

變種病毒勢兇新措有必要

各方支持政府擴大「疫苗氣泡」



【香港商報訊】記者何加祺報道：本港昨日新增3宗新冠肺炎輸入個案，本地持續零確診，至今累計共12427宗。對於有消息指，政府正研究擴大「疫苗氣泡」至所有餐飲及表列場所，考慮日後要求進入食肆堂食、戲院、健身室等場地的顧客，必須接種至少一劑新冠疫苗。行政會議召集人陳智思表示，很多國家都走相同方向，以鼓勵市民接種。他引述專家指，若接種率未達到八至九成，難以通關。

陳智思：一定要推高接種率

陳智思昨日表示，估計有關安排為過度性質，也會逐步推展，不會一刀切，但方向一定是要推高疫苗接種率。他又說，全球多國都以長者接種疫苗為優先考慮，但香港長者接種率仍然偏低，擔心若要與全球通關，難以承擔有關風險，恐怕令香港永遠未能開關面

向全世界。他強調，政府一直採取鼓勵方式，沒有強制市民接種疫苗，相信將來擴大「疫苗氣泡」，令更多場所需要接種疫苗才可進入，長者都會接種疫苗。他認為，長者現時缺乏接種疫苗的動力，但若他們一直不接種，全港市民恍如生活在「孤島」上，也是沒可能發生的事。

平等機會委員會主席朱敏健表示，抗疫和平等機會

不應該有衝突，更應相輔相成；近日新冠疫情有變化，變種病毒越來越兇，政府推出防疫措施有其必要性。政府宣布，12月9日起，所有進入食肆、戲院、健身中心等場所的人士須掃描「安心出行」二維碼。朱敏健建議，政府應先豁免視障人士及沒有智能手機的人士，保留他們出行和享用設施的權利，再提出補救方法。他向政府提議，可利用凸字或盲人可辨認的方式，令他們得知食肆及處所的「安心出行」位置，或是簡化豁免表格內容。而對於沒有智能手機的人士，他亦建議政府向相關人士提供可安裝「安心出行」的裝置，例如手表或手鐲等隨身佩戴的物品。

中醫診所舉行同心抗疫嘉許禮

另外，醫管局昨日舉行「十八區中醫診所同心抗疫嘉許禮」，邀請負責營運18區中醫診所暨教研中心（中醫診所）的非政府機構代表以及參與醫管局「中醫門診特別診療服務」及「住院病人中醫特別診療服務」的中醫師出席，以肯定他們在新冠肺炎疫情期間參與抗疫工作的支持和貢獻。「中醫門診特別診療服

務」和「住院病人中醫特別診療服務」，為新冠確診病人提供更多復康和治療選擇，至今分別有約1400名康復病人及100名住院病人參與。

食物及衛生局局長陳肇始表示，18區中醫診所自疫情開始以來，全力支持政府的各項抗疫政策及措施，充分發揮地區中醫診所的角色，協助應對疫情。醫管局推行的「中醫門診特別診療服務」和「住院病人中醫特別診療服務」均獲得正面評價，進一步發揮中醫藥乃至中西醫協作在抗疫治療的優勢，展示整個醫療界別同心抗疫的精神。

昨增3輸入個案2人確診變種

根據衛生防護中心公告，新增輸入個案患者涉及3名男子，年齡介乎37至80歲，分別由加拿大、尼日利亞、卡塔爾抵港，2宗涉及變異病毒株的感染，另一宗的變異病毒株檢測結果待定，其中2人已接種2劑新冠疫苗。一人於香港國際機場禁區內等候轉機期間的檢測結果呈陽性，其餘2人於檢期間確診。

維港海濱無欄防波堤成熱點

【香港商報訊】記者李銘欣報道：政府一直致力推動海濱發展，透過與海濱事務委員會共同努力，去年10月至今，陸續開放了12個海濱場地予市民享用，而試行的「海濱共享空間」管理模式亦深受大眾歡迎。發展局局長黃偉倫昨日在網誌表示，維港海濱引入首個完全無欄杆的梯級式沿岸設計，讓遊人可以臨海而坐，無阻隔地欣賞維港景致。

