

第30届董事就职视事

新加坡佛教施诊所第30届董事及各小组委员于2020年10月10日就职视事，同仁等在主席广声法师带领下，将竭诚就任，为社会各阶层有需要的民众提供服务。



主席广声法师致词



第30届董事就职后与各委员会委员合摄

董事职衔如下：

主席：	释广声	副主席：	释宝宁
秘书：	陈荣鑫	副秘书长：	陈宝穗
财政：	林德欢	副财政：	吴泐声
医药：	施龙现	副医药：	严忠胜
董事：	释净聪	谢智友	谭文俊
	林宝淳	陈若莹	

各所地址 CLINICS LOCATION

- 总所 Main Clinic (附设肿瘤治疗中心/心理辅导服务)
48 Lorong 23 Geylang Singapore 388376
询问电话 Tel: 6848 4306 内科/针灸
询问电话 Tel: 6309 0595 肿瘤治疗中心
- 丹戎巴葛分所 Tanjong Pagar Branch (附设心理辅导服务)
44 Craig Road Singapore 089682
询问电话 Tel: 6221 6652
- 红山分所 Redhill Branch
Blk 131 Clarence Lane #01-20 Singapore 140131
询问电话 Tel: 6473 6638
- 宏茂桥分所 Ang Mo Kio Branch
Blk 348 Ang Mo Kio Ave 3 #01-2096 Singapore 560348
询问电话 Tel: 6453 9466
- 裕廊分所 Jurong Branch
Blk 320 Jurong East St 31 #01-74 Singapore 600320
询问电话 Tel: 6563 0063
- 三巴旺分所 Sembawang Branch (附设肿瘤治疗)
Blk 503A Canberra Link #01-13 Singapore 751503
询问电话 Tel: 6555 6705
- 杜弗分所 Dover Branch
Blk 23 Dover Crescent #01-388 Singapore 130023
询问电话 Tel: 6255 2049
- 淡滨尼分所 Tampines Branch (附设肿瘤治疗/心理辅导服务)
Blk 156 Tampines St 12 #01-09 Singapore 521156
询问电话 Tel: 6226 2880

中医义诊服务 TCM Consultation
8:30am—12:00pm, 1:30pm—5:00pm

心理辅导服务 Counselling Service
9:00am—4:00pm
需要预约 by Appointment 68413370

星期日及公共假期休息 Closed on Sundays and Public Holidays



MERIT TIMES

五月号 May Issue 2021
Permit Number: MCI(P)020/04/2021

《福田》承担着与大众一起耕耘，共享福乐之使命。
The Mission of Merit Times is to jointly cultivate good merits and share the resulting blessings.

卫塞快乐 昼夜吉祥

Happy Vesak Auspicious Day and Night

愿佛陀慈光照耀，
人人幸福安康！

May Buddha's Metta shine and everyone is happy and healthy.



纪念卫塞，布施医药，诸佛欢喜！

Commemorate Vesak,
Medicine Dana, Joy of the Buddhas!

佛陀说：“若有欲供养我者，应供养病人；
供养病人，等于供佛。”

The Buddha said: “One wish to offer me should offer to the patients; offerings to patients equal to offerings to the Buddha.”

如果您需要收据及豁免所得税，
您也可以通过giving.sg 或give.asia 捐款
(请提供您的身份证号码或公司注册号码)
If you require an official receipt and tax exemption
Please donate via Giving.sg or Give.Asia
(kindly provide your NRIC no. or company UEN)



www.giving.sg/sbfc



www.sbfc.give.asia

如果你不需要收据，也不需要豁免所得税，
可以选择PayNow，让您的善举更加简易。
If you do not require official receipt or tax exemption, please choose PayNow, making your kind act simpler.



PayNow to SBFC

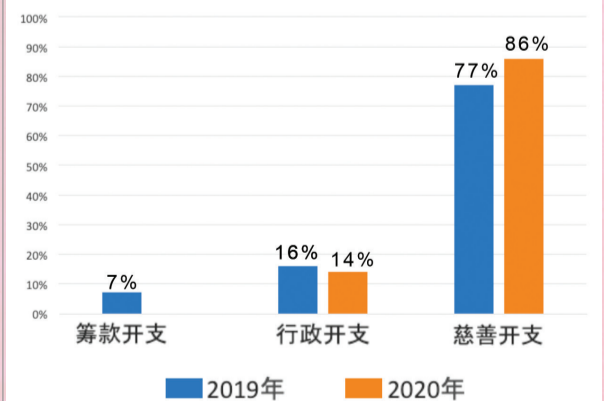
衷心感谢您的仁爱善心！
Heartfelt thanks to your benevolence!

