



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

### 中醫常識和健康食療

講員

梁慎平博士 中醫師

時間: 11月3日, 星期六, 下午2至4時

地點: 華人聖經教會

6025 Sovereign Dr., Houston, TX 77036

## 光鹽社癌友關懷網 11月特別活動預告

### 淋巴水腫的治療與乳房重建

講員

鄭明輝 醫師

林口長庚紀念醫院 副院長

林口長庚紀念醫院整形外科系教授

時間: 11月2日, 星期五, 上午10點至12點

地點: 光鹽社辦公室,

(9800 Town Park Drive, 255室 Houston TX 77036)

歡迎大家踴躍參加, 費用全免, 備有簡單午餐招待, 請于11月1日前報名.

目錄:

活動預告	1
	2
乳房密度和塊狀	4
考試及格了嗎?	5
活動預告	6
光鹽家訊	7

## 光鹽社西北辦事處

### 中老年人常見眼科疾病

陳卓 眼內科醫生

演講後並有義診

時間: 2012年11月10日, 星期六, 下午2:00至4:00

地點: 西北華人浸信會 (13130 Perry Road Houston, TX 77070)

西北辦事處聯絡電話: 281-506-0229

## 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

11月5日 做個成熟的禱告人

11月12日 神是愛

10月19日 junjin弟兄蒙主恩見證專訪

10月26日 在婚姻中成長

### AM 1320

每週三 下午3:30-4:00 主持人: 戴禮約, 戴秋月

11月7日 與神同行的人生

10月14日 建立與神一個愛的關係

10月21日 生命中看見神的愛與恩典

10月28日 活在我們中間的真神

### 粵語飛揚 (AM1050)

每週一至五, 下午3:30-4:00 pm (<http://fly1320.webnode.com/>)

顧問 袁昶黎 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

總幹事 孫紅濱

行政主任 林麗媛

行政助理 陳邱梅 劉如 胡兆祖

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 朱艷  
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

## 光鹽社特殊需要關懷中心

感恩聚餐

時間: 11月10日, 星期六, 下午6至8點

地點: 光鹽社辦公室 9800 Town Park Dr. #255

連絡人: 遲友鳳 832-859-3718 朱艷 713-988-4724



光鹽健康園地 11月份節目表 主持人: 孫威令, 孫明美 ITV55.5 8-9pm

11月13日 健康飲食要点, 張慶怡注册营养师, MD Anderson Cancer Center

11月27日 胰脏癌治疗最新进展, 洪奇明醫師, MD Anderson Cancer Center

## 漫談肝炎與肝硬化

德州大學休士頓醫學院腸胃科 潘人榮 醫師

### 肝炎的类型

肝炎分急性與慢性的. 如果肝炎持續 6 個月以上, 它將變為慢性肝炎. 並不是所有的肝炎都具有傳染性. 傳染性肝炎分 A, B, C, D, E 型病毒肝炎, 泡疹病毒肝炎 [泡疹一/二型, 巨細胞病毒 (cytomegalovirus), Epstein-Barr 病毒], 和腺病毒肝炎.

傳染性的病毒性肝炎的傳染途徑包括靠糞便污染的食物傳染 (A 型與 E 型肝炎) 和依賴體液傳染 (B, C, D 型肝炎). 與病毒肝炎有關的危險因子包括: 使用毒品(靜脈注射, 吸入), 1992 年以前接受輸血, 1987 年以前接受凝血因子, 洗腎, 免疫不全病毒(HIV)感染, 和特定職業傷害如醫療從業人員針扎傷害.

非傳染性肝炎包括: 酒精性肝炎, 非酒精脂肪性肝炎, 自體免疫肝炎, 血色沉著病 (Hemochromatosis), 威爾遜氏症 (Wilson disease), 原發性膽汁性硬變 (Primary Biliary Cirrhosis), 原發性硬化性膽管炎 (Primary Sclerosing Cholangitis), 和藥物性肝炎.



### 肝炎的症狀

非特別單一症狀, 可能的症狀包括嘔心, 疲倦, 腹痛, 食慾不振, 關節疼痛和黃疸, 腹水(末期).

### 肝炎的診斷

通過了解病史 (家族史, 旅遊史, 最近服用的藥物), 身體檢查, 血液檢查 (特定病毒抗體, 自體免疫抗體, 身體內鐵/銅含量, 甲狀腺功能), 超音波檢查, 肝穿刺檢查.

