

梁鳳鸞夫撰文悼產後抑鬱亡妻

指婦女以奶粉代母乳毋須內咎

【明報專訊】本身有產後抑鬱症問題的失蹤華裔婦女梁鳳鸞，兩個月前被發現死亡。她的丈夫陳韋廷昨日在網上發表文章，呼籲公眾關注產後抑鬱問題，並鼓勵有此問題的婦女勇於求助。文章說，不要因為做不到完全只以母乳哺育嬰兒即感到有罪惡感，他同意母乳的好處，但母親們必須知道，就算是使用嬰兒配方奶粉餵嬰兒，也完全可行。

32歲的梁鳳鸞10月底失蹤，新西敏警方曾大規模尋找，梁的家人在報案時即說她有產後抑鬱問題。梁的遺體於去年11月16日在鮑恩島（Bowen Island）被發現，死因無可疑。

梁的丈夫陳韋廷昨日在紀念妻子的Facebook網頁張貼感性文章，他說，妻子的死，讓他的人生從基本瓦解，將來的計劃已無從實現，所有的一切都必須要重新建造。

他說，他已經進入一個存活模式（survival mode），過一天算一天，甚至是過一小時算一小時，有許多人教他這麼過，而活在當下真是讓他度過這個時期的唯一方法。

他表示，當打擊及麻木情緒逐漸褪散時，腦子不斷浮現過去與妻子共度6年半快樂回憶的畫面，而這些回憶會引起痛苦，也令孤單的感覺更為強烈。

陳韋廷接着鼓勵那些在產後感到情緒低落或是焦慮的母親們，應對外求助，並談論他們的感受。他說：「妳並不孤單，妳也不是一個壞母親，別因為無法完全做到只餵母乳，就感到自己糟糕或是有罪惡感，即便是妳從產科病房牆上的餵母乳海報上看到，或是在產前課程及哺乳課程的教學感受到，而有餵哺母乳的壓力。」

他表示，醫院推廣純母乳的哺育，為的是營造對嬰兒友善的環境。

他說，他也同意餵母乳有好處，但是，他希望母親們也能夠理解，就算是餵嬰兒配方奶粉也可以的，而嬰兒配方奶粉完全是可行的選擇，他表示之後還會探討此一問題。

產後抑鬱有可能從婦女懷孕時即開始，抑鬱時間可能長達生產後的一年。加拿大精神衛生協會（CMHA）指出，有產後抑鬱問題的母親或父親



陳韋廷昨日在紀念妻子的Facebook網頁上張貼新文章。（網上截圖）

有可能無法享受養育嬰兒的過程，而經常想着他們是壞父母，他們也可能出現想傷害自己或是嬰兒的想法，雖然極少人會把這些可怕想法付諸實行，但該協會說，產後抑鬱需要緊急醫療。

根據計算，加拿大約有6%至13%的母親有產後抑鬱經驗，有些人認為真正的數字還會更高。

【明報專訊】加拿大航空公司2016年的運營狀況出人意料地好，股價攀升達34%，是北美各大航空公司中增長最高的一個。而多數北美航空公司也都交出不錯的成績單，就連一向對航空公司股票非常審慎的股神巴菲特，都開始持有此類股票。

加航的業績能夠如此出色，與其成功削減成本、開拓更多國際客源和安撫好工會情緒有關。

金融投資顧問潘啓鴻表示，在過去6年來，加



減成本拓客源安撫工會

加航股價升 業績冠北美

航一直在努力降低成本而且頗有成效。

加航大手筆購入新機，在2016年有9架全新的波音787客機投入使用，在今年還將再增添9架，以逐步替換現有的波音777客機。而且加航還要添加75架龐巴迪公司的C系列客機。

雖然採用新機機會大幅增加資本投入，但新飛機燃油經濟性的大幅提高，在一定程度上彌補了這些支出。新款的波音787客機，由於大量採用複合材料減輕了重量，相同的航程可以節省燃油超過20%。

而加航在使用了787客機一段時間後，認為該機不但節省燃油，而且維護更簡便，因此在成

本上能夠節省30%。

目前加航有僱員3萬人，之前工會與資方的關係相當緊張。但在2015年，加航與多個工會達成協議，其中10年期的長期協議更是有多个，成功安撫了工會方面的情緒，讓他們在公司運營上更為配合。

在節省開支的同時，加航也在努力增加收入。2016年，加航開闢了28條新航線，其中15條為國際航線，12條為加美之間的航線。隨着飛往摩洛哥的航線開通，加航也成為能夠服務六大洲的頂級航空公司，也被英國航空業顧問公司Skytrax評為北美唯一的一個4星級國際航空公司。

目前加航的股票價格為13.67元，去年股價增長率為33.89%，是北美所有航空公司中表現最好的。排在第二的是美國大陸航空，增長率27.19%，第三位美國西南航空，增長為15.75%。

2016年第三季度，加航的純收入達到7.68億元，等於每股獲利2.74元，比1年前上升了85%。

航空公司的業績普遍良好，讓美國股神巴菲特領導的美國伯克希爾哈撒爾公司（Berkshire Hathaway），也開始對航空業股票產生了興趣。而就在幾年之前，由於航空業的起伏太過劇烈，很容易受經濟狀況的影響，破產清盤是家常便飯，因此巴菲特一直對航空業股票敬而遠之。

表現如此良好的加航，其股票是否值得現在購入？對此潘啓鴻表示，「加航的股票有這樣顯著的增長，股價已經是達到了一個高點。如果這個時候購入，隨後股價出現下滑，客戶不就虧了？所以這個問題還是大家自己去考慮。」

越南美食與舞蹈

1月29日

2月26日

3月26日

20元入場費，包括自助餐；6:30PM開門；7:30PM表演，預約可致電604.516.7121

參加者還可獲取免費禮物

高達\$20元老虎機遊戲注碼贈券

&

高達\$25元賭台遊戲注碼贈券

2080 United Boulevard, Coquitlam | 604.523.6888
HardRockCasinoVancouver.com | Follow us: f t i

Wilson School of Design 開放日

地點：昆特崙理工大學烈治文校舍
地址：8771 Lansdowne Road, Richmond

日期：1月21日（星期六）
上午9時至下午3時

費用全免：
作品集工作坊
課程講座
設計工作室導賞

網頁：kpu.ca/design

betc

Know your limit, play within it. GameSense

19+