東區尤德夫人那打素醫院

傳心傳意

2014年4至6月
第37期
社區及病人資源部

社會心理支援服務 | 病人互助網絡 | 社區資源連繫 | 義工服務 | 資訊及復康資源

全人關顧　積極面對

本院向以「矜憫為懷」為辦院宗旨，力求對人身、心、靈性的健全作出貢獻。本部門亦為使病人在診斷、治療、復康及復發 / 紓緩的階段得到全人關顧，發展 5 個核心服務，包括：社會心理支援服務、病人互助網絡、社區資源連繫、義工服務及資訊及復康資源，務求使病人在歷程中得到持續關顧。

根據香港血友病會的資料，全港已確診的血友病患者約有二百多人，而在本院覆診的約有 20 多人。那打素病人資源中心繼去年 8 月底為血友病患者舉辦「我都做得到 ~ 血友病病友同樂日後，上月再與內科（血液科）、物理治療部及香港血友病會舉辦了「易筋經強身健體班，這個課程除了讓病友透過運動健「身」，亦可透過朋輩、醫護人員及病人組織的分享及支持，同時健「心」，積極面對，與病共存。

社工　陳潔明

物理治療部吳潤娥經理率同事義務擔任易筋經導師，細心講解每式重點及注意事項

為感謝吳師傅及各物理治療師的悉心指導，參加者一同製作感謝咭，以表心意

內科（血液科）許紫珊副顧問醫生 (左二) 十分支持是次活動，並代表參加者致送感謝咭予物理治療部

香港血友病會每次均送來新鮮水果支持病友

參加者用心聆聽吳師傅預備的生活小貼士，並在社工帶領下互相分享生活點滴，互勵互勉

我們畢業了！病友承諾會努力練習，養成每天運動的好習慣，並積極參與朋輩活動，延續互助精神

那打素病人資源中心由專業社工、跨專業團隊及社區伙伴，提供多元化社會心裡支援服務、朋輩義工關懷、病人賦能活動、建立互助網絡等，協助長期病患者及其家屬積極面對疾病帶來的適應及邁向長遠復康。

那打素病人資源中心

電話：2595 6342 地點：主座一樓
中心社工：黃婉容，陳達偉

與社區聯繫、集結合作伙伴、加強對認知障礙症病者、照顧者的支持

藉著分享環節，家屬交換照顧心得，提高正能量，彼此支持。

為加強病人及家屬得到適切的社區支援及促進互助互勉，病人資源中心與區內 6 間社福機構定期合辦「休閒小聚～認知障礙症病者照顧者分享會」。今年，「休閒小聚」將增加次數，由一年兩次增至四次。除此以外，本部門在專科門診部亦設有「病人支援站」，提供服務推廣、社區資訊及書籍借閱等，使病人 / 照顧者得到更多支援。

一個女兒說：「那天在一個鐵路站看到一個由高錕校長與高太拍的硬照廣告，最吸引我注意的是那一句話，認知障礙，不可怕，只要愛不退化。我看到很難過，因為它說出我對爸爸患病的心底話，其實真的很難接受。」她的眼眶通紅了，再說不出話來……。假若你有親人患有認知障礙症（之前名為老人痴呆症、腦退化症），你又有什麼反應？不知所措？徬徨？難過？日子久了，感到照顧壓力很大？常常提心吊膽？

幾年前，高錕校長患病消息引起全城關注認知障礙症，政府及社福界機構加強推動及改善病者及照顧者服務，從社區教育、早期評估、治療、照顧者 / 家屬訓練及互助網絡、關注政策等，百花齊放。這實在是病者及照顧者的福氣！

由區內復康機構或老人服務社工講解服務特色。

休閒小聚認知障礙症照顧者分享會

日期：2014 年 6 月 14 日 (星期六)
時間：10:00-12:30
地點：主座三樓職員休息室
對象：認知障礙症患者之家屬
報名及查詢：2595 6342

參加者對休閒小聚（2013 年度）的回饋

分享會目的	同意程度
透過經驗交流，獲得照顧知識及技巧	100%
工作坊能體驗互助同行的好處	100%
工作坊有助舒緩情緒，減輕壓力	92%
工作坊增強對認知障礙症社區資源的掌握和認識	100%

