

122

季刊

中華民國
海關退休人員聯誼會

會訊

本期內容

- § 漫畫/疫過天青
- § 散文/口罩之下
- § 轉載/專家教防疫
- § 財報/108年第4季

疫情罩頂 大家請保重



- 中華民國109年4月1日出刊 中華民國77年6月1日創刊 發行人 / 林德男 副發行人 / 吳立勳
- 總編輯 / 魏文心 攝影 / 林振國 執行編輯 / 劉俐君 校編委員 / 史中美 謝水勝 鄒偉 吳隆銓
- 聯絡處 / 臺北市塔城街13號2樓 網 址 / customsretire.tw 電 話 / 0937-517-872
- 柏揚設計印刷 / 2777-5294

海關退休人員聯誼會
109年春節春團拜

疫情罩頂~ 大家請保重!!



口罩之下

作者/宋克偉

SARS猖獗時期，人人戴口罩，各類型式，我私擬為「豬鼻子口罩、鴨嘴獸口罩、狗套子口罩…」，結果眼前走動的都是走獸人物，大家頓時五官模糊，面容刻板，我走過許多人的眼前，可是大家目光焦慮、眼神茫然，著急地往前走，沒有人會利用僅有的外露眼神，擠眉弄眼，互送秋波的！讓我想起「沈默的羔羊」，我們都是暗夜中的羊群，任憑惡狼挑選中意的犧牲者。

當下武漢肺炎「2019新型冠狀病毒(2019-nCoV)」全球漫延，金門地處抗疫前線，辦公處正當兩岸關口，氣氛凝重，周遭絕大多數人都戴起了口罩，我也戴了，一戴果不其然「煙雲輕籠，濛濛水氣」，讓我既吸不足空氣也望不見遠方。對於我這種天生鼻子過敏的人來說，戴口罩是種不小的煎熬，平常氣已不足，眼常不清，一罩之下，僅平平整整包覆那麼點空氣，吸吹之餘，眼鏡一片霧氣，口罩之內倒是水氣空濛，幾分溫潤，讓本顯遲魯的我更加憨慢徐緩。

世界本來就不清明了，又加上瘟疫漫延，眼前的手機隔著霧氣，隔岸傳來燎原的疫情，身在關口當頭，禁不住蹙眉凝神，憋在平淺輕薄的暖濕空氣裡，等待著未可知的來客，一聲咳嗽、幾許若有似無的喘息，逼得人鎖緊眉頭，稍退一步，方才猶疑回應著。

這本是個有點奇怪的時代，此時此刻瘟疫漫延更加深了這樣的感覺。過往，隔山隔海隔天涯，我們只接獲一封短短信箋，就可以將感情想像地豐沛而生動，假設我們在一起，好像我們不曾分離。而今，一舉一動，一顰一笑，天涯海角，都在眼裡，一刻不分離，一秒不錯過，因為近在眼前，所以再無多餘想像，也沒有一絲牽掛了。

病毒看不到，可是聽說就在一水之隔，好像如影隨形，船班幾近停擺，人員往來幾已中斷，人間停頓，互有懼怕，保持距離以策安全。

遲鈍的我，上街吃早餐，環顧四周，發現大家都戴口罩，我也帶著，放在口袋，默默地戴上，秒濛上一層霧氣。在穿梭瀏覽如常的網路，人們依舊觀看，依然無動於衷，本來都知道，就不必再探詢，倒是未知的狀況，難以察覺的疫情，真真實實讓我們更加隔絕了。

若等我察覺再去排隊買口罩，我大概是世界上最後一個買到的人。二年前買了一個3M口罩，之後就忘了，一直放在背包中，帶著來去，始終沒拆，布製口罩，可洗、可重覆，及時可用，幸好！

SARS肆虐時網路尚未發達，手機也沒風行，如今不然，不過疫情並未透明，謠言不時瘋傳，人們似乎更加恐懼，口罩好似更難買到，人間更像張網，人人在網中，「自成一格」，偏偏又「四通八達」，互動互看，互動帶來可能的接觸，互看揣測各自的在乎不在乎。

