



北官 學生報

<http://www.npgps.edu.hk>

第一百零三期

2023年7月
今期出紙六版

北角官立小學
英皇道888號
北官小記者出版

陳翠萍中醫師 專訪

受訪者：陳翠萍中醫師
小記者：6A馬睿倫、6A王建邦、
6B楊子晴、5B關楚煒

北角官立小學歷年來作育英才，人才輩出，今天我們很榮幸邀請到北官校友陳翠萍中醫師接受學生報小記者訪問。陳醫師從醫多年，在訪問中，她不但和同學分享她從醫的經驗，亦給予同學一些健康錦囊，令同學獲益良多。



陳翠萍中醫師



陳醫師小時候是個愛笑的孩子。

小記者：陳醫師，請問您哪一年在北官畢業呢？

陳醫師：

我在1986年畢業的。



小記者一邊訪問，一邊摘錄重點，很專業呢！

小記者：請問您以往在北官的學習生活怎樣？有甚麼難忘的回憶？

陳醫師：

第一，現在所有課室都有空調，同學都要帶外套上學；我們以前的課室是沒有空調的，大家都感到非常熱，同學們在夏天不會帶外套。

第二，我們的校服沒有現在那麼漂亮，以前是穿夏威夷襯衫，女生不穿裙子，男女生都是穿褲子。

第三，我們當時是在禮堂上音樂課的，沒有音樂室。上音樂課時，老師使用禮台上的鋼琴。禮堂の後樓梯就用來擺放體育課需要用的四方形墊子，每次上體育課時，同學們就輪流把墊子搬出來用。

難忘的回憶一定是小息。以前學校正門進來那條走廊位置就是小食部，小食部有很多東西售賣，媽媽通常會給我幾塊錢買東西吃。最有趣的就是小食部沒有排隊這個制度，大家爭先恐後地買東西。而且那個時候小食部有汽水售賣，大家可以買汽水喝。以前的零食都很有趣而且便宜，不過現在大部分在市面上已沒有了。以往我們還會玩跳橡皮筋繩，尤其是女孩子，小息時必定會玩。我們把橡皮筋串成一條繩子，大家一起跳，橡皮筋繩子是我們當時最重要的玩具。



張燕媚校長（前排左一）、陳翠萍中醫（前排中）、李燕珊副校長（前排右一）與小記者（後排）合照。

小記者：陳醫師，為甚麼您會投身中醫這行業？您從事這行業多少年？

陳醫師：

當時我讀中醫只是為了興趣，大概是1998年至1999年左右，我利用公餘時間進修。那時候，我中學畢業數年了，由於不想浪費下班後的時間，所以在晚間進修。很多人會用公餘時間去逛街、買衣服、唱歌，但我認為不應該用所有時間來消費娛樂，自我提升是一項最好的投資。我小時候也很貪玩，一星期有七天，我會在其中三個晚上輕鬆及玩樂，餘下四晚讀書。我把玩樂的時間減少，用來進修，為自己多鋪一條路。我對中醫課程非常有興趣。不過，讀中醫學費高，所以我便按照興趣逐小逐小地讀，由於我不急於領取證書，所以一讀便是十年了。未全職行醫之前，我做兼職中醫，不停鍛煉自己，以提高醫術的水平。我在醫館做了十年兼職，全職行醫時已是2018年了。



小記者：陳醫師，您日常的互作是甚麼？

陳醫師：

中醫講求望、聞、問、切。首先，我會花大約半小時跟病人聊天，希望可以清楚了解病人的身心狀況。然後，我會了解病人的病徵。治療時，我會從他們心理和生理的問題着手。最後，我才寫下藥方。我認為不應該隨便寫一服藥方，便打發病人走，這是庸醫的行為。

小記者：陳醫師，怎樣才可以成為一位中醫呢？

陳醫師：

現在，在香港要成為一位中醫，大學的入學要求挺高的，跟西醫一樣，要讀六年。興趣也很重要，我從小覺得中藥很神奇，所以很有興趣，我覺得學習要保持探究好奇的精神。

小記者：請問您在互作上有甚麼難忘或有趣的經歷？

陳醫師：

難忘的事每一天都有，因為我服務對象主要是腫瘤科的病人，通常病人都由家人陪同一起來看病。家人會看醫師是否有實力有和醫德可治癒病人，所以我們需要裝備好自己。至於有趣的事，是我發現公眾普遍認為自己對於養生的認識很深，因為現時人們習慣用GOOGLE或CHAT GPT尋找網上資料，但很多時候，網上資料的質素參差不齊，有時人們會錯誤使用網上資訊，而誤以為自己患病。