社會心理支援服務

	日期	時間	地點 #	對象	備註／合辦單位
糖尿病教育日 糖尿病基礎課程，讓新症病人掌握自我管理竅門	3/4, 17/4, 15/5, 5/6, 19/6（四）	10:00-16:30	1	糖尿病新症病人及家屬	需由醫護人員或營養師轉介
糖尿病識飲識食工作坊（待定） 認識閱讀食物標籤及換算方法，促進健康飲食	26/6（四）（待定）	14:30-16:30	1	曾參加「糖尿病較育日」之病人及家屬	需由醫護人員或營養師轉介
慢性腎病全面體 認識腎病的病徵、藥物效用及治療、量度血壓的重要並烹調貼士，積極面對病情	10/5（六）	10:00-12:30	1	內科（腎）覆診之病人及家屬	內科（腎科）
腎友進深講座 針對透析病人常見問題，改善及提升腎病病人在治療及復康路上的知識及技巧	14/6（六）	14:30-16:30	1	透析腎友（洗肚 / 血）及家屬	內科（腎科）
痛症～新症分享小組 了解痛楚帶來對身體、心情、社交及自我形象的影響；發掘個人應付痛楚的自我資源	20/6（五）	12:45-14:00	9	痛症科病者（新症）及家屬	痛症科及院牧部需由醫護人員轉介

病人互助網絡

以下服務對象的朋輩關懷服務按需要而定，歡迎聯絡本中心安排。
✱ 兒童及青少年糖尿病患者及家長　✱ 兒童濕疹患者及家長
✱ 早產嬰兒家長　✱ 唐氏綜合症家長　✱ 夭折嬰兒之父母

	日期	時間	地點 #	對象	備註／合辦單位
腎友病友探訪 推動同病相「連」、「同行有你」的關愛互助精神	逢第二及第四個週四 及 27/4（六）[節日探訪]	10:00-16:30	1	腎科病房內的透析病人（洗肚、洗血）及家屬	東區腎友自助會
腎友新症分享會 認識互助在復康路上的重要及病人組織的活動	27/4（六）	14:30-16:30	1	腎友（新症）及家屬	東區腎友自助會
義工獻愛齊嘉許 暨 18 周年聯歡及會員大會 慶祝生日、回顧與前瞻、連繫會員	12/4（六）	10:00-12:30	1	腎友（洗肚、洗血、移植）及家屬	東區腎友自助會主辦 社區及病人資源部協辦
糖尿病新症分享 朋輩義工分享經驗，鼓勵新症病人積極控制血糖	3/4, 17/4, 15/5, 5/6, 19/6（四）	14:30-16:30	1	參加糖尿病教育日之病人及家屬	勿糖組義工負責分享
糖尿病友羽毛球同樂小組 鼓勵建立定期運動習慣，有效控制血糖及認識同路人	逢週五	12:45-14:00	9	勿糖協會會員或本院糖尿病病人	勿糖協會 必須由糖尿科護士作評估
糖尿病治療講座 認識糖尿病併發症	24/5（六）	14:30-16:00	4	糖尿病患者及家屬	勿糖協會
換骸病人手術前預備班新症分享 藉過來人分享、讓新症病人增強對手術及復康的認識及信心	每月一至兩次（週二）	12:00-15:00	13	即將接受膝關節或髖關節置換手術新症病人	人工關節復康協會
關懷骸友～病房探訪 探訪手術後住院病人，表達慰問及分享復康心得	每月兩次（星期六）	11:00-12:00	14	已接受膝關節或髖關節置換手術住院病人	人工關節復康協會
戒煙互助小組 藉小組活動及成功戒煙人士分享戒煙經驗，堅定戒煙信心及生活改變	10/7（四）	19:00-20:30	1	曾接受港島東無煙新天地戒煙輔導服務人士	港島東無煙新天地