### 肝炎的治療方案:

肝炎类型	治療方案
急性A型與E型肝炎	支持療法(營養, 休息)
急性藥物肝炎	停止使用特定藥物
酒精性肝炎	戒酒
脂肪性肝炎	減重, 運動 (目前沒有標準藥物可使用), 胃繞道手術
自體免疫肝炎	免疫抑制藥物
血色沉著病	放血, 螯合劑
威爾遜氏症	螯合劑

目前用于治疗的几種口服藥物包括: Lamivudine, Adefovir, Telbuvudine, Entecavir, Tenofovir Entecavir (Baraclude), Tenofovir (Viread); 兩種干擾素. 目前藥物可以良好控制 B 型肝炎, 甚至可治癒 C 型肝炎.

### B 型肝炎的盛行率

	美國	全球
預估新感染/每年	78,000	N.A.
慢性感染人數	1.25 million	350 million
死於慢性肝病人數	5,000/每年	500,000
曾經被感染百分率	4.9	30

### 肝炎的篩檢

美國疾病管制局建議所有來自 B 型肝炎高盛行率 (>2%) 地區/國家的人應接受 B 型肝炎篩檢. 所有在 1945-1965 年之間出生的人應接受 C 型肝炎篩檢. 一旦產生肝硬化, 開始肝癌篩檢(每半年一次), 一旦產生腹水, 胃食道靜脈出血, 或是肝腦病變請轉介至肝病專家接受肝移植評估.

### 好消息!!

光盐社和St. Luke's医院合作, 提供免费肝炎篩檢. 需要的朋友請向光盐社办公室索取礼卷, 该礼卷包括一次免费肝炎篩檢和免费停车.

## 「乳房密度和塊狀與乳房檢查關聯」

MD Anderson Cancer Center-Focused on Health 10-/2012

Adelina Espat, 鄧福真翻譯

亞洲婦女的乳房密度(Breast Density)相對的比白人婦女來的高，密度高和有塊狀的乳房是否會影響的乳房檢查結果。根據 MD Anderson 癌症預防醫療主任 Thereasa Bevers 醫師，答案是的。但是有密度高的婦女也不要因此，不做定期乳房攝影，因為早期發現的乳癌治療效果很好。以下是 Bevers 醫師的更進一步解說兩者間的關聯。

### 密度高的乳房(Dense Breast)

婦女的乳房密度高有較多的腺體組織(Glandular Tissue)，這些腺體組織造成乳房攝影

(Mammogram)的影像不容易清楚分辨不正常的腫塊。Bevers 醫師指出，雖然是不容易偵測，但是，不是不可

能。尤其是現在普遍使用數位攝影〔Digital Mammogram〕比較容易發現不正常的地方。為了更小心起見，乳房密度高的婦女，可以額外要求做乳房超聲波檢查〔ultrasound〕，來偵測任何有不正常的地方。做超聲波之前，要您的醫師確認您的醫療保險，是不是有含蓋這項檢查，有的保險是不給付的。

### 乳房的大小

乳房的大小不會影響您得乳癌的風險，但是，它會影響您的乳房攝影檢查和臨床檢查。例如，乳房較大的婦女比乳房小的婦女，需要多照幾張照片。因為，醫師要確認有足夠的照片含蓋所有的乳房組織。同樣的，在臨床乳房檢查中，乳房較小的，醫師比較容易發現腫塊。這也是為什麼對乳房較大的婦女，每年做乳房攝影是很重要的。因它可以找到醫師臨床檢查觸摸不到的不正常腫塊。

### 塊狀乳房〔Lumpy Breast〕

有些婦女的胸部有較多像米粒一樣的塊狀(lumps)。有些人認為這些塊狀，會增加得乳癌的風險。Bevers 醫師指出，這是錯誤的說法。塊狀乳房，是乳房內纖維囊性改變(fibrocystic changes)的結果，這些塊狀，有時候是婦女乳房組織正常的一部分。只是它們屬於不平滑的部分，它們不會增加婦女患得乳癌的機率。