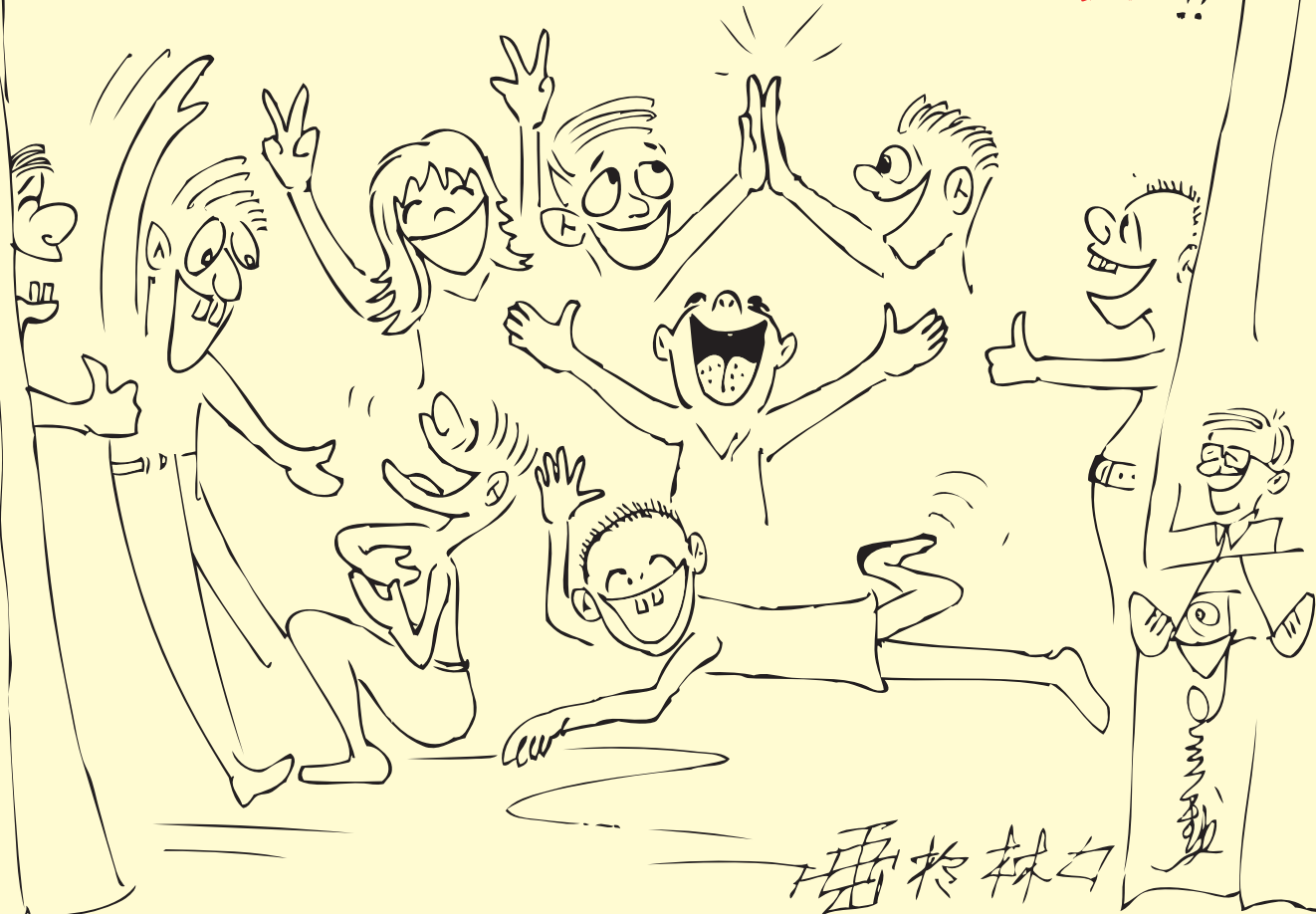
如果哪天，瘟疫遠離，春回大地，記得這樣的自覺，珍惜健康，保有善良與真誠，好好地單純生活，不止是虛擬網路，而是真實人間。



作者與海關同仁合攝於金門小三通通關現場

海關退休同仁
旅遊聚餐聯誼

祝福平安 ~ 期待
再相聚 !!



潘於林

專家教你新冠疫情下的防備攻略

What I am doing for the upcoming COVID-19 (coronavirus) pandemic

作者：James Robb, MD UC San Diego. 詹姆斯·羅伯
加州大學聖地牙哥分校醫學博士

James Robb was a professor of pathology at the University of California San Diego, He is one of the first molecular virologists in the world to work on coronaviruses (the 1970s). He was the first to demonstrate the number of genes the virus contained. Since then, He has kept up with the coronavirus field and its multiple clinical transfers into the human population (e.g., SARS, MERS), from different animal sources.