社區復康活動

	日期	時間	地點 #	對象	備註／合辦單位
i-Health 5 體重管理課程 藉小組互動、簡易步行班、飲食自我管理課程、朋輩鼓勵，認識糖尿病及肥胖對身體的影響、訂定個人目標、建立運動習慣、改善飲食模式	2/5-11/7（五）	19:00-21:00	1 及 23	港島東醫院聯網患有肥胖問題的糖尿病患者	糖尿科 社區復康網絡 需由醫護人員轉介
攜手護心工作坊 加強對心臟衰竭復康的知識，包括護理、藥物、運動及飲食需知並介紹社區資源及同路人分享	30/5（五）	9:30-12:00	1	港島東醫院聯網心臟衰竭患者及家屬	社區復康網絡 關心您的心 需由醫護人員轉介
腦友聚一聚 掌握中風後復康知識及社區資源，提升預防再中風的意識	10/5, 21/6（六）	11:00-13:00	4	已出院中風病人及其家屬	腦內科 社區復康網絡 需由醫護人員轉介
腎友社區復康系列					
腎友門球練習組 增加腎友對運動與趣，強身健體	逢週一 , 四	14:30-16:30	12	腎友（洗肚 / 血、移植）及家屬	東區腎友自助會
養生宜動～腎友太極班 掌握簡化孫家太極拳、建立定期運動習慣	2/5 – 30/5（五） 30/5（五）	15:00-16:30 11:00-12:30	23	腎友（洗肚 / 血、移植）及家屬	內科 (腎科) 香港復康會 社區復康網絡 東區腎友自助會
「病人支援站」～社區資源推廣服務 社區機構 / 病人組織於專科門診部提供諮詢服務	週一至週五	10:00-13:00 14:15-17:00	8	糖尿科、心臟科、腎科、風濕科、腦科等病人及其家屬	參與機構 / 病人組織當值時間，請向病人支援站查詢

1. 那打素病人資源中心　4. 主座大樓三樓職員休息室　5.KH8 腎科病房　8. 專科門診大樓地庫一樓東翼　9. 專科門診地庫二樓東翼
12. 西灣河室內運動場　23. 社區復康網絡康山中心

癌症病人資源中心，致力提供癌症資訊、心理支援服務、復康資源，並推動病人互助網絡和社區資源聯繫，讓病人在抗癌過程中，得到詳盡資訊和完善支援。一站式多元化的服務，體現完善照顧和全人治療的精神。

癌症病人資源中心

電話：2595 4165 地點：東座一樓
中心社工：梁溢珈

《正念減壓 愛笑瑜珈 身心支援 與癌共處》

近年來癌症治療後的存活期也比過去提高許多，但是罹癌後，病人難免在身體、心理甚至是人際關係上面對巨大的改變。如何調整自己不要因為外在的風吹草動而擔心復發？如何與生命的「不確定」共存？如何讓罹癌的經驗成為轉化自己生命的一個機會？這些都可能是罹癌病友與家屬的需要。

以雙月為主題的「靜觀初體驗」及「愛笑瑜珈俱樂部」，幫助病人如實接受自己的癌症、覺察生活中引發情緒的來源，並能跳脫過去不良的思考慣性，提升正面的能量及加強支援網絡。

靜觀初體驗

日期：2014 年 4 月 28 日 / 6 月 23 日
時間：上午十時至十二時三十分
地點：東座一樓癌症病人資源中心
內容：講解及教授靜觀練習法，包括：掃視感受、出入息念、慈悲心等

愛笑瑜珈俱樂部

日期：2014 年 5 月 2 6 日
時間：上午十時至十二時三十分
地點：東座一樓癌症病人資源中心
內容：介紹及體驗愛笑瑜珈的呼吸練習與歡笑運動

參加者感想：

- 忘我，忘憂！心平，心開，感覺自己！=)
- 感覺非常舒服、開懷。希望可再參加多幾次！
- 開心，從前不做的事，今天做了。無壓力，放鬆心情。
- 回復真我，很開心。有機會釋放情緒，正！

病人互助網絡

癌症組織或互助小組的過來人義工與病人分享經驗，互相扶持，積極面對癌症

	日期	時間	地點 #	對象	合辦單位／備註
東日社～病房探訪、電話關懷、會員交流會	按服務而定	14:30-16:30	2, 7, 15	鼻咽癌病人及家屬、東日社會員	關懷專線：2595 4202
展晴社～病房探訪、電話關懷、會員交流會、展晴天地、迎新會下午茶	按服務而定	上午／下午	2, 6, 7, 15, 16	乳癌病人及家屬	
造口病人朋輩探訪計劃	逢週五	14:00-17:00	2 或病房	腸癌病人及造口的癌症病人	香港造口人協會
血癌及淋巴癌朋輩分享服務	逢週二	10:00-12:00	血科病房	血癌及淋巴癌病人	心血會
喉癌病人支援計劃	逢週三	14:30-16:00	2/ 外科病房	喉癌病人	香港新聲會
互心軒	週一至週五	10:00-12:30 14:00-16:30	7	癌症病人及家屬	東日社、展晴社