另外，有些婦女擔心，這些塊狀使她們不容易發現不正常腫塊。Bevers 醫師認為這是錯誤的，因為婦女仍可感覺出不正常的狀況。這就好像把塊狀乳房想像成一袋豆子，當您放進一個石頭在這袋豆子粒，您一定能感覺到，這塊石頭與其他豆子非常不一樣。因此，您一定可以感覺得不正常的腫塊。因它與正常的腫塊是不一樣的。



當您做乳房攝影時，很重要的是，把過去的乳房攝影結果或照片告訴您的醫師。因為，醫師可以與過去的照片比較。如此，比較容易偵測任何不正常的變化。

### 乳房植入物〔Breast Implants〕

有乳房植入物的婦女仍會得乳癌，因為她們仍有乳房組織。因此，這些婦女每年仍然要做乳房攝影乳房攝影和臨床乳房檢查。乳房植入物可能導致在做乳房攝影時，比較不容易看見乳房組織。因此，照像師可能會多照幾張片子。尤其是從側邊上照像，爲了要清楚看見乳房組織。

最後，Bevers 醫師說：不管您乳房的大小，有無纖維囊腫，或植入物，自我認知〔Self-awareness〕是很重要。平常多注意您的乳房的形狀和觸摸感覺的改變，如此可以馬上注意到不正常的訊號。

Therese Bevers, M.D., is medical director of MD Anderson's [Cancer Prevention Center](#). Did you know you can get your breast cancer screening exams along with a personalized prevention plan at MD Anderson's [Cancer Prevention Center](#)? Schedule an appointment today by calling 713-745-8040

## 考試及格了嗎？

良萍

每一個生病的人，當被告之罹癌時，一定感到震驚不已，也會頻頻質問神：「為什麼是我？為什麼讓這疾病臨到我身上？」

感謝神！在十多年前我就從休士頓基督台 KHCBC 廣播中聽到一段信息：「為什麼不是我？」大意是說：神愛世人，祂從不偏待任何人。不是說基督徒信主後就一帆風順、無災無病。一切能發生的事（「天災人禍」、「重病」、「不幸」）也會發生在基督徒身上。但基督徒的確據是就算肉體消失了，我們還有一個永恆的生命。而非基督徒就不是這樣了。他們需要聽福音的機會，得到重生，才能在將來進入天堂。因此，基督徒生了重病，不應埋怨、反倒要明白神的心意，更何況我們知道生命都在神手中，祂也應許必與我們同在，一齊面對一切的苦難。

因此，當我在二零一零年九月中發現自己已被診斷為第三期胃癌時，震驚是有的，但我沒有埋怨，心中也有平安。感謝神！藉著教會的魏弟兄，很快就進入 MD Anderson 接受治療。

記得那時我正好教完舊約綜覽「創世記」，和同學們分享自己生病的事，提及神如何用數十年操練並預備亞伯拉罕的信心，因而他能完全順服神將以撒獻在祭壇上，這是他信心的最高峰。可能，在我生病這事上神也要我經過無數次信心的考驗。好像在面對一場神所給我的考試，看我是否及格。同時，我也分享了自己是個多麼膽小、多麼怕痛的人。因此，我請求同學們為我禱告，讓我在治療時不會吐、不會痛、不會讓我太不能忍受。就這樣我朦朦朧朧地開始了抗癌之路。

沒想到！醫生一開始就為我作了腹腔鏡檢查，在我腹部上開了三個洞，為預防我將來不能用嘴進食物，在我腹部左下方又作了一個 J-Tube。等我從麻醉中醒來想自己下床，才知道肚子上的傷口讓我疼痛不已，連起身都不行。

接下來，開始作為期六星期的化療。第一針打下去，我的白血球、紅血球均降到一半。第二針打完頭髮便開始脫落。這時的我又吐（一天多至五、六次之多）又瀉，吃任何藥都不管用。為了能讓化療繼續，我每隔一周，還要去醫院三天打 BOOST 白血球的針，非常辛苦。不但如此，我在聖誕節前幾天便開始不能用嘴進食了。體重急速下降，因此馬上開始用輸液管打營養針來維持身體起碼之需。由於水也不能喝，每天打完近十二小時的營養針後，再用四十五分鐘來進水，這中間還要在 J-Tube 處進行清洗，以免管子堵住。由於我打的速度太慢，管子三天兩天就很容易被堵住。用盡了方法均行不通時，就只有上急診室了。

