學、會友等深愛台灣、中國百姓的故事; 相信必有千萬像我們的中國人, 共得其益處。

感謝神在台灣建造的工作。“好消息電視”既是出自神的手, 它必要像大海中的燈塔, 引導世人在黑夜中不迷航, 願它的光真像主再臨前之光, 愈照愈明直到正午。

「普天下當向耶和華歡呼——當來向祂歌唱。」

詩篇一百 1.2b 節

光鹽家訊



光鹽社參與 9 月 22 日在 Sharpstown Community Center 舉辦的健康博覽會。我們提供免費 B 型肝炎篩檢, 乳房攝影和營養諮詢。



光鹽社完成年度財務審計

為了達到財務公開公信的原則, 光鹽社于今年9月份委託會計師Jones會計師事務所, 針對2010年度財務報表進行獨立審計查帳, 日前已順利完成。



光鹽社理事長交接

陳王琳博士因個人工作繁忙, 無法續任理事長, 理事會通過由副理事長鄧福真接任, 林琬真接任副理事長。



乳房攝影檢查

名額有限, 須事先登記

登記處: 光鹽社辦公室二樓258A

電話號碼: 713-988-4724 or 281-799-7574

免費資格:

- ◆ 40-64歲女性; 沒醫療保險; 低收入或沒收入
- ◆ 非金卡, Medicare 或Medicaid 持有者

時間: 10月13日, 星期六

地點: 福遍中國教會

(7707 Highway 6, Missouri City, 7707 Texas)

Health Day

Health Day+

免費健康諮詢, 篩檢, 專題講座

健康諮詢: 心臟科/內科/骨科/牙科/眼科/中醫/兒科/營養
 護士站檢驗: 血糖, 血壓, 身體脂肪
 專題講座: 乳癌, B型/C型肝炎, 癌症的偵測與預防
 B型/C型肝炎篩檢, 乳癌篩檢登記, 子宮頸抹片(禮券)

✦ 時間: 9月29日 (週六) 上午十點至下午兩點
 ✦ 地點: 福遍中國教會
 (7707 HWY 6, Missouri City TX 77459)

現場登記, 掛滿為止

主辦單位: 福遍中國教會 & 光鹽社



中國病友互助小組在 MD Anderson-姊妹機構周琦主任安排下 9 月 20 日在 MD Anderson 再次聚會。



光鹽社 (Light and Salt Association)

(www.light-salt.org)

9800 Town Park Dr., Suite 258 B, Houston, TX 77036

The printing of Light and Salt monthly newsletter is supported by Cancer Prevention and Research Institute of Texas, Houston Affiliate of Susan G. Komen for the Cure. Thank you for their support!



服務項目



「你們是世上的鹽…你們是世上的光…你們的光也當照在人前，叫人們看見你們的好行為，便將榮耀歸給你們在天上的父。」馬太 5:13-16

光鹽社是政府註冊的501(c)(3)非營利組織，期望藉著結合一群華人及社區資源，不分宗派，不分族群，本著聖經教導基督徒應做世人的光和鹽為原則，關懷並服務大休士頓地區極為需要幫助的人。

辦公室電話和地址如下：

Phone: 713-988-4724 Website: www.light-salt.org;

<http://light-salt-cancer-care.org>

E-mail: lsahouston@gmail.com

Facebook/LightSalt Association

9800 Town Park Dr., Suite 258 B, Houston, TX 77036

辦公時間: 上午9時至下午4時, 週一至週五,

光鹽社西北辦事處:

地址: 13130 Perry Road Houston, TX 77070

電話: (281) 506-0229

1. 光鹽社癌友關懷網

專題講座及一般互助小組 (每月第一個禮及第三個拜六下午 2-4 時)

乳癌互助小組 (每月第二個禮拜六下午 2-4 時)

電話諮詢及後續關懷, 關懷探訪

免費假髮、帽子、義乳、營養諮詢

免費中英文癌症資訊及書籍 DVD

病患協助、福利申請及資源轉介

交通接送、中英文就醫及資訊翻譯

免費乳房攝影(限低收入和無保險者)



2. 光鹽福音廣播網 (AM 1050, www.light-salt.org 或

<http://fly1320.webnode.com> 收聽)

心靈加油站 (每週一 9:30-10:00am)

粵語廣播網 (每週一至五 3:30-4:00pm)

3. 光鹽健康園地 iTV55.5, 每月第二和第四週, 週二, 8-9pm

4. 光鹽社特殊關懷中心 (每月第三個禮拜六, 下午 3 - 7 時)

地點: 台福教會 (12013 Murphy Road, Houston, TX 77031)

5. 冬衣捐贈, 長輩關懷, 月訊及年刊