



香港大學李嘉誠醫學院
公共衛生學院

九七的兒女



衛生署



2010年12月

專訪葉柏強醫生



葉醫生與嬰兒在診所合照

青蔥歲月 擇醫而行

與我們眾多「九七的兒女」的成員一樣，葉柏強醫生在香港出生及成長。他在聖保羅書院完成小學及中學教育，並在香港大學接受醫學訓練。回憶學生時代的日子，與朋輩相聚的時刻最教他津津樂道：「我

很享受與同學午膳時間到大排檔吃粥品、炸兩，食物的質素反而其次。我亦很喜歡足球，中午時操場上球來球往，好不熱鬧呢。」

葉醫生現任香港大學醫學院兒童及青少年科學系副教授，並擔任瑪麗醫院榮譽顧問醫生，主要從事臨床醫學、教研及社區兒童健康方面的研究。為甚麼葉醫生選擇投身杏林？「年少時的想法很直接，當時我定期返教會，覺得人生應該趁年輕做有意義的事。而做醫生不單能幫助有需要的人，亦讓我有機會發揮所長。現在則認為要構建一個健康的社會，實在需要發展多元化、富創意的行業。年青人應保持思路廣闊，發掘自己的興趣，無須局限於以往較常見的職業，反而作多方面的嘗試，對個人以至社會的整體發展都有裨益。」

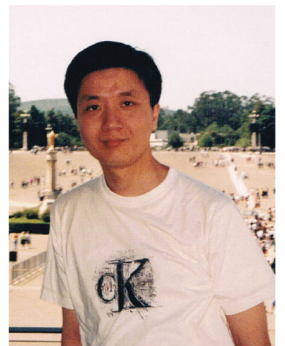
嬰兒發展 影響深遠

葉醫生對求知、創新的熱忱，充分體現在他廣泛的醫學研究興趣上。一直致力腦部早期發展、兒童精神健康及公眾健康推廣的葉醫生，究竟是怎樣探索與發展自己的興趣呢？原來在完成大學臨床醫學課程後，因著對腦部這人體最複雜的系統的好奇，他曾遠赴英國倫敦帝國學院修讀腦科病變及智能發展。葉醫生表示懷孕及嬰孩三至五歲前是腦部發展的重要階段，如兒童早年能在健康的環境中成長、得到父母的愛

護、接受良好的教育，可以彌補先天不足或缺損的地方。對於生長在貧窮或父母照顧較為缺乏的家庭的弱勢兒童，葉醫生特別關注：「平等觀念對小孩子尤其重要，如果在孩子早期無法提供足夠的支援、平等的環境，將不合理地影響他的智能發展及進度，造成不必要及長期的傷害。」

青年健康 應「治未病」

葉醫生近年積極探討青少年的行為問題。對於近期備受社會關注的濫藥問題，他指出香港濫藥的人數不斷上升，而且濫藥的年齡有下降的趨勢，須要盡早正視。從事前線醫療工作讓他體會到，那些轉介給醫生的年青人往往已經有很嚴重的濫藥習慣，要幫助他們處理後遺症及重新訓練，其實相當困難、亦未必奏效。所謂「上醫醫未病之病」，最能保障年青人的健康莫過於在未開始濫藥前，正視濫藥的嚴重性和對身體造成的傷害。葉醫生亦藉此勸喻年青人：「濫藥，特別是軟性毒品，並非潮流、前衛的標記，亦非解決問題的方法。如接觸到有壞習慣的同學、朋輩，應盡早幫助他們戒除濫藥的習慣。而自己亦不要嘗試，因為藥物對身體的影響遠遠超過一個年青人所能想像的，通常剛開始嘗試濫藥時會過份高估自控能力，最終卻反被藥物操控。」



青年時期的葉醫生

善用青春 發掘潛能

最後，葉醫生勉勵「九七的兒女」們善用初中階段探索自己的興趣。平日多閱讀不同類型的書籍，思考別人不同的想法；亦應要多與同輩、學長以及師長作討論，以培養組織事情、獨立思考、解決困難的能力。另外，生命技能的培訓亦有助青少年建立正面、健康的人生觀。讓孩子感受到家庭給予的信心、關懷和支持，當他遇到失敗或學習新技能時，自然樂意與父母分享，處理情緒或抵抗誘惑的能力亦會較高，做事亦會更有自信。



葉醫生積極推動兒童社區服務

十四歲時的葉醫生

喜歡的食物：

學校小賣部的魚蛋

喜歡的活動：

足球、聲樂團、返教會

當時收到的生日禮物：

一本名為《向著標竿直跑》的翻譯本
(關於年青人探索人生，訂立人生目標)