四部曲除欄杆讓市民親水體

黃偉倫指出，位於炮台山的「東岸公園主題區（第一期）」9月底開放以來，吸引不少市民到訪。場地特色是設有第一條於維港內正式向公眾開放的防波堤，並引入無欄杆設計，海濱沿岸的無欄杆式設計，在世界各地海濱城市非常普遍。不過，有人擔心會否構成危險，明白社會需要時間適應，故會以「四部曲」的方式，讓市民慢慢適應不同程度的無欄杆設計。



東岸公園主題區(第一期)百米長防波堤不設欄杆，9月底開放以來成為訪客熱點。

海濱事務委員會主席吳永順介紹，第一部曲是「可拆式欄杆設計」，利用很幼和容易拆去的鋼索來做欄杆，去年底開放的灣仔「水上活動及康樂主題區（第一期）」就是這種設計；第二部曲是「斜

坡堤石壘設計」，如今年初開放的荃灣海濱海堤，以低矮石壘代替欄杆；第三部曲是「無欄杆防波堤」，「東岸公園主題區（第一期）」內約百米長的防波堤，兩邊均沒有欄杆，只有斜坡。

第四部曲是無欄杆的「梯級式沿岸設計」（海岸堤階），將會用於位於灣仔的「水上活動及康樂主題區（第二期）」和銅鑼灣的「活力避風塘主題區」。吳永順稱，海岸堤階式的設計，讓遊人可以拾級而下親近水體，同時一級級的堤階亦可變身看台，方便市民觀看水上活動或其他表演，灣仔的「水上活動及康樂主題區（第二期）」預計今年底開放，早前已舉辦一些水上運動，例如帆船比賽和龍舟比賽。

黃偉倫稱，海濱事務委員會及政府會繼續因應遊人的體驗和意見，持續提升海濱環境，讓市民可無拘無束地臨海而坐，「零距離」欣賞海景。

羅致光倡終身年金保障百歲

【香港商報訊】記者萬家成報道：勞工及福利局局長羅致光昨日於網誌表示，假設本港死亡率下降的趨勢持續，推算去年出生的嬰兒平均壽命應接近100歲，所以市民應購買終身年金，保障長壽所帶來的額外財政風險。

羅致光指出，據統計處數據顯示，2020年出生的男嬰會活到82.9歲，女嬰會活到87.95歲，假設死亡率下降趨勢持續，粗略估計這些男嬰的平均壽命可接近100歲，而去年65歲的男士，推算平均壽命也會超過90歲。

建議為太太買一份

羅致光認為，到2090年，市民70歲便退休的機會十分之低，意味市民平均要工作半個世紀，因此應該檢視未來的教育方向。數據顯示女士的平均壽命更長，因此建議男士，如果太太沒有退休金或強積金，應為她們買一份年金。

他舉例一名男士在65歲時，為自己和同齡配偶各買50萬元公共年金，以後每年可合共領取約6.6萬元，到90歲時將可合共領取超過166萬元；到100歲時將可合共領取超過233萬元，故推介市民應購買一份終身的公共年金，並強調即使過百歲人壽仍可以繼續領取下去，一方面保障女士們比男士們長壽所帶來的額外財政風險，亦讓女士們每月都有穩定收入，兩老的家庭也會更和諧。

社聯促做好居家安老

對於羅致光所提及的人口老化問題，社聯行政總裁蔡海偉回應指，政府應與時並進，規劃時應考慮配套設施是否足夠，包括住屋、交通、康樂文化等。在社會服務方面，要考慮人口高齡化，會否對安老院舍及社區照顧的需求增加，使用服務的時間更長，導致供不應求。

蔡海偉舉例說：「如果預計長者在安老院舍住5年至10年左右，但由於平均壽命增加而令他們住20年，可能院舍的數目便要大增，同時應做好長者居家安老的工作，讓長者不用太早入住院舍，但配套是否足夠便需要規劃，政府應及早展開有關方面研究及規劃。」