小記者：您在互作上有遇過甚麼困難或挑戰嗎？您怎樣克服？

陳醫師：

困難和挑戰在我人生中都不是問題，我的人生沒有「困難」兩個字。我認為每天都很有趣、好玩，每天都是一種新挑戰，每天都很美好。有些病人會透過電視節目或視頻認識我，來挑戰我，例如在未正式問症前便叫我猜他的身體狀況如何。這些事情每日都會發生。但是，我從來沒有壓力，因為我們要心存一顯慈悲心，尤其是醫者。病人一定是有需要、心存疑問或恐懼，才請醫者治療，如果你把這件事當作一種困難，你又如何去幫病人呢？我比較正面，克服的方法就是要更勤力用功，那就不用害怕別人挑戰了。我正在讀人生的第三個碩士學位，如果還有時間，我會讀博士學位。我覺得做人要有目標，但毋需太大壓力，每日有少許進步便可以了。



小記者（從左至右：6A班馬睿愉、6B班楊子晴、6A班王建邦、5B班關楚燁）與陳翠萍中醫師合照。

小記者：作為中醫，您有甚麼健康錦囊給予北官同學呢？

陳醫師：

我認為人生每一天都有挑戰，最重要是一定要相信自己。如果對自己沒有信心，做甚麼事都沒有可能做到最好。每一天都要開心和感恩，多關心身邊的人，珍惜他們。小孩子記得不要太晚睡覺，建議晚上十時前要睡覺，否則有機會錯過發育的黃金機會。還有不要吃太多巧克力，因為巧克力有很多糖份，容易導致濕疹。

小記者：最後您有甚麼建議可給予有興趣投身這行業的同學呢？他們應如何裝備自己呢？

陳醫師：

首先，我覺得同學先要肯定自己對中醫這個行業有興趣，因為讀中醫課程挺辛苦的，單是記住那麼多中藥的名稱，已經不容易了。第二，要了解若干年後，讀這一科的要求。第三，要了解行業的前景。人生不只是一條路，做人要不怕辛苦，不怕吃虧，而且一定要勤力。

結語

成功並沒有捷徑，在這次訪問中，陳醫師的分享讓我們明白到學習是一項投資，是增值自己的最佳方法。她又提醒我們做事要努力不懈，堅持自己的理想，並懷著感恩的心，積極樂觀地度過每一天。



3C Chow Tsz Wai Nano

On New Year Day, Amy and her parents watched fireworks at the waterfront of Victoria Harbour in Tsim Sha Tsui.

Oh no! Amy was lost! As there were a lot of people, she couldn't find her parents. She felt sad and scared. She found a police officer and asked her for help. "I cannot find my parents. Please help me!" said Amy. The policewoman said, "I will give you my mobile phone. You can call them now!" Amy called her mom.

At last, Amy found her mom and dad! Her parents felt comforted. They invited the police officer to watch the fireworks together.



4A 黃梓韜

最喜愛的禮物

佳作欣賞

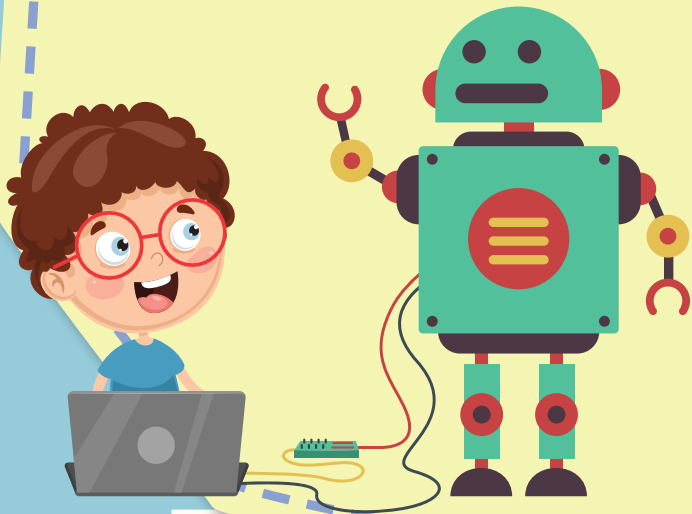
去年考試，由於我成績優異，爸爸為了獎勵我，送給我一個我一直夢寐以求的戰鬥機械人。其實，我每天都會看關於這機械人的卡通片，沒想到爸爸竟然把這個機械人送給我。當天晚上，真的令我興奮得難以入睡啊！