「九七的兒女」：香港華人出生隊列研究

介紹香港「九七的兒女」出生隊列研究的學術文章即將刊載於《International Journal of Epidemiology》！這份文章不僅記錄「九七的兒女」在過去十多年來為醫學與流行病學研究作出的貢獻，而且標誌著香港的未來及繼續作為全球共享資源。香港的人口結構及經濟急速發展史，造就香港在流行病學研究上的獨特性。「九七的兒女」除擁有這獨特的歷史背景外，並且是目前亞洲區內最具規模並代表中國人的出生隊列。我們衷心期望「九七的兒女」成員繼續支持及參與本研究計劃。因著各位所提供的寶貴資料，讓我們可利用香港社會與西方國家的生活方式以及文化價值觀上的差異，探討如何構建一個讓兒童及青少年達致最佳的成長和發展的環境，亦有望解開歷史背景不同的中國正面對與西方國家不同的疾病的起源，從而對公共衛生措施推行的方向作出相關的啟示。

「九七的兒女」刊登於報章新聞：二手煙可能增加兒童過重的風險

我們的研究小組一直致力探討二手煙對嬰孩健康的影響，並且在國際期刊發表過多篇有關二手煙增加嬰孩患呼吸道感染或其他傳染病的研究報告。然而二手煙與備受關注的兒童肥胖問題的關係卻未獲相應的討論。外國的觀察研究結果發現，母親在懷孕期間吸煙可能增加兒童肥胖的風險。雖然中國女性的吸煙人數較西方國家低，但是母親及嬰孩在家中接觸二手煙的情況很值得關注。我們從「九七的兒女」的研究資料，深入探討此項重要的公共衛生課題，並在今年七月於國際學術期刊《Pediatrics》中發表，本地報章亦有報導。研究顯示在一群母親均是非吸煙者的兒童當中，若父親在其嬰兒時期每天也有吸煙的習慣，他們的體重指標(BMI)會較沒有接觸二手煙的

兒童為高，箇中原因尚待研究。香港大學公共衛生學院一直致力進行有關吸煙及二手煙的研究，而我們的研究有助推動本港現已實施的全面禁煙條例，對鼓勵市民戒煙取得一定的成效。

幼兒成長的決定因素

過往的研究指出嬰孩生長速度與日後患上心血管疾病有關，我們的研究小組為了解哪些因素影響幼兒成長，分析了約6,000名足月出生的嬰孩，結果發現母親的教育程度較高、男性嬰兒、首胎嬰兒、妊娠期較短等因素，與從出生到十二個月期間的體重增長較快有關。是項結果在今年十一月刊載於國際學術期刊《Annals of Epidemiology》。



母乳餵哺可以減少嬰兒住院留醫的次數

傳染病是嬰兒發病或住院的主要原因。我們在十一月於國際學術期刊《Epidemiology》中發表的研究結果指出，在衛生條件較佳的地區如香港，母乳餵哺亦能顯著減少嬰兒在出生首六個月，因呼吸道感染或其他傳染病而需要住院留醫的次數，這或許由於母乳能提供抗體以增強嬰兒的免疫力，而這項結果與過往很多在發展中或已發展國家進行的研究一致。

家庭或鄰里的社會經濟狀況與兒童時期體重的關係

在已發展的西方國家，兒童肥胖經常會與家庭或鄰里的社會經濟狀況聯繫在一起。然而，在香港這近十數年經歷經濟急速發展的地區，我們的研究結果發現，若母親在香港出生，父母的教育程度較高，孩子的體重指標(BMI)則會較低。但是，若母親並非在香港出生，情況則會相反。另外，鄰里的社會經濟狀況與兒童肥胖並沒有明顯關係。是項結果在六月份的國際學術期刊《Archives of Disease in Childhood》中刊載。

本港報章《都市日報》報導「九七的兒女」有關二手煙的研究結果(刊於2010年7月6日)

兒童常吸二手煙 易肥

很多人也知道吸煙危害健康，現時已有不少研究發現，父母吸煙亦會影響下一代，香港大學一項研究顯示，常吸二手煙的孩子，會較為肥胖。

香港大學醫學院公共衛生學院一項研究，分析了6000多名在1997年出生的孩子，其母親均是非吸煙者，而父親則是有吸煙習慣，在第7年和11年量度體重。結果發現，若父親每天也有吸煙的習慣，與沒有吸「二手煙」的孩