2. 癌症病人資源中心　6. 專科門診大樓地庫三樓西翼　7. 東座大樓地庫一樓　10. 醫管局大樓閣樓研討室　15. 腫瘤科病房　16.E10 病房

社會心理支援服務

舉辦地點：本院東座 1 樓癌症病人資源中心
查詢 / 報名：2595 4165

	日期	時間	對象	合辦單位／備註
「雨後晴空」乳癌病人小組 醫護人員、營養師講解乳癌須知及過來人分享	第 1 節：8/4、20/5 或 10/6 第 2 節：15/4 或 17/6 第 3 節：29/4	14:30-16:30 11:00-12:30 16:00-17:00	乳癌新症病人及家屬	腫瘤科、營養部
頭頸部癌症治療須知 醫護人員、營養師講解頭頸部癌症須知及過來人分享	第 1 節：1/4、13/5 或 3/6 第 2 節：9/4、14/5 或 11/6 第 3 節：24/6	15:30-16:30 9:30-10:30 16:00-18:00	頭頸部癌症新症病人及家屬	腫瘤科、營養部 第 2 節於主座一樓營養部舉行
腸癌治療須知 營養師講解腸癌營養須知及過來人分享	10/4 或 12/6（四）	10:00-12:00	腸癌新症病人及家屬	營養部
婦科癌症治療須知 醫護人員講解接受電療的婦科癌須知	1/4 或 3/6（二）	14:30-15:30	婦科癌症新症病人及家屬	腫瘤科
前列腺癌症護理及支援小組 醫護人員、營養師講解前列腺癌須知、癌協社工介紹社區服務及過來人分享	第 1 節：22/5（四） 第 2 節：26/6（四） 第 3 節：24/4（四） 第 4 節：28/8（四）	14:30-16:00 15:00-16:30 14:30-16:00 14:30-16:00	前列腺癌症新症病人及家屬	外科、腫瘤科、營養部及癌協 第 4 節於中環癌協舉行
「肺腑之言」～肺癌病人分享會 醫護人員、營養師講解前列腺癌須知、癌協社工介紹社區服務及過來人分享	第 1 節：26/6（四） 第 2 節：17/7（四）	14:00-15:00 14:30-16:00	肺癌新症病人及家屬	腫瘤科、營養部、職業治療部及創域會
護「胃」互勉～胃癌病人分享會 營養師講解胃癌營養須知及過來人分享	26/6（四）	14:00-15:00	胃癌新症病人及家屬	營養部及創域會
香薰治療系列～失眠拜拜 香薰治療與失眠的介紹	第 1 節：12/5（一） 第 2 節：15/5（四）	11:00-13:00	癌症病人或康復者	
蛻變的美麗～癌症病人自我形象提昇小組 重拾健康美麗形象，以克服因治療對身體影響	第 1 節：5/6（四） 第 2 節：12/6（四） 第 3 節：19/6（四）	14:30-16:30	癌症新症病人	正接受化療及電療的病人優先
眾樂樂 透過音樂元素，提昇身心靈健康	7/4（一）	11:00-12:30	癌症病人或康復者	
「音樂譜新生」音樂治療講座 如何透過音樂元素，提昇身心靈健康	27/6（五）	14:30-16:30	癌症病人或康復者	如欲參加音樂治療小組必須出席此講座 參加者無需通曉樂理
心靈抒發～「書法」分享小組 通過分享寫書法，培養興趣，發揮藝術潛能，從而得以陶冶性情	2/4-30/4（逢周三）	10:30-12:30	癌症病人或康復者	癌症復發或轉移的患者優先及需先經社工面試再確定報名
靜觀初體驗 講解及教授靜觀練習方法	28/4 或 23/6（一）	10:00-12:30	癌症病人、康復者或家屬	
經脈操 由十二經脈操和奇經八脈操組成，以練習為主，並輔以理論	19/5-28/7（逢周一） （2/6 除外，共 10 節）	第 1 組：15:30-16:45 第 2 組：16:45-18:00	癌症病人、康復者或家屬	按金 $100，上滿 8 堂或以上，將可在最後一堂退回全數，詳情請參閱單張
心花怒放～愛笑俱樂部 體驗愛笑瑜珈的呼吸練習與歡笑運動	26/5（一）	10:30-12:00	癌症病人、康復者或家屬	
茗閒晴～癌症病人支援小組（腸胃科） 通過茗茶、過來人分享及小組活動，讓病人能互相扶持，積極面對癌症	15/4, 27/5, 17/6（二） 共 3 節	14:00-16:30	腸胃科癌症病人	
與癌共舞～活出新天地 認識癌症，中醫淺談失眠與放鬆運動	16/5（五）	10:30-12:30	癌症病人或康復者	

