

編輯小組：東區尤德夫人那打素醫院癌症病人資源中心 - 梁溢珈女士(社工)  
東區尤德夫人那打素醫院癌症病人資源中心 - 周莉露女士(社工)  
香港專業教育學院(葵涌) 應用科學系講師黃美娟女士

參與學生：香港專業教育學院(沙田) - 應用科學系

護理義工隊(2013/14)

蕭詠璇、龍嘉欣、羅筱希、高穎雯、利欣庭、方文龍、  
梁雅媛、許穎姿、蔡俊賢、何綺鈴、劉秋玲。

香港專業教育學院(葵涌) - 應用科學系

長者社區保健護理高級文憑學生(2014/15)

李嘉雯、李鈺婷、凌敏君、陸洁文、林伽芷、麥寶霞、  
莫巧茵、顏珮珊、薛敏兒、孫子恩、曾夢婷、謝愷程、  
黃俊恩、王小恩、殷素雯。

特別鳴謝：十位受訪癌症病人

協助及參與東區醫院癌症病人資源中心工作坊的人仕

出版日期：2016年6月

東區尤德夫人那打素醫院  
癌症病人資源中心

服務地點

癌症病人資源中心

東座大樓一樓

癌症病人支援站(互心軒)

東座大樓地庫一樓

癌症病人圖書閣

東座大樓地庫二樓

開放時間

星期一至五 上午九時至下午一時  
下午二時至五時十五分

星期六、日及公眾假期休息

電話：2595 4165

傳真：2557 1005

電郵：pyneh\_prc@ha.org.hk

網址：<http://www.healthyhkec.org/>



# 樂活

## 癌症復康路上的分享錦囊



東區尤德夫人那打素醫院

PAMELA YOODE NETHERSOLE EASTERN HOSPITAL

癌症病人資源中心

# 序一

「生、老、病、死」是我們每個人都必需經歷的考驗，這些考驗人人平等，不論年齡、性別、國籍、貧富，都會發生，沒有例外。有些人，嘗試掙扎，面對時充滿痛苦；也有些人，學習坦然接受，面對時反倒平和自然，分別到底在哪裡？

於醫院裡，最經常面對的就是疾病，既然生病已是一個既定的事實，我們社工的工作就是讓病人能夠「病得好一點」。癌症病人資源中心自成立以來，一直陪伴著每位癌症病人及家屬，給予支援及見證著他們的轉化及成長。根據病人不同階段的需要，癌症病人資源中心安排相對應的社會心理支援服務，如講座系列及各式各樣的治療小組，讓病人和家屬可以對病症和治療有更多的了解及適應。更安排朋輩之間的分享，帶動彼此之間的溝通和鼓勵，讓他們建立起互助的網絡以達到快樂活好每一天。

過去兩年，能夠得到香港專業教育學生的學生義工幫忙，聆聽及訪問癌症病人背後的故事。書中結集了十位癌症病人的故事，每個故事都記載著他們面對疾病時的甜、酸、苦、辣。從他們的經歷中，我們能夠見證，生命不一定順遂，但只有樂觀面對，才能令生命活出彩虹。

這個年度亦都再將服務發展，發展成為每個星期五都會於癌症病人圖書館舉行的一樂活星期五計劃。計劃十分豐富，有不同的活動，鼓勵病人及家屬可以以畫畫、手工創作等抒發情緒。活動更加可以連結病人的心聲和彼此間的鼓勵，連同癌症病人的故事，結集成書。

期望這些過來人與義工的力量，能夠透過書紙傳達給每一位。鼓勵每一位能夠笑對逆境，於病苦中發掘新的一片樂活天空。

東區尤德夫人那打素醫院  
社區及病人資源部  
部門經理  
黃敏櫻女士  
二零一六年夏



## 序二

生病既不能逃避亦不能選擇，但我們卻可以選擇怎樣去面對！

癌症病人資源中心的環境舒適恬靜，讓人心境頓時得到平靜。中心為不同階段的病人提供了很多的相關書籍、舒緩治療活動及講座等，讓病人仍能過著豐盛人生，讓病人與家屬明白中心的同事及義工會與他們同行，使他們得到心靈治癒。