從二零一一年一月初開始，「輻射放療」和「化療」同時進行。每禮拜一清早驗血、清洗手臂化療針管，接下來作

化療，完後再去另一個診所做輻射放療，一天就過去了。第二天，作輻射放療，還要看兩位不同的醫生。這樣，又一個大半天過去。第三天至第五天較好，只作輻射放療。雖然如此，我的健康已一落千丈。最後幾周連起床、穿衣、走出臥室都成了非常困難的事。坐進汽車之後，還要開四十五分鐘到近一小時之車程，才到醫院，還要等排隊，再脫衣服、躺下作治療，做完，穿好衣服再坐車回家。只記得那時，人非常虛脫，走也走不動，只能用輪椅代步。

感謝神！在最困難之時，有小女德怡相伴。除了禮拜一，培文請假陪我外，其餘四天均由小女德怡開車帶我。我當時的禱告是「求神給我足夠的體力去應付每一天」，而信實的神也給我有一天的能力去擔當每一天的重擔。

一切治療告一段落後，已是二月中旬，我的身體已弱到不行。本來醫生希望我能在一個半月後接受開刀，但我的身體情況根本不允許。另外，我的白血球，紅血球，連血小板都大大低過標準。因此，手術只能延至五月十日。當然，這又是另一個辛苦階段的開始。

開完刀後，全身插滿了大大小小的管子，胃也切除了近百分之九十。前六天什麼也不能吃，只能打營養針及點滴。第七天才開始每天限量一杯水而已。第十天後回到家，醫院還安排了 Home Health 護士來專門清洗胃部開著的大傷口，此時，又不能打止痛針，只能在一小時前吃止痛藥。雖然有止痛藥，我仍然感到疼痛不已。每次換藥時，護士需用酒精把黏在我皮膚上的紗布一一解開，然後拿出塞在我傷口上的大塊紗布。清洗乾淨後；換上新紗布，再黏住外層的紗布。我躺在床上全身肌肉緊繃，又出冷汗，精神壓力之大是旁人無可想像的。

感謝神！開刀後三個月，由於 J-tube 處不斷流血水、管子又會堵，我向醫生、營養師保證一定多吃蛋白質食物、多喝水，不會營養不良及脫水。這才終於拿掉了輸液管。

生病後，因白血球過低，遵守醫生指示除了去醫院作治療外，都禁足在家。雖然每主日早上能看第二浸信會 DR. Ed Young 的證道（電視轉播），但我卻非常想念教會崇拜的氣氛及與弟兄姊妹一起敬拜神的美好。還記得二零一一年八月中第一次重回教會時，見到我的，都熱情的來問安，頓時讓我有是神家中 Celebrity(名人)之感。

許多的感謝：

- 第一自然是要感謝神我的天父！讓我真正體會到「足跡」中所說：在最深苦難時，是祂將我放在祂懷中托住我，一路走過這艱辛路。

(續上頁)

- 其次要感謝的是教會牧師、同工的探訪、禱告及我的家人及全教會弟兄姊妹的代禱！
- 另外要感謝其輝、小玲夫婦，以成、麗民夫婦，何榮泰、文芝夫婦，田莉芬姊妹及教會的姊妹們；中醫朋友及在台、美各地教會朋友們持續的代禱；以及我家人對我無微不至的照顧。

**後語：**在我回到教會後不久，有位可愛的姊妹跑來問我「妳覺得妳通過了神的考試嗎？妳及格了嗎？」我笑笑地回答：「大概過了罷！」

回想在病中雖從未埋怨過，但也有一兩次覺得自己真的虛弱到熬不過去時，特別是在家摔了跤，背撞到牆，晚上痛的無法安睡，並且這背痛持續一個多月時，也曾對神說：「祢饒了我吧！」。但感謝神！祂知道我也體恤我的軟弱，祂仍以祂永遠的慈愛來愛我。