社區復康活動

	日期	時間	地點	對象	合辦單位
癌症復康新體驗	21/5(三)	14:30-16:30	癌症病人資源中心	癌症病人及家屬	癌協中心
「逆境人生」講座	4/4(五)	19:00-21:00	醫管局大樓閣樓演講廳	癌症病人及家屬	
「香薰治療與身心健康」講座	20/5(二)	18:30-20:30	醫管局大樓閣樓演講廳	癌症病人及家屬	
「正電子掃描」講座	14/6(六)	14:30-16:30	醫管局大樓閣樓演講廳	癌症病人及家屬	
社區復康大使	週一至週五	9:30-12:00/14:00-16:30	東座大樓地庫一樓	癌症病人及家屬	

精神健康資源中心於 2008 年成立，旨於設立服務平台以凝聚及提供社區資源及復康資訊，亦透過與醫護人員及社區伙伴等之跨專業合作，提供多元化活動及服務，強化病人及家屬的支援網絡，從而達到促進健康及社區融合的目標。

精神健康資源中心
電話：2595 4008 地點：東座一樓
中心社工：張平，鄭美莉

你有選擇的快樂「放題」

近年飲食界湧出一股「放題」潮流，意思是只需付出一個價錢，便可隨便選擇自己喜愛的食物，直至自覺足夠為止。其實「放題」這個詞彙來自日語，本來是「任由當事人按自己的喜好去決定和進行」的意思。本院精神健康資源中心的《天空海闊家友站》亦同樣鼓勵其會員猶如吃「放題」一樣，按自己的需要和喜好去選擇復康資源，以定立更切合自己需要的復元計劃。如果你想知道家友站的「活動放題」有甚麼活動可以選擇，就一定要留意與會員通訊一樣每季出版的《家友推介》，那麼不論家友站或社區機構舉辦的活動都可以一覽無遺。

只要利用智能手機或平板電腦掃描這個二維條碼，便能馬上瀏覽到家友站的最新動向！

家友站亦會邀請會員代表出席不同的交流活動，收集會員對服務的意見，讓服務能夠更加切合到會員的需要和興趣。

康復者活動

舉辦地點：本院東座 1 樓精神健康資源中心活動室
查詢 / 報名：2595 4008

	日期	時間	對象	合辦單位／備註
「康復樂同行」精神健康講座 提供小貼士訂立更切合自己需要的復元計劃	26/4（六） 13/5（二） 10/6（二）	11:00–12:30 15:30- 17:00 11:00–12:30	康復者	定時定點活動，歡迎隨時加入
擁抱生命園藝小組 透過園藝種植重建個人對生命的正面態度	7/5-28/5 （逢周三）	15:30-17:00	抑鬱症及 焦慮症之康復者	明愛筲箕灣綜合家庭服務中心 須出席組前面試
活得輕鬆小組 讓受抑鬱 / 焦慮症困擾的人士，認識自己的負面情緒	8/4-29/4 （逢周二）	14:30-16:30		浸信會愛羣社會服務處
「心放寬．能得力」身心健康管理小組 認識抑鬱及焦慮症的復元、健康知識、舒緩壓力方法及社區資源	9/6-30/6 （逢周一）	14:30-16:30		浸信會愛羣社會服務處
重新得力—精神健康管理小組 認識精神分裂症的復元、健康知識及社區資源	9/5-30/5 （逢周五）	14:30-16:30	精神分裂症 之康復者	浸信會愛羣社會服務處
Fun Fun 工作坊 透過時下流行的工作如：咖啡拉花、插花等技巧，重新認識時下就業機會	30/5（五）	15:30-17:00	想了解就業市場的康復者	浸信會愛羣社會服務處
「織出友情天」編織小組 和一班同聲同氣的朋友一起編織，讓生活找到寄托	逢周一	14:30-16:00	康復者	定時定點活動，歡迎隨時加入
「創意無限」手工藝小組 學習製作不同手工藝，培養新嗜好作為寄托，亦可為生活增添趣味	手飾製作： 逢周一 扭汽球： 逢周二	11:00-12:30 14:30-16:00	康復者	定時定點活動，歡迎隨時加入
輕鬆樂聚 以小組形式定期相聚，讓同路人一起結伴歌唱、談天說地	16/4（三） 30/4（三） 14/5（三） 11/6（三）	14:30-16:00	康復者	定時定點活動，歡迎隨時加入
老友狗狗齊暢聚 一班「狗醫生」到訪，你可以牠們接觸、遊戲及拍照留念	13/6（五）	14:30-15:30	康復者及家屬	請自備相機
即時鬆一鬆 在互相分享生活中的壓力，學習一些能應用到的鬆馳方法和技巧	23/4（三） 21/5（三）	14:30-16:00	康復者	
笑談失眠系列 透過短講、遊戲及愛笑瑜伽藉以了解壓力及笑談失眠的方法	11/4（五） 28/5（三） 20/6（五）	15:30-17:00	康復者 / 家屬	香港家庭福利會

