



會長的話

2010年即將過去，這一年本港經濟全面復甦，市道轉旺，消費信心增加，保險業也同時受惠，今年客戶的信心逐漸回復，令上半年的保險市場重現增長。然而，近幾個月，行業發展變化迅速，如今年初政府提高入行門檻、又於7月就成立獨立的保監局進行公開諮詢，還有備受社會爭議的自願醫保計劃等，都有可能影響未來從業員的生計，故我們務必莊敬自強，竭力裝備自己，做好準備才能迎接未來的挑戰。

正如上月舉行的廣州亞運會，當地政府經過多年籌備，除興建比賽用的運動場館外，更全力活化舊建築物，將舊城區全面粉飾一番，令整個廣州的市容煥然一新，展現羊城朝氣蓬勃的新氣象，以最好的面貌迎接來自世界各地的訪客。

外表的裝潢設計固然重要，但缺乏實際的內涵配合，最終也未必能取得良好效果。正如從業員無論使用多少高科技設備、給予客戶多少投資貼士或殷勤的客戶服務，但若缺乏誠信，便不能取得客戶的長久信任和支持，尤其當面對日後更多轉變，誠信專業才是吸引客戶留下萬古不變的基石。

感激執委會無私奉獻

今年8月在智利發生的一宗嚴重礦難，因地底礦坑坍塌，33名礦工在625公尺深的地底，只能倚靠吃剩的午餐與兩天的食糧；經過長達69天的漫長等待，最後，33名礦工安然無恙地全數獲救，而且身體精神狀態甚佳。面對突如其來的危機，這群礦工非但沒有因意見不同而爭吵，也沒有因驚惶失措而精神崩潰，更沒有因爭奪食物而大打出手，全憑領班的得力領導，以及各人團結一致，發揮團隊精神，齊心合力，才能創造奇蹟。

過去兩年，儘管本港經濟受到環球金融海嘯的嚴重衝擊，行業也受到前所未有的影響，但我十分感謝「保協」執委會各成員的無私奉獻，毫不吝嗇地付出時間和精力，才能讓協會適時面對連番衝擊和挑戰。我在此謹向各執委會成員致以由衷的感謝，同時，我更感謝曾參與協會舉辦各大小活動的義工，他們奉獻了不少金錢、時間和精力，發揮行業無私互助的精神，在過去兩年，能夠與這群傑出的從業員並肩合作，為行業的發展而努力，我深感驕傲！

無論2011年將遇到多少挑戰，我始終相信，在同心協力，定能跨越一個又一個難關，祝願各同業繼續努力，共創行業美好的明天！



會長劉國明

莊敬自強 堅守信念 創新里程

米雪 熱心助人 樂當人肉搜尋器

名人保險理財



米雪很認同保險的作用，認為醫療和危疾保障尤其重要。她相信，萬一患上重病，沒有這兩類保險便會耗掉個人積蓄。

在電視熒光幕上，米雪演活了許多角色；但在現實生活中，她卻時常充當「會走路的搜尋器」——從投保的心得，找骨科醫生的聯絡，以至小一入學的资料，朋友都愛向她打聽，原因是她喜歡觀察和聆聽別人的經驗分享，久而久之，自己便儲到大量的實用生活資訊。

在米雪的資料庫中，保險知識不純是別人的分享，她自己早在18歲時已投保。「那時候香港的保險業發展未及今天成熟，很多人對這行業存有戒心，我卻覺得保險很有用，而且交往的朋友都不是思想保守，他們也像我一樣相信保險。這些年來，我每逢知道別人結婚便催促他們購買保險；不過，單身都要買！醫療和危疾這類保障尤其重要，萬一患上重病，沒相關保險便會耗掉個人積蓄。」

可成為社工 也合做助理

米雪對保險概念的高度認同，推算她可以成為一個出色的保險從業員。可是，她說自己若不是從事演藝行業，估計自己會做社工或私人助理，為別人解困。多年來，她不但是朋友身邊的「社工」，也在很多社福機構或病友組織留下足跡。「要幫助別人，有時不一定要做特定的事情，在他們情緒低落時陪伴身旁，聽他們的心聲已足夠。」

熱衷為別人打氣的米雪，會怎樣面對各種痛苦？在今年初拍攝電視劇《女人最痛》期間，與她同行逾四分之一世紀的男友離世，她只休息了一天便繼續拍攝的工作，原因之一是她不想影響同組幕前幕後的工作人員。「很多人願意遷就、讓我休息，但他們其實沒責任擔我的私人問題，而且呆在家多天未必最適合我。」