至於我到底在這場信心考試中考了多少分？我想「答案」並不重要。因祂知道我努力的作一個堅心依賴祂！並專心等候在祂面前的人。經過這次病痛，我有許多新感受：

**對神：**再次體驗到

**詩篇九十四篇十四節：**「祂永不離棄我們。」

**馬太十一章廿八節：**「當我們依靠祂，祂永不動搖。」

**詩篇十六篇十一節：**「祂必把生命的路指示我，在祂面前有滿足的喜樂，在祂的右手中永遠的福樂。」

**以賽亞書四十九章十五節：**「當我們仰賴祂，祂決不會忘記我們。」

**詩篇八十四篇十一節：**「因為耶和華必不丟棄祂的子民，必不離棄祂的產業。」

**詩篇四十一篇二節：**「耶和華要保護他，使他生存；他在地上要稱為有福的。」

**詩篇八十九篇卅三節：**「但我必不把我的慈愛從他身上收回，也必不背棄我的信實。」

**以賽亞書四十三章一至二節：**「但是，雅各啊！那創造你的耶和華，以色列啊！那塑造你的主，現在這樣說：『不要懼怕，因為我救贖了你；我按著你的名呼召了你；你是屬我的。你從水中經過的時候，我必與你同在；你渡過江河的時候，水必不淹沒你；你從火中行走的時候，必不會燒傷；火燄也不會在你身上燒起來。』」

**對弟兄姊妹及好友：**肢體間的愛和扶持給我莫大的溫暖、

力量、及勇氣！

**對病：**毫無抵抗之力、只有堅心依靠，順服在掌權的主手中！

**自己的禱告：**

**羅馬書八章廿六至廿七節：**「照樣，聖靈也在我們的軟弱上幫助我們。原來我們不曉得應當怎樣禱告，但聖靈親自用不可言喻的歎息，替我們祈求。那鑒察人心的，曉得聖靈的心意，因為聖靈照著 神的旨意替聖徒祈求。」

**詩篇六十篇五節：**「求祢用右手拯救我們，應允我們，好使你所喜愛的人得拯救。」

**詩篇廿七篇一節：**「耶和華是我的亮光，是我的救恩，我還怕誰呢？耶和華是我性命的避難所，我還懼誰呢？」

**以弗所書三章十六至十七節：**「求祂按著祂榮耀的豐盛，藉著祂的靈，用大能使得你們內在的人剛強起來，使基督藉著你們的信，住在你們心裡，使你們既然在愛中扎根建基。」

**申命記卅一章六節：**「你們要堅強勇敢；不要害怕，也不要因他們畏懼，因為耶和華你的神與你同去；祂決不撇下你，也不離棄你。」

**對其他病人之共勉：**

**哥林多後書一章三至四節：**「我們主耶穌基督的父神是應當稱頌的。祂是滿有憐憫的父，賜各樣安慰的神。我們在一切患難中，神都安慰我們，使我們能用祂所賜的安慰，去安慰那些在各樣患難中的人。」

**腓立比書四章六至七節：**「神只有一位，就是萬有的父。祂超越萬有，貫徹萬有，並且在萬有之中。我們各人蒙恩，是照著基督量給我們的恩賜。」

**羅馬書十二章十二節：**「在盼望中要喜樂，在患難中要堅忍，禱告要恆切。」

**詩篇四十六篇一節：**「神是我們的避難所，是我們的力量，是我們在患難中隨時都可得到的幫助。」

**詩篇六十二篇二節：**「唯獨祂是我的磐石，我的拯救；祂是我的保障，我必不至動搖。」

(本文轉載自西區中國教會 歡喜 2012 年刊)



光鹽社癌友關懷網  
2012 年 11 月活動預告

主題

## 中醫常識和健康食療

講員

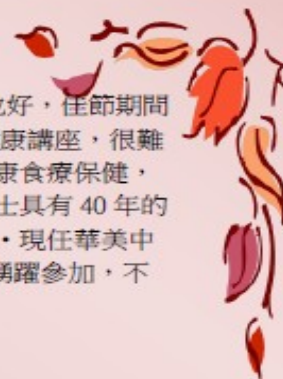
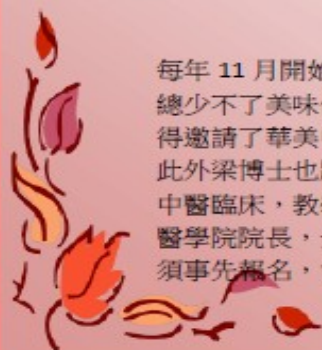
梁慎平博士 中醫師