家屬 / 義工活動

	日期	時間	對象	合辦單位／備註
「精神健康全面睇」家屬講座 （包括專題講座、社區資源、同路人分享）	10/4（四） 17/5（六） 12/6（四）	16:00-17:30 11:00-12:30 16:00-17:30	家屬	香港家連家精神健康倡導協會、浸信會愛羣社會服務處、利民會
同行解憂家屬小組 * 幫助家屬透過鬆弛練習及同路人交流達致彼此支持及分享。	24/4（四） 22/5（四） 19/6（四）	15:45-17:15	家屬	須出席組前面試
「家」陪同心家屬互助小組 協助照顧者舒緩壓力，建立互助網絡，互助支持。	24/4（四） 29/5（四） 26/6（四）	16:00-17:15	家屬	浸信會愛羣社會服務處
精神科個人義工交流會 義工分享經驗的苦樂	9/5（五）	15:00-16:30	現職義工	適合為精神科服務的所有現職個人義工
團體義工訓練～進階篇 探訪技巧訓練、實務經驗分享	14/6（六）	09:00-13:30	團體義工	適合為精神科服務的所有現職團體義工

義工服務

義工訓練及活動點滴回顧

義工服務
電話：2595 4342 地點：主座一樓
負責社工：葛詠茵

復康店義工分享會及聚餐
23/1/2014

醫護同事藉此機會感謝義工的貢獻，彼此分享交流，令服務更臻完善。

專科門診接待大使分享會及聚餐
24/1/2014

當值不同日子的義工聚首一堂，可見專科門診接待大使陣容龐大。

支援長者離院綜合服務家訪義工隊
31/1/2014

在年初一的日子，義工透過家訪，將溫暖送給離院的獨居長者，非常有意義。

藥房義工分享會及聚餐
20/2/2014

藥劑部對義工的照顧及支援，備受讚賞，真是義工服務的好伙伴。

義工增值班 – 花藝創作

義工專心學習製作襟花之餘，又可建立友誼，看我們多開心。

重點推介

輪椅操作及認識助行器具
日期：28/5(三)
時間：上午 11:30-12:30
地點：律敦治醫院
對象：港島東醫院聯網註冊義工
報名及查詢：2595 6342

生命教育工作坊
日期：12/6(四)
時間：下午 2:30-4:30
地點：東區醫院
對象：港島東醫院聯網註冊義工
報名及查詢：2595 6342

服務名稱	服務內容	服務時間（服務要求：每星期服務一節）	
復康店	當值復康店，協助售賣病人用品	星期一至六 星期一至五	上午 11:00-1:00 下午 3:00-5:00
病房探訪	為住院病人提供關懷慰問及情緒支援	星期二	下午 3:00-5:00
專科門診接待	為專科門診覆診者及出院病人提供院內護送、諮詢、健康資訊等服務	星期一至五	上午 9:30-1:00 下午 2:00-5:00
醫院大堂接待	於大堂及急症室支援病人、家屬及訪客，協助解答查詢、引路、護送及輪椅借用等服務	星期一至五	上午 10:30-12:30 下午 12:30-2:30 下午 2:30-4:30
普通科門診接待	為普通科門診病人提供諮詢、健康資訊等服務	星期一至六 星期一至五	上午 9:15-12:00 下午 2:00-4:30
中心接待	於病人資源中心協助接待處的運作，及解答一般服務查詢	星期一至五	上午 9:30-1:00 下午 2:00-5:00
電話慰問服務	以電話形式為出院病人提供關懷慰問	星期一至六	上午 10:00-1:00
剪髮服務	為住院病人提供剪髮	隔星期六	上午 9:30-12:30
