

# 癌症病人支援服務

專為港島東醫院聯網癌症病人及家屬而設的活動

患上癌症，有否令你感到焦慮和不安？癌症病人資源中心為你準備了動靜皆宜的聚會活動，為你提供身心靈調適的機會，以不同類型的社交心理活動增加心靈抗逆力。

<b>改善失眠講座</b> 對象：癌症病人及其家屬 日期：2024年7月8日或11月4日(週一) 時間：上午10:00至11:45 內容：中醫師講解失眠成因、飲食調理；香薰治療師介紹香薰治療，改善睡眠質素。	<b>惜愛自己系列~放鬆減壓香囊製作</b> 對象：癌症病人或康復者(接受治療中病人優先) 日期：2024年9月5日(週四) 時間：上午10:00至11:00 內容：了解失眠成因，教授香囊製作，讓你放鬆心情，改善睡眠質素。
<b>乳你同行! SUPPORT U!</b> 對象：婦科癌及乳癌病人或康復者 日期：2024年11月15日(週五) 時間：上午10:00至11:30 內容：性健康講座及同路人分享復康心得。	<b>靜觀體驗工作坊</b> 對象：癌症病人或康復者 日期：2024年9月4日(週三) 時間：上午10:00至中午12:30 內容：靜觀有助改善失眠、疲憊及痛症，並調節情緒。
<b>心靈抒發~禪繞畫 Zentangle</b> 對象：癌症病人及或康復者 日期：2024年7月12日或9月13日(週五) 時間：下午2:30至4:00 內容：通過分享禪繞畫，培養興趣，發揮藝術潛能，從而得以陶冶性情。	<b>茗間情~腸胃科癌症病人支援小組</b> 對象：腸癌、胃癌病人及其家屬 日期：2024年7月17日、9月25日或11月20日(週三) 時間：下午2:30至4:00 內容：過來人分享腸、胃科癌症護理知識及社區資源，互相扶持，積極面對癌症。

東區尤德夫人那打素醫院 癌症病人資源中心  
本院東座一樓 電話：2595 4165 傳真：2557 1005  
網址：www.healthyhkec.org



## 報名表

**\*\*請填妥後帶同此回條，交回東座一樓癌症病人資源中心。多謝合作！\*\***  
我將會  出席(必須填寫以下部份) /  不出席 這為新症病人而設的課程。

姓名：\_\_\_\_\_ 性別：男/女 電話：\_\_\_\_\_ (手提) \_\_\_\_\_ (家)

醫院號碼或身份証號碼：\_\_\_\_\_ 所患的病類：\_\_\_\_\_ 癌

參加活動 (可☑多項)：

- |   |          |  |          |
|---|----------|--|----------|
| <input type="checkbox"/> 改善失眠講座             | 日期：_____ | <input type="checkbox"/> 放鬆減壓香囊製作        | 日期：_____ |
| <input type="checkbox"/> 乳你同行! Support U!   | 日期：_____ | <input type="checkbox"/> 靜觀體驗工作坊         | 日期：_____ |
| <input type="checkbox"/> 心靈抒發~禪繞畫 Zentangle | 日期：_____ | <input type="checkbox"/> 茗間情~腸胃科癌症病人支援小組 | 日期：_____ |
| <input type="checkbox"/> 腸癌及造口病人護理分享        | 日期：_____ | <input type="checkbox"/> 超越復發的恐懼         | 日期：_____ |
| <input type="checkbox"/> 癌症病人吃什麼?           | 日期：_____ | <input type="checkbox"/> 前列腺癌症護理及支援小組    | 日期：_____ |
| <input type="checkbox"/> 婦科癌護理須知            | 日期：_____ |  |          |

# 癌症新症講座系列

專為港島東醫院聯網癌症病人及家屬而設的講座

<p><b>腸癌治療須知、造口病人護理分享</b> 對象：腸癌或造口(泌尿、腸道)病人及家屬 日期：2024年6月20日或9月19日(週四) 時間：上午10:00至12:00 講者：營養師、過來人 內容：如何在治療期間保持充足營養、康復者的復康心得和經驗分享。</p>	<p><b>超越復發的恐懼</b> 對象：癌症病人、康復者或家屬 日期：2024年11月18日(週一) 時間：上午10:30至11:30 講者：臨床心理學家、曾復發的康復者義工 內容：如何突破恐懼心理、學習處理恐懼技巧、繼續積極的生活及過來人經驗分享。</p>
<p><b>癌症病人吃什麼？</b> 對象：癌症新症病人及其家屬 日期：2024年7月15日或10月14日(週一) 時間：上午10:00至11:30 講者：營養師 內容：如何在治療期間保持充足營養、癌症治療副作用飲食建議及康復者須知。</p>	<p><b>前列腺癌症護理及支援小組</b> 對象：前列腺癌新症病人及家屬 第一節：2024年5月23日或9月19日(週四) 時間：下午2:30至4:00 講者：腫瘤科醫生、放射治療師及護士 第二節：2024年6月27日或10月24日(週四) 時間：下午3:00至4:30 講者：營養師、過來人 第三節：2024年7月25日或11月28日(週四) 時間：下午2:30至4:00 講者：醫生、性治療師 第四節*：2024年8月22日或12月19日(週四) 時間：下午2:30至4:30 * 第四節活動地點：北角癌症基金會 講者：癌協社工、過來人 內容：如何在治療期間保持充足營養、手術前後之治療的護理須知、康復者的復康心得和經驗分享、從身心靈角度看如何治療癌症，促進復康。</p>
<p><b>婦科癌護理須知</b> 對象：婦科癌新症病人及家屬 第一節：2024年6月4日或8月6日(週二) 時間：下午2:30至3:30 講者：腫瘤科護士 第二節：2024年7月16日或10月22日(週二) 時間：下午2:30至3:30 講者：婦產科醫生及護士 第三節*：2024年7月17日或11月27日(週三) 時間：下午4:00至5:30 * 第三節活動地點：中環癌症基金會 講者：癌協社工及物理治療師 內容：婦科癌手術前後、治療期間及復康後的護理知識、認識社區資源及預防下肢淋巴水腫運動。</p>	

東區尤德夫人那打素醫院

癌症病人資源中心

本院東座一樓

電話：2595 4165 傳真：2557 1005

網址：[www.healthyhkec.org](http://www.healthyhkec.org)



開放時間：星期一至星期五 上午9時至下午1時  
下午2時至5時15分  
星期六、日及公眾假期休息

修版日期：2024年5月