人间自有温情在

疫情的突然爆发，原是慈善机构深感忧虑的一年！本所幸得各界支持，善款源源而至，暖暖的温情，给本所同人带来莫大的信心！我们将确保公众人士的善心义款都得到妥善的运用，回馈社会广大民众！

2020年因疫情影响，没有举办任何活动，因此没有筹款方面的开销。公众捐出的每10元中，有8.6元用于慈善营运及医药开销，包括人工、租金、水电、设施维修等；1.4元用于行政费用。（请参阅下表）

我们怎样运用您的善款？



新加坡佛教施诊所
Singapore Buddhist Free Clinic

UEN: S69SS0009J

Website: www.sbfc.org.sg

www.facebook.com/sbfc.org

IPC Status No HEF 0038/G

SINGAPORE BUDDHIST FREE CLINIC

48, Lorong 23, Geylang,
Singapore 388376
REPUBLIC OF SINGAPORE



BUSINESS REPLY SERVICE
PERMIT NO. 00872

No postage necessary if posted in Singapore or Malaysia

一位癌患者的心路历程

Jenny Ho



▲ 本所肿瘤治疗中心助理员为作者仔细讲解服药方法

我一向注意饮食运动又无不良嗜好，不料2018年9月被确诊患上第三期乳腺癌且扩散至淋巴节，属于严重激进型。

这之后我坚持只用自然疗法，对于西医治疗婉言谢绝，2019年中才在佛教施诊所接受中医调理。施诊所的许医师除了为我调配中药辅助外，也积极劝导我应中西并治。我终于从去年6月开始，历经化疗、手术与放疗等治疗，至今各种疗程告一段落，仍然得继续服食内分泌药10年，以控制癌细胞的扩散与复发。感谢施诊所医师的精湛医术，助我克服放、化疗的不适。

这两年的经历，我学会了放下和珍惜，我觉得自己因祸得福，生命得以另一种我喜欢的方式呈现：1.让我可以毅然放下生意转让他人然后过简单恬淡的生活；2.我搬到了海边，真正静下心来，每天看太阳升起，听鸟、看花，享受大自然的美好。3.我也很庆幸有一位好女佣为我打点生活起居，令我感恩。

我想告诉大家，抗癌的战役不是短暂的，除了朋友的关怀和鼓励外，最重要是靠自己坚持锻炼，健康饮食，保持心情开朗，不要给自己压力，才能提高免疫力。希望我的故事可以帮助到患病病人，勇敢面对，从容面对每一天，活在当下。



◀ 乐观开朗的Jenny Ho在中西医并治下已在逐渐康复中。

以下为患者医案：

患者于2018年10月被诊断得第三期左乳房癌，癌肿3cm，转移灶为淋巴与胸骨下，12月再检查癌肿3.3cm，病理活检后确定乳腺癌属侵乳性乳腺导管癌：ER:POSITIVE, PR:POSITIVE, C-erb-B2:NEGATIVE, grade 3, 初时患者拒绝西医的一切治疗。14-6-2019到本所初诊，临证体重51.5kg, 舌质淡舌苔薄白，脉细。

辨证属于气郁痰凝，脉络瘀阻。拟理气培本，化痰软坚，解毒抗癌的治则。方用：逍遥散加阿胶，何首乌，灵芝，昆布和小金丹，天仙康复胶囊。4次复诊后无不适，故守方观察，至13-7-19复诊时考虑患者雌激素与孕激素都属阳性，又有淋巴转移，故于原方再加土茯苓、白花蛇舌草、黄芪与女贞子。从8月至11月，改方为：天仙康复胶囊，小金丹胶囊和云芝胞内糖肽。之后的6个月，患者体质改善，扶正培本，化痰软坚，解毒抗癌的理念随证加减治疗。

2020年6月，患者开始看西医，报告显示癌肿6.5cm，但没有扩散。患者接受了16次的化疗，期间继续服用中药，扶正补耗，加强缩小肿瘤的疗效。9-11-20报告显示癌肿缩小至1.7cm，癌症由第3期降到第2期，并在16-11-20进行手术切除，清除90%的癌细胞，皮肤也没烧黑。西医嘱服食内分泌药(荷尔蒙)10年，控制癌细胞避免复发，患者亦同时继续接受中医药调理。

结论：治疗慢性癌患，要沉得住气，患者也要接受慢治的现实，配合治疗，才有希望取得良好的疗效。

(主治医师许慕贞提供)

本所目前在总所、三巴旺分所及淡滨尼分所皆设有肿瘤治疗部门，诊症免费，药费每天3元(65岁或以上者免费)。

赞助人请沿此虚线剪下折叠粘封，勿用书钉。 Sponsor please cut along the dotted line, glue & seal, no staple.