我校－香港專業教育學院(葵涌)應用科學系十分感激癌症病人資源中心給予學生們一個很珍貴的義工活動經驗，讓他們能在每一個星期五以小組活動的形式，教授病人及家屬手工藝，使學生們能與病人及家屬之間有一個很好的溝通橋樑，對於他們將來工作時待人接物的態度有很大的裨益。此外，學生們很享受與病人相處、分享往事及經歷的時光。而且病人積極地面對人生的表現，也讓學生們有所反思及得著，令他們在學習過程中更加成長。

希望能夠透過此小書冊啟發到每一位抗病勇士以及家屬，選擇一個正面、積極的態度去面對，每天都過著精彩人生！

香港專業教育學院-應用科學系

# 目錄

## 癌症病人分享

選擇	1
每天都賺！	3
你能否放下執着？	5
翱翔天際的BIRD	7
我還有幸福	9
信心戰勝一切	11
愛拼才會贏	13
乳友共聚	15
每天笑多點，世界更美妙	17
幸福要多走一步	19

## 樂活 - 義工感想(1 — 4 )

癌症病人資源中心簡介	21
------------	----

25

「做人要識得欣賞自己，識得從另一個角度睇。」Leo說。

一個寂靜的晚上，Leo如常地在大廈做保安，如常地在大堂練舞。半夜十二時的一刻，他從褲袋裡拿出了口琴，吹奏著葉倩文的《祝福》。此情此景，令Leo默然回首十八年來的往事。

「我叫Leo，是一間廣告公司職員，平日工作壓力很大，日夜顛倒。近來發現排便時有出血，我起初以為是熱氣，沒有特別留意，以為飲幾杯涼茶、多休息便會回復正常。後來，因為情況持續，所以我決定去診所問個明白，結果……

醫生替Leo打顯影藥做檢查，之後發現不明物體，醫生隨即安排Leo入院做內窺鏡檢查及抽組織化驗。化驗結果證實Leo患上結腸癌，醫生便立即替Leo做切除癌細胞手術。當時Leo得知自己確實患有癌症時，他並沒有逃避，反而樂觀面對並接受這個事實。不幸地，手術後，發現有九粒淋巴結有擴散的跡象，其中七粒危險，但找不到有擴散到其他器官的跡象，所以要打化療針，為期一年，每星期一次。面對這個療程安排，Leo面有難色。

# 選擇

義工同學：羅筱希，龍嘉欣，蕭詠璇

同路人：Leo

病歷：結腸癌

Leo雖然接受到自己有癌症，但卻接受不到每逢星期四也要注射毒藥入身體，更因此導致失眠，他形容當時好像被癌症牽著走一樣，每天都擔心星期四要打針。當時Leo家人不斷地告訴他，不用擔心，面對死亡又好，癌症也好，還是打針，家人都一定在他身旁支持他、陪伴他。即使如此，Leo仍無法釋懷，直到有一晚失眠，他走出大廳，按了一下電視的開關制，電視正播放著電影《呆佬拜壽》，突然，Leo被它一言驚醒。