汲別人經驗 儲正面能量

在摯愛離世後選擇盡快繼續工作，一方面反映了她的專業工作態度，另一方面是她的「準備」充足。她在善寧會出版的《生命美學》中分享道：「既然苦難是無法避免，那我就更加要增強自己的抵禦力，仰首迎接各種挑戰……生活中的磨難和苦難使我們的人生坎坷崎嶇，但它也是砥礪我們堅強意志的試金石。」她說自己「已盡盡力為明天儲能量，把我見過的人和事銘記在心，不斷在別人的經歷中學習。」

米雪相信，面對痛苦時，所有老掉牙的大道理都用不上。「好像被人掌摑時，你必然會痛，我們要先接受這份痛。面對生老病死，流淚和傷心是人之常情，但我宣洩情緒後便換上豁達的心情，重返往常的生活軌道。」

視健康為資產 作息有時

豁達和寬容，既是米雪面對痛苦的態度，也是她在娛樂圈的待人之之道。莫看她在《瀟湘風暴之家好月圓》飾演的「紅姨」，罵「荷媽」時七情上面，把司棋姐的眼鏡打至飛脫，但真實世界內的她卻不愛與人爭吵。「我不喜歡罵人的感覺，如別人出言攻擊，我會為對方找藉口，真的不開心便對着鏡子發洩情緒。器量小、與人計較，對身心都有損，還影響容顏呢！想到這些，加上出道之初已聽取前輩的教誨，讓我明白忍讓是藝人值得堅持的特質。」

時常忍讓、待人寬容和樂於助人，令米雪廣結良朋，應酬在所難免。不過，她沒有因玩樂而犧牲健康。「初出道時想與同事混熟，常去唱K、吃宵夜，因睡得太少而致樣子有時很憔悴。後來，當我逐漸意識到健康的重要，便爭取時間睡眠和運動。現時的工作和各種活動，令我的時間表密密麻麻，只好「分期付款」睡眠，並已訓練到開坐即睡，如拍攝中途有1小時休息，即使旁邊的人在搓麻雀，我也能入睡。去外地工作更是睡覺好機會，長途航程可睡，工作後又可早回酒店倒頭大睡。」

盼設社會企業 提供就業

爭取每天熟睡4至5小時之外，米雪也爭取機會運動，如坐車時做腳部運動，平日則抽空練習空手道。此外，她嚴選食物，而且淺嚐即止。「我不夠時間花在飲食上，而且胃納小，故要吃得講究，但不代表我挑剔。像我愛吃麥片這很普通的食物，且不加糖和奶也吃得很享受，因為我愛那淡淡的麥香。至於無益的食物則會少吃一點，因為我想有更長的時間享受人生！」說到此，大家不難明白她為何以健康為此刻最重視的資產。駐顏養生有道，米雪是娛樂圈中的表表者。

問及她可有想做而未做的投資，原來是與人合作開設社會企業，為社會上多類型的弱勢社群提供就業機會。「我已四處向人分享，希望他日能開辦公司，招請長期病患者、精神康復者和釋囚人士等，讓他們藉工作活得開心。雖然未知能否及何時實現這個夢想，但人生其他事情，我均安於現狀。」自己活得好好的同時，米雪還希望別人活得好。



米雪認為，生活中的苦難使人生坎坷崎嶇，但它也是砥礪我們堅強意志的試金石。

鳴謝：
場地：南海一號
(電話：2487 3688)
服裝：Moiselle
化妝：Iva Law
化粧品：Enprani

早期肝癌不易察覺 10港人1人中招

在各常見癌症中，肝癌可算最教人措手不及的。肝癌位列本港第三大癌症殺手，死亡率高居第三，而最恐怖的是，早期肝癌並無明顯徵兆，但7成病人發現患病時已無法挽救。本港約8成肝癌患者是由乙型肝炎病毒致病的，而每10名港人中便有1人是乙型肝炎帶菌者，醫生忠告，乙、丙型肝炎帶菌者比一般人患癌的比率多5、6倍，因此最好每半年檢查一次，以策安全。

肝癌的成因有多種，肝硬化是主要原因（長期酗酒及酗酒是引致肝硬化主因）。肝硬化可由多種不同病毒引起，香港最普遍的是乙型肝炎病毒，估計全港約有10分之1人口是乙型肝炎帶菌者，而丙型肝炎也可引致肝硬化。長期肝炎帶菌者的人數在香港頗多，其中四分之一會演變成肝硬化，甚至惡化成肝癌。當然病變並非一朝一夕，是需要長時間醞釀的。