時間：11月3日，星期六，下午 2 至 4 時

地點：華人聖經教會(Chinese Bible Church) 6025 Sovereign Dr., Houston, TX

聯絡電話號碼: 713-988-4724, 281-799-7574

每年 11 月開始，先是感恩節和聖誕佳節，接著是新年和中國年，不管是中國人或外國人也好，佳節期間總少不了美味佳餚，怎麼吃才是適當，尤其是附和中醫的保健養身原則。11 月份光鹽社健康講座，很難得邀請了華美中醫學院前院長，著名中醫師梁慎平博士來為大家講解從中醫的觀點來看健康食療保健，此外梁博士也將為大家介紹一些中醫常識，例如如何選擇中藥和預防癌症的發生率。梁博士具有 40 年的中醫臨床，教學和行政經驗，經常受邀到世界各地演講，他曾任德州針灸協會會長和理事，現任華美中醫學院院長，全美中醫華裔聯合會副主席和世界中醫聯合專家委員會副主席。歡迎大家踴躍參加，不須事先報名，會後備有茶點招待。



鄭明輝 醫師  
重建女人信心的巧手

講員

鄭明輝 醫師

林口長庚紀念醫院 副院長  
林口長庚紀念醫院整形外科系教授  
Fellow of the American College of Surgeons (FACS)

學歷

中山大學醫學系畢業  
長庚大學醫務管理研究所碩士畢業  
美國德州休士頓安得森癌症中心 整形外科 研究及顯微手術外科研究員

光鹽社癌友關懷網  
11 月特別活動預告



主題

## 淋巴水腫的治療與乳房重建

時間: 11 月 2 日, 星期五, 上午 10 點至 12 點

地點: 文化中心, 二樓, 255 室

(9800 Town Park Drive, Houston TX 77036)

歡迎大家踴躍參加, 費用全免,  
備有簡單午餐招待, 請于 11 月 1 日 前報名.

報名處: 光鹽社辦公室

電話: (713)-988-4724, 281-799-7574

# 光鹽家訊



9月29日，光鹽社與福遍中國教會，聯合舉辦健康日。為福遍郡地區的華人們服務。



10月13日，在福遍中國教會、光鹽社再次為符合資格的婦女進行免費和低自付額的乳房攝影。這相活動是由Susan G. Komen 休斯頓分會 和 the Rose 贊助，並且由陳淑貞姊妹和 Joni Lee 姊妹 提供醫療和營養諮詢服務。



## 歡迎參加美國防癌協會的「容光換髮」班

時間: 11月9日，星期五，上午10點至中午12點  
地點: 光鹽社 (9800 Town Park Drive, Suite 255, Houston TX 77036)

費用: 免費，參加者可獲得價值 \$125 的免費化裝和保養品

報名處: 限女性癌友，為了方便準備午餐和贈品，請于11月7日前向光鹽社辦公室報名 (713-988-4724, 281-799-7574)

課程內容: 有執照專業美容師將為癌友們示範如何保養皮膚和指甲，教你如何化裝及用假髮頭巾裝扮自己...

## 好消息!!

从10月31日开始，每周三上午10点，在光盐社办公室由专业注册营养师为大家举办个人健康饮食与营养咨询。咨询是以一对一的方式，专门针对您个人的情况，为您个别咨询。



请您提前向光盐社报名。(713) 988-4724. 此服务是完全免费的，目的是提倡健康饮食与生活方式，预防疾病。

## 收集冬衣

光鹽社發起一年一度冬衣濟貧活動。即日起請將家中不用之清潔衣服帶到各教會或光鹽社辦公室 以便送交休士頓希望之星 (Star of Hope) 和 He Is My Neighbor 慈善機構，12月2日截止收集，您的愛心將帶給社區有需要的家庭一個溫暖的冬天。光鹽社將派卡車在12月初前往貴教會收取，聯絡請電 光鹽社(713-988-4724)，謝謝。



10月6日，參加 Susan G. Komon Cure。休士頓分會「為根治乳癌」的競走活動。



光鹽社 (Light and Salt Association)

([www.light-salt.org](http://www.light-salt.org))

9800 Town Park Dr., Suite 255, 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://www.light-salt.org);

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

E-mail: [lsahouston@gmail.com](mailto:lsahouston@gmail.com)

Facebook/LightSalt Association

9800 Town Park Dr., Suite 255, Houston, TX 77036

辦公時間: 上午9時至下午5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](http://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