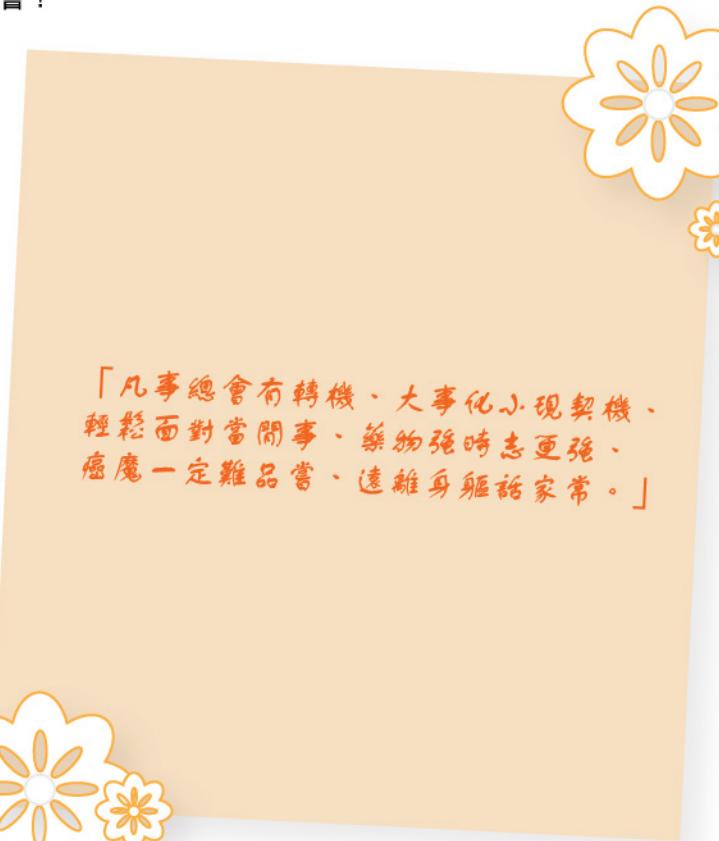
「年年有今日，歲歲有今朝，長命百歲」這是梁醒波在戲中的一句對白。Leo 聽後好像被當頭棒喝般，甚麼也想通了。他想通了打化療針只是一年，假設自己有一百歲命，打一個化療針療程只佔人生的百分之一，所以即管“豪俾佢”，不管何時死，不管毒藥有多毒。將癌症人物化，當他是敵人，不單止要跟他打場仗，更要贏得漂漂亮亮。就是這句劇本對白，令Leo由害怕、打算放棄，到積極、無懼地去面對。治療期間，Leo一直沒有戒口，朋友說不能進食其摯愛的鯉魚煲，即使他明白朋友的關心，但亦沒有理會，一直跟從自己的喜好進食，因為Leo認為打化療針的毒一定比鯉魚煲更毒，所以他瀟灑地說：「吃了再算吧！」

當發現有癌症時，醫院所有醫護人員都很友善，用心為病人服務，而且地方很潔淨，令Leo很放心，因此他不太害怕面對。有一晚住院，護士用她溫柔的手輕輕地拍了一拍他的手臂，示意現在替他抽血，叫他不用怕。抽完血，護士跟Leo說：「不用怕，已經抽完血，很快可以出院了，你繼續休息吧！」這件事深深打動了Leo的心，令他感覺很溫暖、很親切，幾乎完全感覺不到抽過血，現在每次回想都能感受到那種感覺。

自從那次感受，Leo很想去幫助其他同路人，所以他下次決心去做義工，治療後，他到南朗醫院做癌症科義工，因為自己曾經從鬼門關逃脫，能較輕鬆探討癌症或死亡，並分享對死亡的看法。正因Leo是過來人，他跟病人溝通時，不只是言語上，更是透過心靈上，令病人較安心。做義工期間，有病友要求Leo唱歌，但他不懂，又不想令病友失望，加上他亦相信音樂可以放鬆緊張的心情，於是為此去學口琴。為了不想病友在探訪後心情回復低落，所以他約定病友每日午夜十二時，若然病友仍未入睡，就哼葉倩文的《祝福》，Leo也會同時拿出口琴吹奏此曲，不論當時他在哪裡、在做甚麼，他亦會遵守承諾。

每一個同路人代表每一個故事，每個故事都有自己感人的地方，跟病友做朋友，因為有共同情況或共同話題，感情可能比家人更好，Leo享受這種心靈交往。癌症不幸選了Leo，但Leo選擇積極面對，選擇不幸中仍開心快樂地生活，所以大家又何必令不幸再加重。