這個戰鬥機械人的高度約三十多厘米，闊度約十八厘米。它有輕裝和重裝模式，可以自由組合。它全身深綠色，由硬膠造成，看上去給人一種格外帥的感覺。它全身關節可動，而且配備導彈發射器，還可以裝上長槍、狙擊槍和夜光斷風劍，真令我愛不釋手啊！

自從有了這份禮物——戰鬥機械人，每天做完功課後，我都會和它分享學校發生的趣事。此外，它會陪伴我看電視。有時，我還會興致勃勃地和它玩「機械人大對決」。每晚臨睡前，我會拜託它像警察一樣守護着我，使我睡得安心。

假日時，我會帶它到公園和朋友們一起玩耍，我們形影不離，真像兄弟啊！有這位「兄弟」陪伴，我每天都感到樂滋滋的。

真感謝爸爸送給我這份寶貴的禮物——一個「好兄弟」。我會好好愛護我的「好兄弟」。



一天，上資訊科技課時，我和同學正在電腦室專心地編寫電腦程式，快要完成的時候，「擦」的一聲，電腦屏幕漆黑一片，竟然停電了！

大家都呆了一下，有的同學目瞪口呆地看着電腦，有的同學驚叫：「我的編程還沒儲存呢！」有的同學更一支箭般跑到老師旁邊問個究竟，場面一片混亂。

老師安撫我們：「沒問題，既然停電了，那我們先返回課室吧！」這時候，我們才冷靜下來。

後來，老師帶我們回到課室，和我們玩了一些小遊戲，我們都感到很有趣。突然，「擦」的一聲，燈亮起來了，電力恢復了，我們都興奮得拍掌歡呼。

這次的停電雖然影響了資訊科技的課堂，不過，卻沒有給我們添太多的麻煩，反而增進了我們和老師的感情。但是，這次經歷也讓我明白到電對我們十分重要，我們一定要節約用電。



An email to my friend

From: hildawong@jolly.com
To: annchu@jolly.com
Subject: What a meaningful day!

5C Chan Kwai Yee, Chloe

Hi Ann,

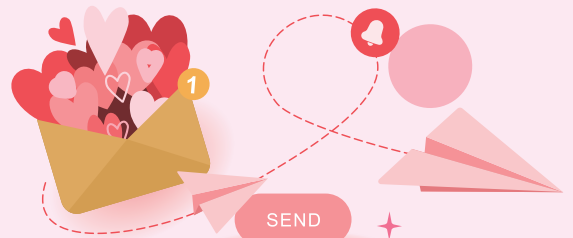
Today, Mum asked me to go to the supermarket to buy a bottle of tomato sauce. Then I went to the supermarket on foot.

When I was crossing the road, I came across a child who was crying loudly. I thought he got lost, so I asked him, "Hello! Where are your parents?" He said, "I couldn't find my mother." "Where did you and your mother go before you got lost?" I asked. "Supermarket!" he replied. At once, I went to the supermarket with the little boy to find his mum.

As soon as we went inside the supermarket, I saw a woman who was crying, too. Then I asked the boy softly, "Is that woman your mum?" He stopped crying and ran to the woman. He shouted, "Mum!" I was very happy to see the boy find his mother.

What a meaningful day! Have you got any meaningful experiences like me?