子相比，前者的體重指標(BMI)會較高，即代表他們較肥。

研究人員指出，這是一個初步的結果，但認為，孩子常暴露於二手煙的環境下，對身體會造成一定的傷害。

兒童盡量避免吸二手煙

因兒童身體尚未完全發育，抵抗力較弱，長期吸入二手煙，會出現不良後果，包括患呼吸道感染風險較高、增中耳炎及哮喘風險。長遠更可能增患肺癌風險。



骨質密度掃描(DEXA)問與答

骨質密度掃描(DEXA)不僅可以分析骨質密度，還可以讀出體內脂肪及肌肉比例。相信大家都有興趣知道更多，就讓我們請現為香港大學運動及潛力發展研究所，運動生理學家周迎堅先生提供一些建議。

問(一)：經骨質密度掃描(DEXA)後得出的Z-評分(z-score)或T-評分(T-score)是甚麼意思？

答(一)：對於50歲或以上的男士和更年期後的婦女，如髖骨(hip)骨質密度的T-評分(T-score)低於-1.0，根據世界衛生組織訂定的參考值，顯示骨質密度偏低，這情況亦可稱為骨質缺乏(osteopenia)；而若T-評分低於-2.5，則顯示可能有骨質疏鬆(osteoporosis)。然而，對於其他組別的成年男女及兒童，如平均骨質密度的Z-評分(z-score)低於-2.0，對比同齡健康人士的平均值，屬低於同齡的預期水平；而若Z-評分達到或高於-2.0，則屬於同齡的預期水平。

問(二)：假如骨質密度(BMD)為負數值，是否預測兒童成長後會較矮小？

答(二)：這並不一定。骨質密度掃描(DEXA)是根據未被身體組織阻隔的X光量作評估，但其不足之處是它只能提供平面圖片而非三維影像。骨質密度會隨著兒童成長及發育而逐漸增加，但身體各部份的組織生長並不一致。另外，骨架較細的兒童，其骨質密度亦會相對較低。醫學界現就年齡、身高、體重、肌肉量及青春期等有可能影響骨質密度的因素進行研究，而目前尚未有明確的共識。

問(三)：為什麼除了量度全身骨質密度外，還會為兒童量度脊椎骨質密度和為成人量度髖骨骨質密度呢？

答(三)：量度全身骨質密度可以了解整體的骨骼健康狀況，而量度脊椎和髖骨則可針對個別身體部位的骨質密度情況。此外，根據International Society of Clinical Densitometry的指引，由於骨骼發展因人而異，對於發育中的兒童，脊椎對比髖骨能較可靠地反映骨質密度情況。至於成年人，髖骨骨質密度乃世界衛生組織訂定為診斷是否患有骨質疏鬆症的量度準則。

問(四)：是否多些肌肉、少些脂肪，就代表兒童越健康？

答(四)：這並不一定。然而，肥胖兒童長大後依然肥胖的機會較高，而超重或肥胖人士患上慢性疾病，包括高血壓、高血脂和糖尿病的風險，比正常體重人士亦會增加。

問(五)：若骨質密度低於預期水平或身體脂肪百分比超過正常範圍，可以怎樣從生活習慣方面作出改善？

答(五)：肥胖本身是兒童骨折的風險因素，因為肥胖兒童一般花更多時間坐下來、手腳肌肉協調較差及缺乏足夠的肌肉去支撐身體重量。要改善骨骼健康或脂肪比例，可以進行任何負重運動，例如走路、跑步、跳躍等，既可增加骨質密度，亦可控制體重。另外，還需要配合健康飲食，包括均衡地從蛋白質、碳水化合物和優質的脂肪中攝取足夠的能量，以及適量地進食含豐富鈣質和維他命D的食物。



周迎堅先生和女兒



骨質密度掃描儀器

「九七的兒女」研究小組出席多個學術會議

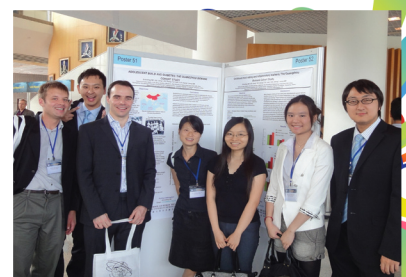
我們的研究小組在去年11月19-22日期間出席一項討論健康與疾病的發展根源的國際學術會議，以知悉最新的研究。是次會議在智利首都聖地牙哥舉行，與會者來自不同國家，當中包括澳洲、紐西蘭、美國、加拿大和英國，以及不少智利當地的學生和研究人員均有出席。雖然我們是少數參與會議的中國代表，但能與世界各地的研究小組交流，既讓我們理解他們所關注的問題，亦啟發我們思考其他須作深入探討的公共衛生課題。