藥房大使	在主座及專科門診藥房服務，為病人派發取藥號碼	星期一至五	上午 10:00-1:30 下午 1:30-5:00
服務推廣	為精神科門診病人提供活動及社區資源介紹、書籍借閱等服務	星期一至五	上午 9:00-11:30 下午 2:00-4:30
癌症病人圖書閣	當值癌症病人圖書閣，協助借還、整理及包裝書籍	星期一至五	上午 10:00-12:30 下午 2:00-4:30
紓緩科關懷服務	為晚期癌症病人提供探訪、康樂活動、臨終關懷等服務	按需要而定	
活動支援服務	籌辦及協助推行病人及義工活動	按需要而定	
藥物包裝組	在藥房工作，數算及包裝藥物	星期一至五	上午 9:00-12:00 下午 1:00- 4:00
藥房熱線	在藥房協助接聽病房熱線	星期一至五	上午 9:30-1:00
病房退藥	將病房剩餘藥物分類數算，以節省資源	星期一至五	上午 9:30-12:30
病歷檔案部文職工作	協助檔案整理及文職工作	星期一至六	上午 9:30-12:30 下午 2:30-5:00
兒童遊戲包製作	協助設計及製作兒童遊戲包	隔星期二	下午 3:00-5:00
部門支援	協助不同部門做資料輸入及文書工作	按需要而定	
縫紉組	為婦產科縫紉夭折嬰兒衣服	按需要而定	

歡迎加入義工行列

義工心聲：在做義工的日子裡，生活十分充實，有機會接觸新事物，結識新朋友，這是我最大收穫

社區服務

本聯網於 2005 年成立了「社區服務」，統籌並建立了貫串整個聯網的七個醫社合作平台及八個專科小組，不但組合及促進了醫社團隊院內外溝通，更集中制定合作模式，加強社區延展復康，改善轉介系統，確認社區復康服務重點，提升病人及家屬自我管理意識，亦發掘更多的資源。

港島東醫院聯網社區服務

電話：2595 6263
負責社工：鄭慧然

「身心健康展英姿」社區活動

現代女性除了要照顧家庭外，大部份還需外出工作，往往忽略了休息、運動及自身健康問題。有見及此，東區醫院聯同筲箕灣柴灣坊眾會於 2014 年 2 月 22 日合辦了一個名為「身心健康展英姿」社區活動，希望藉此提高市民對婦女健康的關注。當日活動超過 200 人參與。活動內容非常豐富，有多個由資深護士、物理治療師及營養師主講的健康講座，加深觀眾們對婦女健康的認知。除了靜態的講座外，同時亦有氣功運動示範，過百名參加者隨著講者在舞台上的示範，學習養生保健的運動，場面十分熱鬧。此外，港島東醫院聯網的社區伙伴亦十分支持此活動，他們舉辦不同的攤位遊戲及派發健康單張，讓參加者獲得更多有關婦女健康的資訊。同時，東區醫院的跨專業團隊亦舉辦多個健康檢測攤位，例如骨質密度檢測、血糖及脂肪比例測試、乳房自我檢查等等，讓參加者更加了解自己的身體狀況，提高參加者對自身健康的關注。

港島東醫院聯網　社區資源錦囊　認知障礙症

為加強醫院與社區的溝通及合作，港島東醫院聯網社區服務已成立多年，已發展多項社區復康計劃、合作模式及轉介系統等等，讓病人從中獲得更適切的持續社區照顧。隨著人口持續老化，本港的認知障礙症（前稱老人痴呆／腦退化症）患者的數量不斷飆升，令大眾對認知障礙症的關注提高。除了藥物治療，復康治療亦非常重要。有見及此，港島東醫院聯網社區服務的長者平台於今年 3 月成立了關注認知障礙症的工作小組。工作小組成員包括醫生、護士、專職醫療、私家醫生及提供認知障礙症服務的社會福利服務單位，合力為認知障礙症患者及家屬提供適切的持續社區照

