



5591 No. 3 Road, Richmond, BC. V6X 2C7

T: 604-207-4010 F: 604-207-4059 Toll Free: 1-844-207-0400

關節炎中文視頻發佈 為華人提供最新在線工具和資源

溫哥華，卑詩省(2016年2月8日) – 加拿大關節炎研究中心(Arthritis Research Canada -ARC)將會發佈一系列關節炎中文視頻。這些專為加拿大華人社區製作的短視頻，向關節炎患者提供了如何緩解關節疼痛的科學建議，同時著重介紹了可以幫助患者對診治方法作選擇的在線工具。

卑詩大學物理治療系副教授、加拿大關節炎研究中心高級研究員李中慧博士 (Dr. Linda Li) 在視頻中講述了她的前沿研究，當中包括如何讓關節炎患者通過利用以病人為本的信息工具，戰勝關節炎帶來的病痛和傷殘。加拿大關節炎研究中心的研究團隊正與來自遊戲、數位媒體領域的專家合作，一起開發以科學為基礎的應用軟件，希望為骨性關節炎和發炎性關節炎患者提供最好的診治意見和幫助。

李博士認為，“在加拿大，以中文為母語的人口眾多，但是華人使用健康服務資源的比例卻相對較低，部分原因是語言的障礙和缺乏對可用治療方法的認知。解決這個問題的其中一種方法是將健康信息翻譯成華人熟悉的語言。加拿大關節炎研究中心目前已經製作了超過 60 個關於關節炎預防和治療知識的 YouTube 視頻。把這些視頻翻譯成中文將是我們向公眾傳播關節炎信息的重要途徑之一。”

在這次發佈的視頻內容里，其中一個重點是講解改善病情抗風濕藥物 (Disease-modifying antirheumatic drugs- DMARDs)的相關知識，向大家介紹如何通過服用這類藥物來預防關節損傷和降低患上心臟病的幾率。最近的研究顯示，類風濕性關節炎病人患上心臟病的風險較高，但是如果服用了 DMARDs，類風濕性關節炎患者因為心臟病致死的幾率可以降低 7 成。

另一個重點內容是關於運動鍛煉對關節炎控制起到的重要作用。研究表明，關節炎患者在運動時或者運動後，可以感受到關節疼痛得到舒緩。在每週大多數天里，患者每天堅持運動 30 分鐘能有效改善自身的健康狀況。科學證實，這種運動量可以有助與各類關節炎患者緩解關節疼痛和疲勞感。

中僑互助會行政總裁周潘坤玲女士表示，“這些視頻十分有助於華人社區了解關節炎預防及治療研究領域的最新進展。視頻傳遞的信息可以幫助改善關節炎患者的生活質量。”

關節炎已成為女性中最常見、男性中第三常見的慢性疾病。現時加拿大有四百六十萬成年人受到關節炎困擾，估計到 2036 年，數字將達七百五十萬。提高大家對這種治療費用昂貴然而有時又被誤解的疾病的認識十分必要。關節炎現在有逾 100 多種，它導致加拿大每年在衛生保健和生產力方面損失高達 330 億加元，是加拿大花費最高的疾病類型。

視頻：

請于 2 月 8 日登錄我們的官網 www.arthritisresearch.ca 觀看視頻。

網絡工具：

<http://answer.arccanada.org/> - ANSWER, 是一款自助式網絡動態研究工具，由卑詩大學、加拿大關節炎研究中心、渥太華大學和數碼媒體中心共同開發研製。

<http://open.arthritisresearch.ca/> - OPEN, 是一款為鼓勵、支持和激發你控制膝關節痛和變得更加積極參加運動鍛煉的網絡程序。通過這個程序，你可以了解到關於骨性關節炎和運動的研究，同時還有幫助你學習、計劃和保持適合你運動鍛煉的工具。

採訪機會包括：

李中慧博士 (Dr. Linda Li) – 可以講解 (英語和廣東話) 關於 ANSWER 項目作為決策工具對類風濕性關節炎的重要性。李博士是卑詩大學物理治療系副教授，同時也是加拿大關節炎研究中心高級研究員。

關於加拿大關節炎研究中心：

鑒於認識到科學研究對加拿大，甚至世界的關節炎治療帶來的巨大潛力，加拿大關節炎研究中心 (Arthritis Research Canada-ARC) 于 2000 年成立。中心在卑詩省、艾伯塔省和魁北克都設有分支，研究團隊由來自多學科的頂尖科研專家和醫生組成。中心致力於了解、加強和分享關於關節炎起因的知識，同時解決目前影響關節炎患者的問題。

關中僑互助會：

中僑互助會成立於 1973 年，是卑詩省最大的社會服務機構之一。作為一個公益組織，中僑互助會為社區提供多元化的社會服務。服務包括移民適應，語言訓練，就業，家庭和青少年諮詢，商業和經濟發展，健康保健，房屋和社區發展。詳情請訪問：www.successbc.ca。

媒體聯繫：

葉轉華（廣東話/普通話）

加拿大關節炎研究中心助理

電話：604-207-4032

電郵：jye@arthritisresearch.ca

Kevin Allen（英文）

加拿大關節炎研究中心市場營銷和公關協調員

電話：604-207-4010

電郵：kallen@arthritisresearch.ca