我們在今年亦出席了兩項本地的醫學研究會議。在2010年9月5-6日，香港社會醫學學院和The Royal Australasian College of Medical Administrators合辦了周年醫學研究會議。今年會議由食物及衛生局局長周一嶽致開幕詞，本地各界致力推動公共衛生的人士，包括醫護人員、政府官員及學術研究員濟濟一堂。我們亦發表了數項從「九七的兒女」研究所得的最新結果。

接著我們在2010年9月11日出席了食物及衛生局舉行的「衛生醫護研討會2010」。逾六百名醫護界專業人士、學者及政府代表就多項研究的見解和結果切磋交流。眾多與會者，包括我們的研究小組，利用這個平台發表了過去數年獲獲局方「衛生及醫護服務研究基金」及「控制傳染病研究基金」資助的研究成果，期望有助促進香港公共衛生和醫護服務。



「九七的兒女」的研究小組成員Maggie到訪智利出席國際學術會議



「九七的兒女」研究小組出席醫學研究會議

短訪「九七的兒女」成員龐曉欣

我們謹此感謝所有已完成「九七的兒女」2010年跟進問卷調查的家庭。我們於9月份從所有回覆問卷家庭中，隨機抽出一名iPad平版電腦得獎者——龐曉欣。曉欣一家表示對獲獎感到喜出望外。對於是次跟進問卷須由孩子、母親和父親分別填寫，龐太認為雖然需用多一點的時間，但這樣做便不會互相影響，或變相由家長作主導，有利各人發表己見。而曉欣對身為「九七的兒女」的一分子感到榮幸，這個計劃一直陪伴著她成長，她深感作為香港未來的棟樑，要勤奮向上，為日後貢獻社會而努力，並以做醫生為目標。喜愛閱讀以中國歷史為背景的小說的曉欣，現在會隨身帶備iPad，方便利用候車等空檔時間，閱讀不同版本的《三國演義》呢！

對於其餘尚未回覆2010年跟進問卷的家庭，我們明白可能礙於工作繁忙或生活忙碌而未能回覆。我們現正在平日晚上時間，透過電話訪問尚未回覆問卷的家庭，煩請各位能從百忙中抽空替我們填妥問卷，再次多謝各位對本計劃一直以來的支持。



曉欣很開心收到iPad



曉欣的媽媽代為領獎



生日咭設計比賽

即將踏入14歲的你，想收到一張怎樣的生日咭呢？我們現徵求你發揮創意，為自己及各位「九七的兒女」成員設計一張獨一無二的生日咭，以慶祝14歲生辰。內容主題不限，你可以在2011年1月31日或之前將作品透過電郵至 aprmay97@hku.hk 或郵寄至香港薄扶林沙宣道21號蒙民偉樓5樓，信封面請註明「九七的兒女生日咭設計比賽」。得獎作品將會印製成「九七的兒女」14歲生日咭，相信你會很高興收到自己份創作的生日咭作為生日禮物！

研究經費

本研究獲得香港政府食物及衛生局研究處撥款
健康護理及促進基金
衛生及醫護服務研究基金
控制傳染病研究基金

研究結果

Schooling CM, Hui LL, Ho LM, Lam TH, Leung GM. "Children of 1997": a Hong Kong Chinese birth cohort. *International Journal of Epidemiology*. 2010. (in press).

Kwok MK, Schooling CM, Lam TH, Leung GM. Paternal smoking was associated with childhood overweight: evidence from the Hong Kong's "Children of 1997" birth cohort. *Pediatric*. 2010;126(1):e46-56.

Tarrant M, Kwok MK, Lam TH, Leung GM, Schooling CM. Breast-feeding and childhood hospitalizations for infections. *Epidemiology*. 2010;21(6):847-54.

Hui LL, Leung GM, Cowling BJ, Lam TH, Schooling CM. Determinants of Infant Growth: Evidence from Hong Kong's "Children of 1997" Birth Cohort. *Annals of Epidemiology*. 2010;20(11):827-35.

Schooling CM, Yau C, Cowling BJ, Lam TH, Leung GM. Socio-economic disparities of childhood Body Mass Index in a newly developed population: evidence from Hong Kong's "Children of 1997" birth cohort. *Archives of Disease in Childhood*. 2010;95(6):437-43.

主辦機構

香港大學醫學院公共衛生學院和衛生署

通訊編輯:

郭文姬
Dr. Mary Schooling

與我們聯絡

如果你已更改住址、電話號碼或電郵地址，請盡快通知我們，以便日後保持聯繫。

「九七的兒女」研究小組 香港大學李嘉誠醫學院 公共衛生學院 香港薄扶林沙宣道21號 蒙民偉樓5樓
電話: (852) 3906 2054 傳真: (852) 3520 1945 電郵: aprmay97@hku.hk 網頁: www.hku.hk/aprmay97