Best wishes,
Hilda



一年級 擴散的字

二年級 迷濛世界



1A 伍柏彥



1B 葉曉霽



1D 陳煜程



1C 陳樂恩



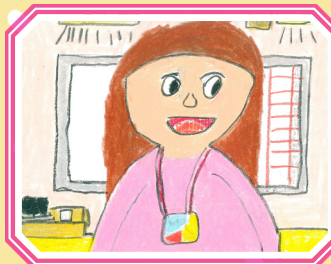
1E 施有晟



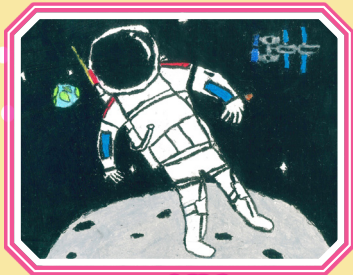
3A 吳峻洛



3A 林洛鋒



3C 江祖彥



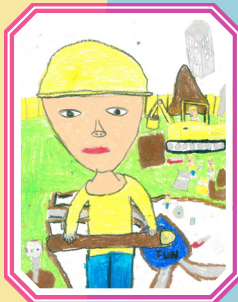
3B 余林彥



3B 洪浩棠



3D 林愉



3D 顏耀威



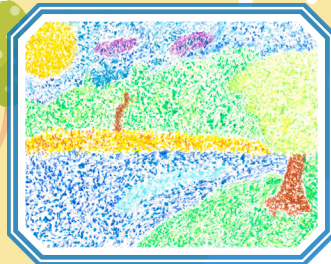
3C 曾永儀



3E 陳芷琪



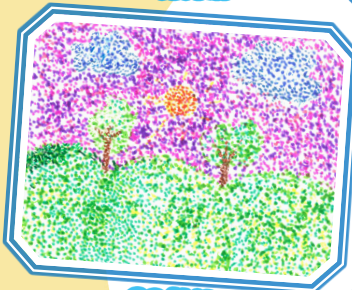
3E 丘倩熒



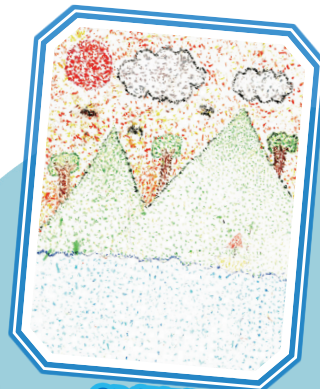
2A 勞焯淋



2B 陳希兒



2C 杜銚



2D 賴栢衡



2E 吳芊妤

三年級 各盡其職

視藝作品吧！

四年級 瑞獅賀歲



4A 鍾芷怡



4B 莊凱淇



4C 林柏彤

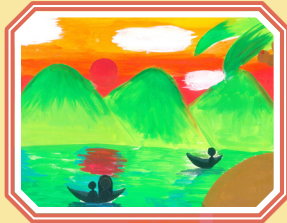


4D 唐一豪



4E 謝宜恬

五年級 日出日落



5A 歐嘉濶



5A 葉柏瑤



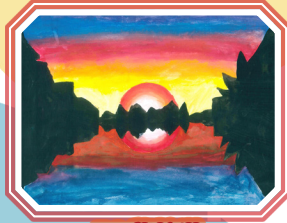
5B 劉美喬



5B 李承燁



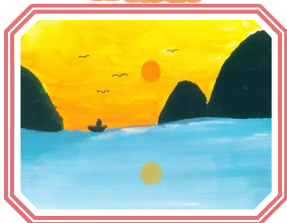
5C 陳貴頤



5C 龔梓淋



5D 林鳳



5D 蔡雅彤

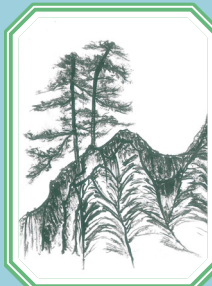


5E 董詩霖



5E 梁耀婷

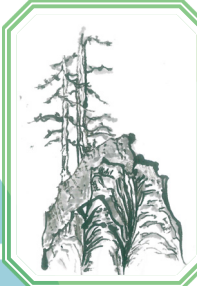
六年級 水墨練習



6A 候若彤



6A 楊子欣



6A 高千尋



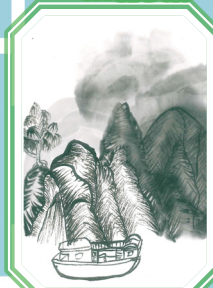
6B 楊竣名



6B 黃玟桐



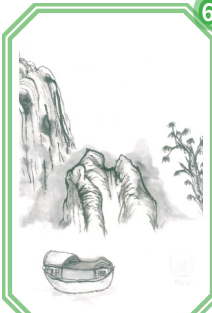
6C 李穎淇



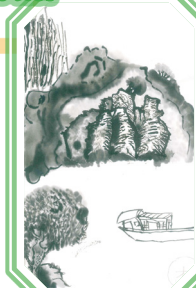
6C 鄧凱璇



6D 史佩雯



6D 陳嘉晴



6E 溫政杰



6E 陳美蓉

中華文化趣味題

看圖猜成語：下面兩幅圖是指哪兩個成語呢？
(答案將刊載於第104期學生報)



第102期中華文化趣味題 答案

看圖猜成語：下面兩幅圖是指哪兩個成語呢？



九牛二虎



眉飛色舞