醫生提醒運動防髖關節受損

【香港商報訊】記者唐信恒報道：新冠肺炎疫情下有不少市民勤做運動，例如參與網球或高空瑜伽，惟某些動作一旦超出關節活動範圍便會造成傷患。香港安醫院院可拔道骨科顧問醫生莫華康指出，髖關節問題在3年前不太常見，惟現時一年都有幾宗。人們在日常生活未有明顯症狀，但劇烈運動後腹股溝位置會隱隱作痛，部分嚴重患者因軟骨被扯出、碎骨於關節內游離，導致寸步難行。

注射自體高濃度血小板

莫華康介紹，常見髖關節傷患為髖關節軟骨撕裂、股骨髖臼撞擊綜合症和股骨大轉子滑囊炎。髖關節軟骨撕裂年輕患者大多因運動創傷導致，較年長病人則長期高強度行山，日積月累令髖關節勞損、軟骨撕裂。至於大多數股骨髖臼撞擊綜合症患者在45歲後出現痛楚，他們可能因股骨太大或插窩太窄，髖關節轉動時不夠順滑令股骨和髖臼互相撞擊，軟骨遭磨蝕和出現骨質增生，患者進行劇烈運動更令髖關節受損愈趨嚴重，引起痛症。而股骨大轉子滑囊是減低髖關節

及肌腱活動時與骨的摩擦，但重複性壓力會導致股骨大轉子滑囊發炎，當中舞蹈員因長時間跳舞容易導致發炎。

以上3種髖關節傷患有不同治療方法，如保守療法、增生療法及關節鏡手術。假如患者只是運動時感到痛楚，可嘗試先服消炎止痛藥、多休息、減少引起痛症動作或接受物理治療等；增生療法是自體高濃度血小板生長因子和幹細胞療法，前者須抽取病人血液並利用儀器提取濃縮血小板，再將血小板注射到受傷部位去幫助關節軟骨修復，後者會從患者盆骨抽取骨髓，再分解出幹細胞注射至髖關節。莫華康表示，部分股骨髖臼撞擊綜合症患者可透過關節鏡手術「刨走」股骨頸頭交界的多餘骨頭，令髖關節不再互相撞擊和摩擦。

微創手術刮除碎骨瘀血

其中一位患者Adrian(17歲)，一直有足底筋膜炎，去年6月拉筋時發生意外，他強行把大腿向後拉扯，兩星期後竟痛得無法如廁而求醫。Adrian在接受磁力



骨科顧問醫生莫華康指出髖關節問題常發位置。

共振檢查後發現右腳髖關節韌帶斷裂、撕裂的軟組織充滿瘀血與關節內有碎骨，莫華康在微創手術中使用關節鏡刮除器去清除碎骨、瘀血和發炎軟組織，Adrian在術後兩星期便不需使用拐杖，一個半月後更可輕量運動。

另一位患者是熱愛行山的70歲女士，她在頻繁行走後發現腹股溝隱隱作痛，其磁力共振發現肌肉撕裂，雙腳缺乏該肌肉後難以站穩。她在全身麻醉下注射高濃度血小板後，休息4至6星期便可重過正常生活。

弘揚中華傳統文化

懷着溫情與敬意，尊重歷史和聖賢

鑑古知今，才能繼往開來。歷史是一面鏡子，照亮現實，也照亮未來。照見社會，也照見人心。

唐太宗李世民說：「以銅為鑑，可正衣冠；以古為鑑，可知興替；以人為鑑，可明得失。」

歷史就如明鏡，可以照見人心正邪善惡；歷史就像明燈，可以指引人生前行方向；歷史就像明月，可以洗滌人性貪婪虛妄。

重視歷史、研究歷史、借鑑歷史，以史為鏡，以古為鑑，是中華民族五千年來一直秉承的優良傳統。

國學宗師錢穆在《國史大綱》卷首語中，論及國民對待歷史應有之態度時稱：凡讀本書請先具下列諸信念，一、當信任何一國之國民，尤其是自稱知識在水平線以上之國民，對其本國已往歷史，應該略有所知。否則最多只算一有知識的人，不能算一有知識的國民。