肝炎帶菌者患癌比率多5至6倍

外科專科醫生吳國慶醫生表示，由於乙、丙型肝炎帶菌者比一般人患癌的比率多5、6倍，因此他們最好每半年至一年進行檢查。「因早期肝癌全無徵兆，若有徵狀時才進行檢查，發現時多已屬晚期。」

由於出現徵狀時已太遲，故發現不幸患上肝癌，只有3成人可以接受根治手術，其餘7成只能接受姑息治療——注射化療針或標靶治療。吳醫生解釋，不適合做根治手術的患者出現徵狀時本身可能已肝衰竭，或肝癌已擴散至其他不同部位，故做手術也不能根治癌細胞。

根治手術一般有3種，包括（一）切除肝癌部位；（二）射頻消融術；（三）肝臟移植。切除肝癌部位的手術

只適合20%病患者。而手術收費也不同，公立醫院是免費的，但輪候期長，而私院收費則視乎醫生，最貴手術費可達20萬港元。

換肝是最好根治方法之一

換肝是一個徹底根治肝癌的最好方法，而且其復發率僅約20%。但吳醫生坦言，在香港來說，換肝至今仍面對相當大的困難：「由於多數中國人仍不接受死後器官捐贈，故屍肝數目很少。」誠如上月因追捕煙販而令肝臟嚴重受損、命懸一綫，但幸得同僚出手仗義相救的海關關員袁偉祥的個案，可說是萬中無一。

不適合做手術的肝癌患者，只有選擇做化療或標靶治療，化療藥的副作用大，而成效仍不確定。至於標靶治療的藥物費用昂貴，即使是公立醫院，患者每月須付4萬港元，而服藥者一般可延長壽命僅兩個月。

除肝癌外，其實，膽結石在香港也是頗常見的肝臟病。根據統計顯示，香港每10名成年人當中，便有1人有膽石，可見其普及程度。為何近年愈來愈多人罹患膽石？向來有「都市富貴病」之稱的膽石，大多因不良的飲食習慣演變而成。膽石原是膽囊內的沉澱物，日積月累最後便凝結成石，而形成膽石最主要亦是最基本的物質，就是膽固醇！

經常進食煎炸及高脂等油膩食物的飲食習慣固然會提高患膽石的風險，而攝取太多鈣質也會增加患膽石的機會，然而，患膽石的人雖多，但大多數膽石患者沒有徵狀，每年只有約2%患者會出現徵狀。一旦有徵狀，患者腹部會出現劇痛，須立即進行微創手術切除膽石。

這手術屬小型手術，患者到私家醫院做手術只需約4,000港元，若到公立醫院做手術則毋須收費，但輪候時間長逾半年以上。若患者延誤醫治，可能會出現急性膽管發炎，甚至急性胰腺炎。因此，有病宜盡早治，若有延誤，手術可能會更長。

醫治肝癌及膽石在公立和私家醫院的一般收費

	公立醫院	私家醫院
切除肝癌部位手術	免費，但輪候時間長	視乎醫生，最貴手術費可達20萬港元
標靶性治療藥物	每月4萬港元	貴20%
切除膽石手術	免費，但輪候時間長逾半年以上	約4,000港元



吳國慶醫生表示，由於乙、丙型肝炎帶菌者比一般人患癌的比率多5、6倍，因此他們最好每半年至一年進行檢查。

「鮎魚」突擊 超級颶風吹不走善心



意外就是意料之外的事情！

想不到，雖屆10月，仍有颶風吹襲香港；想不到，這不是一般的颶風，而是造成多個國家不少人命財物損失的超強颶風；

更想不到，這股超級颶風最後卻雷聲大雨點小，對香港的影響只屬輕微！

雖然本於10月24日舉行的「保證全人健康慈善步行籌款2010」因颶風關係而宣布延期至12月19日舉行，但相信這股超級颶風吹不走從業員的善心。正因延期，更給予充滿愛心的您有充足的時間，邀請家人、好友及客戶，與他們共享一個令身心靈富足豐盛的周日早上。

健康大使



家長匯智會會長陳敬兒



超級巨星陳康健

「保證全人健康慈善步行籌款2010」詳情

籌款目的：為「保協慈善基金」及「2010演藝坊」籌募經費，使兩單位能具備充足資源，以進行支援弱勢社群及關懷青少年之活動，齊心建造一個和諧及正面的社會。

步行日期：2010年12月19日（星期日）

活動時間：上午9時至下午1時

步行地點：大埔海濱公園海濱長廊

集合地點：大埔海濱公園露天劇場

查詢詳情：電話：2570 2256 / 2969 0206

網頁：www.gnci.org.hk/walk

電郵：Info@luahk.org



2009年東亞運動會香港田徑隊選手吳秀雯及謝振雄

(資料由客戶提供)