詹姆斯·羅伯是美國第一位研究冠狀病毒的專家，從70年代到現在一直研究這些分子病毒。他在今年二月就預測美國將遭到新冠病毒侵襲，因此極力呼籲美國民眾注意防範。他認為一年內難以開發出真正有效的藥物和疫苗來控制病毒，因此防備極為重要。

The current projections for expansion of coronavirus in the US are only probable, due to continued insufficient worldwide data, but it is most likely to be widespread in the US by mid to late March and April.

冠狀病毒有可能在美國大規模擴散，只是得以用來預測的資料量尚顯不足，但極有可能會在三月中下旬到四月間廣泛傳播。

Here is what I have done and the precautions that I take and will take. These are the same precautions I currently use during our influenza seasons, except for the mask and gloves.:

我預防冠狀病毒的方法和防止流感一樣，只是增加口罩和手套。

- 1) NO HANDSHAKING! Use a fist bump, slight bow, elbow bump, etc.
不要和別人握手。用碰拳頭、小鞠躬、碰胳膊肘等代替。
- 2) Use ONLY your knuckle to touch light switches, elevator buttons, etc.. Lift the gasoline dispenser with a paper towel or use a disposable glove.
只用手指關節去開燈的開關和電梯按鈕。用紙或者戴手套為車子自助加油。
- 3) Open doors with your closed fist or hip - do not grasp the handle with your hand, unless there is no other way to open the door. Especially important on bathroom and post office/commercial doors.
不要用手抓門把，特別是公共廁所，郵局，商業中心的門。用拳頭和屁股把門頂開。
- 4) Use disinfectant wipes at the stores when they are available, including wiping the handle and child seat in grocery carts.
如果店裡有抗菌濕巾提供，用它來擦所有碰到的把柄和兒童座。

5) Wash your hands with soap for 10-20 seconds and/or use a greater than 60% alcohol-based hand sanitizer whenever you return home from ANY activity that involves locations where other people have been.

每次從外面回家，至少用肥皂洗手10到20秒，或用含60%以上酒精的消毒液消毒手。

6) Keep a bottle of sanitizer available at each of your home's entrances. AND in your car for use after getting gas or touching other contaminated objects when you can't immediately wash your hands.

在家裡的門口和車裡放一瓶消毒液，以備你不能立即洗手時之需。

7) If possible, cough or sneeze into a disposable tissue and discard. Use your elbow only if you have to. The clothing on your elbow will contain infectious virus that can be passed on for up to a week or more!

如果來得及，儘量咳嗽和打噴嚏到紙巾上然後丟掉。如果來不及請用胳膊肘捂住，要及時換下這件帶有病毒而且可以活過一周以上的衣服。

What I have stocked in preparation for the pandemic spread to the US:

在美國家裡，我囤積了一些物資：

1) Latex or nitrile latex disposable gloves for use when going shopping, using the gasoline pump, and all other outside activity when you come in contact with contaminated areas.

一次性橡皮手套，外出時備用。

Note: This virus is spread in large droplets by coughing and sneezing. This means that the air will not infect you! BUT all the surfaces where these droplets land are infectious for about a week on average - everything that is associated with infected people will be contaminated and potentially infectious.

注意，病毒是靠咳嗽和打噴嚏產生的較大的水霧珠傳播的，不是因為空氣本身。所有的水霧珠會落在各種各樣的表面，在那裡呆一個星期之久，所有患者碰過的東西都有病毒。

The virus is on surfaces and you will not be infected unless your unprotected face is directly coughed or sneezed upon. This virus only has cell receptors for lung cells (it only infects your lungs) The only way for the virus to infect you is through your nose or mouth via your hands or an infected cough or sneeze onto or into your nose or mouth.

這個病毒只會感染你的肺，而進入的途徑就是你的口鼻。所以唯一被感染的機會是你的手帶到你的口鼻，除非有人直接對著你的臉打噴嚏咳嗽。

2) Stock up now with disposable surgical masks and use them to prevent you from touching your nose and/or mouth (We touch our nose/mouth 90X/day without knowing it!). This is the only way this virus can infect you - it is lung-specific. The mask will not prevent the virus in a direct sneeze from getting into your nose or mouth - it is only to keep you from touching your nose or mouth.