二、所謂對其本國已往歷史略有所知者，尤必附隨一種對其本國已往歷史之溫情與敬意。否則只算知道了一些外國史，不得云對本國史有知識。

三、所謂對其本國已往歷史有一種溫情

與敬意者，至少不會對其本國歷史抱一種偏激的虛無主義，即視本國已往歷史為無一點價值，亦無一處足以使彼滿意。亦至少不會感到現在我們是站在已往歷史最高之頂點，此乃一種淺薄狂妄的進化觀。而將我們當身種種罪惡與弱點，一切諉卸於古人，此乃一種似是而非之文化自謫。

四、當信每一國家必待其國民具備上列諸條件者比數漸多，其國家乃再有向前發展之希望。

錢穆曾不無憂慮地認為：中國人對中國文化失去信心是中國文化的最大危機，學校偏重自然科學，崇洋蔑己，更是中國文化的隱憂。

歷史是一個國家、一個民族形成和發展的真實紀錄，是一個國家、一個民族安身立命的基礎。古往今來，歷史、現實、未來都是相通的，歷史中國是當代中國的記憶和基石，當代中國是歷史中國的延續和發展。

歷史是最好的教科書，歷史的本身即是文化、道德、經驗、智慧的載體，對歷史要懷有「溫情與敬意」，尊崇歷史英雄、民族英雄，傳承中華民族傳統美德，才能

從歷史中找尋中華文明源遠流長、薪火相傳的源頭，自強不息，行穩致遠。

在中華民族的歷史進程中，中華民族逐步形成了文拜孔子、武拜關公的傳統文化格局。文聖人孔子以思想言論傳世，武聖人關公以道德實踐立身，一文一武，相映生輝，共同締造出中華文化的道德文化經緯坐標，對中華民族的民族精神、民風習俗、民族文化、民族性格的養成產生了積極深遠的影響。

朱熹引文稱頌孔子云：「天不生仲尼，萬古如長夜」。文聖人孔子創立的儒家思想，奠定了中華文化的根基，蘊含豐富的哲學思想、人文精神、教化思想、道德理念、價值觀念等，滋養了中華民族的精神世界。

《古今圖書集成·神異典》卷三七稱頌關公云：「……聖帝，忠孝節烈，得統春秋，素王素臣，心源獨紹，自孔孟而後，扶名教而植綱常者，賴有聖帝也。」

武聖人關公是儒家思想的道德踐行者，中華民族忠義精神的代表和化身，一千八百多年的歷史長河中，關公由「侯而王，王而帝，帝而聖，聖而天」，成為朝廷民

間，儒釋道教，百行百業共尊共仰的道德榜樣和人格標杆。

關公的人格魅力、傳奇故事、精神品質、氣度修養、顯聖靈迹在中華大地廣泛流傳，深入人心，使孔孟學說嚴肅繁縟的理論說教，轉化為人人都能篤行實踐的道德行為，成為歷代王朝教化民衆，勸忠勸孝，勸善止惡，淳民風，正習俗，維護倫理綱常，穩定社會秩序的中流砥柱。

「文武二聖」的傳統文化格局，歷經千年而興盛不衰，反映着中華民族的精神追求，構建了中華傳統文化最具有代表性的文化基因。其深邃厚重、務實求真、知行一體的文化內涵，是中華文化對整個人類社會的最大貢獻。

歷史是國家和民族的根柢，中華兒女崇拜文聖孔子、武聖關公的歷史，就是中華民族修齊治平、內聖外王、務實求真、開拓進取的文明進步史。沒有什麼比歷史和文化更能寄託中華民族的智慧與情感，後人應當懷着「溫情與敬意」，尊重歷史，尊重聖賢，中華民族才能擁有更加文明進步、繁榮昌盛的明天。

弘揚關帝慈善基金會 彭允好