我们的心理辅导服务

人们在心理上或情绪上遇到困扰时，寻求心理辅导是一种健康的解决方式。可是，许多人因为思想观念的束缚，或者觉得问题不是严重到非找辅导员不可，而让自己生活在烦恼忧郁中。其实只有主动积极的采取预防措施，才能维护自己的心灵健康，不让它受到伤害！

人人都有自己独特的故事，包括你和我！

我们的根，我们的成长环境，造就了每一个不同的人生经历。尽管人人都有不同，但我们都希望自己的心声被听到、被理解、被支持与被爱。有些时候，我们的需求没有得到关爱，觉得没有人理解，为此伤心难过，我们不知道可以向谁诉说，向谁求助，因而迷失了方向。

珍惜自己，爱自己，踏出勇敢的第一步！

我们的辅导范围包括以下各项（但不限于）：

感到忧郁	工作 / 读书压力	学业问题
感到焦虑	情绪管理	职业问题
感到绝望	心灵修复	家庭问题
自尊	成瘾问题	婚姻问题
悲伤与丧亲	欺侮问题	育儿问题

我们的辅导中心提供安全隐密的空间，聆听不同的故事，一起探讨解决问题的方案。

我们的服务对象不分种族和宗教，开放予公众，辅导是保密的。

所有的咨询都必须预约，我们可以安排以个人、夫妇或家庭的形式提供服务。



Our Counselling Service

Do you know that seeking counselling is a healthy way to cope psychologically and emotionally? However, many people are bounded by social stigma and some feel that their issues may not be serious enough to visit a counsellor. Only you can defend and protect your own psychological and emotion well-being. Take a more preventive and proactive approach today.

'The unique stories we tell, make you and I, Humans.'

You and I have our own life stories which bounded by our root, our growth. Despite our differences, we are nonetheless individuals needing to be heard, understood, supported and loved. Regardless of who we are, the common needs may sometimes be unmet due to a myriad of reasons. We are no stranger to the unmet needs and it becomes painful when we are faced with a perplexing conundrum. We are unable to turn to our friends or loved ones for help, at times, worse, we start turning against ourselves.

'Owning our story and loving ourselves through that process is the bravest thing that we will ever do.'

Areas of Concerns: (but not limited to)

Feelings of Depression	Work / Study Stress	Academic issues
Feelings of Anxiety	Anger Management	Career Issues
Feelings of Hopelessness	Spiritual Development	Family Issues
Self-Esteem	Addiction Issues	Couple Issues
Grief & Loss	Bullying Issues	Parenting Issues

We provide a secure and safe space for you to talk about the experiences with no qualms and work with you to develop new ways of resolving the problem or managing the concern.

Counselling is open to the public regardless of race and religion and it is confidential.

All counselling sessions are strictly by appointment only, may offered in the form of individual, couples or family if needed.

捐款表格 Donation Form	
捐款者: 先生/夫人/女士/小姐*	Donor: Mr/Mrs/Mdm/Ms/Co*
请填写身份证号码或公司注册号码, 方便自动扣除所得税。 Please fill in your NRIC or UEN for automatic Tax-exemption in your Income Tax Assessment.	
NRIC for Individual	联络电话 Contact No
UEN for Company	
电邮 Email	
地址 Address	邮区 Postal Code
捐献银额 Donation Amount S\$	
捐款方式 Payment mode (请勿邮寄现金 Cash do not send by post)	
<input type="radio"/> 支票 Cheque No	Bank
(Payable to "SINGAPORE BUDDHIST FREE CLINIC")	
<input type="radio"/> 信用卡 Credit Card 信用卡持有人姓名(必填) Card Holder's Name (Must fill in)	
信用卡号码 Credit Card No (Only VISA/MASTERCARD)	
有效期至 Expiry Date: □□□□	
<input type="radio"/> 一次性捐献 One time donation	
<input type="radio"/> 我授权每月从信用卡扣除 (至少 at least \$10) I authorized monthly deduction from the above Credit Card	
<input type="radio"/> 我想通过财路每月捐献, 请将财路表格寄至上址。 I wish to donate via GIRO, please send a DDA form to the address above. (至少 at least \$10)	
<input type="radio"/> 正式收据请寄至上址 Official Receipt send to the address above.	<input type="radio"/> 不需邮寄收据 Receipt not needed
我同意SBFC可以将我的个人资料披露于符合SBFC个人资料保护政策中所列举的目的或用途。如: 呈报税务局作扣税之用。 I agreed SBFC may use my personal information above for the purpose as stated in SBFC PDPA Policy. E.g. submission to IRAS for Tax exemption.	
捐款者签名 Donor Signature	日期 Date
本所填写 For official use	
收据号码 Receipt No	备注 Remarks
收到日期 Received Date	

赞助人请沿此虚线剪下折叠粘封，勿用书钉。 Sponsor please cut along the dotted line, glue & seal, no staple.