

癌症病人支援服務

專為港島東醫院聯網癌症病人及照顧者而設的活動

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。

改善失眠講座 對象：癌症病人、康復者及照顧者 日期：2026年3月2日或7月6日(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。	靜觀體驗工作坊 對象：癌症病人或康復者 日期：2026年3月4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
乳你同行! SUPPORT U! 對象：婦科癌、乳癌病人或康復者 日期：2026年5月22日或11月20日(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。	義乳服務全接觸 對象：乳癌病人、康復者及照顧者 日期：2026年2月26日或6月18日(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。
心靈抒發~禪繞畫 Zentangle 對象：癌症病人或康復者 日期：2026年1月9日、3月13日或5月15日(五) 時間：下午2:30至4:00 內容：通過禪繞畫，培養興趣，發揮藝術潛能，從而得以陶冶性情。	茗間情~腸胃科癌症病人支援小組 對象：腸癌、胃癌病人及照顧者 日期：2026年1月21日、3月18日或5月20日(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



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"/> 癌症病人吃什麼? | 日期：_____ | <input type="checkbox"/> 超越復發的恐懼 | 日期：_____ |
| <input type="checkbox"/> 腸癌及造口護理分享 | 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照顧者而設的講座

癌症病人吃什麼？ 對象：癌症新症病人及照顧者 日期：2026年1月12日、4月20日或7月13日(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。	超越復發的恐懼 對象：癌症病人、康復者及照顧者 日期：2026年5月18日或11月16日(一) 時間：上午10:30至12:00 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。
腸癌治療須知及造口護理分享 對象：腸癌、造口(泌尿、腸道)病人及照顧者 日期：2026年3月19日或6月18日(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。	前列腺癌症護理及支援小組 對象：前列腺癌新症病人及照顧者 第一節：2026年1月15日或5月14日(四) 時間：下午2:30至4:30 講者：腫瘤科醫生、護士、放射治療師及防癌會職員 第二節：2026年2月12日或6月11日(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：2026年3月12日或7月9日(四) 時間：下午2:30至4:00 講者：外科醫生、性治療師 第四節*：2026年4月9日或8月13日(四) 時間：下午2:30至4:30 講者：癌協社工、華樂會朋輩義工 * 第四節活動地點：北角癌症基金會 內容：如何在治療期間保持充足營養、手術及治療前後的護理須知、華樂會朋輩義工復康心得和經驗分享、認識社區資源及從身心靈角度看，如何治療癌症，促進復康。
婦科癌護理須知 對象：婦科癌新症病人及照顧者 第一節：2026年2月3日或4月14日(二) 時間：下午2:30至3:30 講者：腫瘤科護士 第二節：2026年1月20日或4月28日(二) 時間：下午2:30至3:30 講者：婦產科醫生及護士 第三節*：2026年2月25日(三) 時間：下午4:00至5:30 講者：癌協社工、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；認識社區資源及預防下肢淋巴水腫運動。	

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



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