在家裡儲存一些一次性醫用口罩。其實口罩並不是用來防止別人對你打噴嚏，而是阻止你的手老是去碰你的口鼻。你可能不知道，我們每天不知不覺會碰自己的口鼻90次以上。

- 3) Stock up now with hand sanitizers and latex/nitrile gloves (get the appropriate sizes for your family). The hand sanitizers must be alcohol-based and greater than 60% alcohol to be effective.

儲存一些洗手消毒液，最好是含有60%以上酒精的消毒液。也去買一些適合你家中成員手型的手套。

- 4) Stock up now with zinc lozenges. These lozenges have been proven to be effective in blocking coronavirus (and most other viruses) from multiplying in your throat and nasopharynx. Use as directed several times each day when you begin to feel ANY "cold-like" symptoms beginning. It is best to lie down and let the lozenge dissolve in the back of your throat and nasopharynx. Cold-Eeze lozenges is one brand available, but there are other brands available.

儲備大量的鋅錠劑。一般的藥店應該有很多選擇。其中一種叫Cold-Eeze lozenges。鋅錠劑被證實對冠狀病毒和其他病毒有一定防治作用。當你開始感到有感冒的感覺到時候，按照說明書每天服用數次。最好安靜的躺下來，讓鋅錠劑慢慢融化在喉嚨和鼻腔裡。

I, as many others do, hope that this pandemic will be reasonably contained, BUT I personally do not think it will be. Humans have never seen this snake-associated virus before and have no internal defense against it. Tremendous worldwide efforts are being made to understand the molecular and clinical virology of this virus. Unbelievable molecular knowledge about the genomics, structure, and virulence of this virus has already been achieved. BUT, there will be NO drugs or vaccines available this year to protect us or limit the infection within us. Only symptomatic support is available.

和大家一樣，我希望冠狀病毒的疫情能夠得到控制。科學界已經學到很多關於這個病毒的東西。可是畢竟人類沒有見過這個病毒，也沒有建立對它的免疫力。我不認為一年內會有真正有效藥物和疫苗開發出來拯救人類或者控制病毒。目前只能減緩病狀。

I hope these personal thoughts will be helpful during this potentially catastrophic pandemic. You are welcome to share this email. Good luck to all of us! James Robb, MD FCAP

希望我這樣個人的想法對你有所幫助。歡迎你和大家分享這份郵件的內容。祝我們好運！詹姆斯 敬啟。

聯誼會108年第四季收支報告表（108年10月1日至12月31日）

註：收支表為求正確，財務收支表係以上季為準，惟繳費名單為求公信，儘可能以會訊發刊日為準

收 入		支 出	
項 目	金 額	項 目	金 額
會費收入現金	0	會費劃撥手續費	45
會費收入郵政劃撥	1200	121期會訊印刷費及郵寄費	52,154
定存利息	1,449	自50355841提現金	53,000
自50355841提現金	53,000	遠振資訊公司網路服務費	2,930
第 四 季 收 入	55,649	第四季支出	108,129
本 季 結 餘	-52,480		
上 季 結 存	832,685		
本 季 結 存	780,205		

- 一、本季結存款：台灣銀行定存700,000元；郵局劃撥帳戶75,285.00元；現金 4,920.00元。
- 二、感謝楊期駿及黃新科兩位會員，各捐款3萬元。感謝葉文源會員捐款1萬元。合計捐款共7萬元。（列入109年第1季收支報告表）
- 三、本會收繳會費名單(延續121期會訊，自108年11月21日至109年2月25日止)如下：
 - (一)繳永久會費者：魏武男、葉明星、鄭文琳、沈健禎、趙成立
 - (二)繳109-110年會費者：吳煌輝、林碧月、施能榮、陳榮吉
 - (三)繳109年會費者：李哲威、陳孝根、陳振輝、陳政彥、楊五雄、黃庚辛、鄭守義、張文良、李榮達、張淑純、林美麗、沈卿華、黃福添、張豐榮、謝旭垣、陳森年、羅鎮源、劉榮治、曾增坤、蔡忠銘、唐銘讚、陳謙諒、陳梧桐、高修一、郭豐鈴、謝泰雄
 - (四)預繳團拜餐費500元者：鄭守義、曾國信
- 四、名單如有不清楚之處，請電話財務幹事吳隆銓：0937-506871。謝謝
- 五、本會會費每年400元，如一次繳4,000元者為永久會員。
劃撥帳戶:50355841 戶名:吳隆銓。