於港島東各區都設有提供認知障礙症服務的社會服務單位，他們主要的服務如下：

除了以上認知障礙症服務外，地區上安老服務的聯繫及支援、社區教育、個案管理、外展及社區網絡工作、長者支援服務隊、健康教育、教育及發展性活動、發布社區資訊及轉介服務、義工發展、護老者支援服務、社交及康樂活動、飯堂膳食及洗衣服務、偶到服務。

有關各社會服務單位詳情請瀏覽 http://www.healthyhkec.org/resources/elderly/others/ 或掃瞄右方 QR Code 登入港島東健康資源網或向個別服務單位作出查詢。

給認知障礙症患者的鼓勵

多動腦筋，建立興趣，勤做運動都可以延緩病情。正面積極，尋找支援，保持樂觀積極的心態！

給認知障礙症照顧者的鼓勵

照顧認知障礙症患者是艱巨而長期的工作，多關注自己的健康，保持與社會的聯繫，在適當時尋求家人及社區的支援。

資訊及復康資源服務

服務名稱	服務地點	對象
1. 健康資訊站 · 免費借閱書籍、光碟、錄影帶及提供病人組織、社區資源等資料 · 那打素資訊站 · 癌症資訊站 · 精神健康資訊站 · 病人支援站	那打素病人資源中心 主座一樓 癌症病人資源中心 東座一樓 精神健康資源中心 東座一樓 專科門診大樓地下中央登記處 專科門診大樓地庫一樓東翼（近抽血站）	本院病人及其家屬
2. 復康用品售賣服務 提供病人家用醫療用品及營養飲品等	復康店 主座地下	港島東醫院聯網長期病患者 需由醫護人員轉介
3. 復康用品借用服務 借用 # 輪椅、假髮等	那打素病人資源中心 主座一樓 癌症病人資源中心 東座一樓	本院病人 # 需由醫護人員轉介
4. 疾病資訊上網服務	那打素病人資源中心 主座一樓 癌症病人資源中心 東座一樓	本院病人及其家屬
5. 諮詢及轉介服務	各病人資源中心	本院病人及其家屬

熱帶氣旋及暴雨警告訊號下之服務安排

中心開放安排		室內講座及小組活動 （如活動舉行前 3 小時仍懸掛）	戶外活動 （如活動舉行前 3 小時仍懸掛）
熱帶氣旋警告			
1 號	照常開放	如常進行	如常進行
3 號	照常開放	★	活動取消
8 號或以上	停止開放	活動取消	活動取消
暴雨訊號			
黃色	照常開放	如常進行	★
紅色	照常開放	★	活動取消
黑色	停止開放	活動取消	活動取消

本部門將根據實際天氣情況，決定活動是否舉行或取消，並通知參加者有關安排，敬請留意。

服務單位

名稱	服務地點	電話	對象	開放時間
那打素病人資源中心	主座一樓	2595 6342	長期病患者及其家屬、有興趣投入義工服務人士	星期一至五 上午 9:00- 下午 1:00 下午 2:00-5:15 星期六 上午 9:00- 下午 1:00
癌症病人資源中心	東座一樓	2595 4165	癌症病人及家屬	星期一至五 上午 9:00- 下午 1:00 下午 2:00-5:15
精神健康資源中心	東座一樓	2595 4008	精神科病人及家屬	星期一至五 上午 9:00- 下午 1:00 下午 2:00-5:15
復康店	主座地下	2595 6222	港島東醫院聯網長期病患者	星期一至五 上午 11:00- 下午 1:00 下午 3:00-5:00 星期六 上午 11:00- 下午 1:00
港島東醫院聯網社區服務	—	2595 6263	臨床部門、社會服務機構、社區團體	辦公時間 上午 9:00- 下午 1:00 星期一至五 下午 2:00-5:15
星期日及公眾假期休息				

上述部份活動與本院各部門或社區復康機構合辦，活動如有更改，恕另行通知。

電郵：pyneh_prc@ha.org.hk
網址：http://www.healthyhkec.org/
通訊處：東區尤德夫人那打素醫院主座一樓那打素社區及病人資源中心
編輯委員會：黃敏櫻、陳潔明、朱艷雯、蕭喬青