

# 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、康復者及家屬 日期：2025年3月3日或7月7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>靜觀體驗工作坊</b> 對象：癌症病人或康復者 日期：2025年3月5日(週三) 時間：上午10:00至12:30 內容：靜觀練習(專注呼吸、身體掃描)有助改善失眠、疲憊及痛症，並調節情緒。
<b>乳你同行! SUPPORT U!</b> 對象：婦科癌、乳癌病人或康復者 日期：2025年5月16日或11月21日(週五) 時間：上午10:00至11:30 內容：性健康講座、展晴社朋輩義工分享復康心得。	<b>義乳服務全接觸</b> 對象：乳癌病人、康復者及家屬 日期：2025年2月20日或6月19日(週四) 時間：下午3:00至4:00 內容：義乳選擇、特制胸圍、更改內衣及朋輩義工分享。
<b>心靈抒發~禪繞畫 Zentangle</b> 對象：癌症病人或康復者 日期：2025年1月10日或3月14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、胃癌病人及家屬 日期：2025年1月22日或3月19日(週三) 時間：下午2:30至4:00 內容：茗間情朋輩義工分享腸、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](http://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"/> 靜觀體驗工作坊         | 日期：_____ |
| <input type="checkbox"/> 乳你同行! Support U!   | 日期：_____ | <input type="checkbox"/> 義乳服務全接觸         | 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、造口(泌尿、腸道)病人及家屬 日期：2025年3月20日或6月19日(週四) 時間：上午10:00至12:00 講者：營養師、香港造口人協會或茗間情朋輩義工 內容：如何在治療期間保持充足營養、朋輩義工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、康復者及家屬 日期：2025年5月19日或11月17日(週一) 時間：上午10:30至11:30 講者：臨床心理學家、曾復發的朋輩義工 內容：如何突破恐懼心理、學習處理恐懼技巧、繼續積極的生活及朋輩義工經驗分享。</p>
<p><b>癌症病人吃什麼？</b> 對象：癌症新症病人及家屬 日期：2025年1月13日或4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：2025年1月23日或5月22日(週四) 時間：下午2:30至4:30 講者：腫瘤科醫生、放射治療師及護士 第二節：2025年2月27日或6月26日(週四) 時間：下午3:00至4:30 講者：營養師、華樂會朋輩義工 第三節：2025年3月27日或7月24日(週四) 時間：下午2:30至4:00 講者：醫生、性治療師 第四節*：2025年4月24日或8月28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、華樂會朋輩義工 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、華樂會朋輩義工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：2025年2月4日、4月1日或6月3日(週二) 時間：下午2:30至3:30 講者：腫瘤科護士 第二節：2025年1月21日或4月15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*：2025年2月26日或7月9日(週三) 時間：下午4:00至5:30 講者：癌協社工及物理治療師 * 第三節活動地點：中環癌症基金會 內容：認識婦科癌手術前後、治療期間及復康後的護理知識、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