「凡事總會有轉機、大事化小現契機、輕鬆面對當閒事、藥物強時志更強、癌魔一定難品嘗、遠離身軀話家常。」這是Leo精心為大家準備的勉勵話，送給大家細味品嘗！



「凡事總會有轉機、大事化小現契機、  
輕鬆面對當閒事、藥物強時志更強、  
癌魔一定難品嘗、遠離身軀話家常。」

「I am what I am  
我永遠都愛這樣的我  
快樂是 快樂的方式不只一種  
最榮幸是 誰都是造物者的光榮  
不用閃躲 為我喜歡的生活而活  
不用粉墨 就站在光明的角落  
#我就是我 是顏色不一樣的煙火  
天空海闊 要做最堅強的泡沫  
我喜歡我 讓薔薇開出一種結果  
孤獨的沙漠裡 一樣盛放的赤裸裸#  
多麼高興 在琉璃屋中快樂生活  
對世界說 什麼是光明和磊落」

一首張國榮的金曲《我》(國語版)，除了表達了對生命的珍惜與熱誠外，同時也包含了一份不服輸、不放棄的精神。

一位2008年患有乳癌的黃女士，究竟她故事又是怎樣的呢？

# 每天都賺！

義工同學：高穎雯

同路人：黃女士

病歷：乳癌

診症醫生：「黃女士，妳的乳房造影檢查報告中，確實乳房內7cm的硬塊乃屬於惡性，而且有二十多粒淋巴受到影響。」

對於這個消息，黃女士當時十分冷靜，既沒

有抱怨也沒有大吵大鬧，直至看見了家人，眼淚才從眼眶內湧出來了。當然黃女士與她的家人也明白到立刻採取治療才是最佳方案，所以盡快安排了整個乳房切除手術。

為了不讓年老的母親擔驚受怕，黃女士告知她只是入醫院進行一個簡單的手術。手術當天，雖然還未到探病時間，但當黃女士手術完畢麻醉藥散後一睜開眼，第一眼就看見所有家人就站在她的眼前。後來護士向她透露，家人自她進入手術室裏，就一直待在門外半步也沒離開。護士們都因為她的家人而感動，所以才額外批准他們在非探病時間靜靜地探望黃女士。

手術過後，化療療程也隨之而開始。第一針，除了有少少頭暈、疲倦外，四日後還出現嘔吐。雖然如此，黃女士對自己有無比的信心可以痊癒。第二針，頭髮開始出現有脫落的現象。第三針，頭髮差不多已經全脫落，而且化療還令她的手部出現皮膚乾燥，手指甲邊也變黑。日子一天一天的過去，最後透過速癒素的幫助，療程終於完成。療程過後，黃女士還於一間小飾物店工作。

今天，癌細胞在黃女仕身體裏已經出現轉移的情況，導致腰骨出現疼痛。家人也依舊每天都打電話給黃女仕，給予她關心與無限支持。她也繼續以「每天都賺」、「開心又要過日子；不開心更要過日子」的平常心每天過日子。而且她更於資源中心當義工，為同路人分享、編織冷帽送給化療的病友等等的服務。

黃女仕的身上，所看見的不單單只是一份積極樂觀的心，還有一份自強不息的勇氣。她也以一份平常心去面對，視癌病為一個會扭計的老朋友與它共存。癌病並不是人生最可怕的東西，最可怕的是對人生已經失去了盼望，早早說放棄。人的生命就好像一盒顏色筆，每一種時期代表一種顏色。其實每種顏色都有它的美，在乎你以什麼角度去欣賞這種顏色，以甚麼角度去面對困難去面對癌症。除此之外，黃女仕與家人之間包含著一份濃濃的愛，家人間的支持與鼓勵給予她一份無形的動力。幸福當然不是必然，但愛絕對是無私的、無價的。

最後，黃女仕很希望向她的家人說聲：「謝謝！」

同時也希望向同路人說：  
「今天我都能夠健康活下去，你們也可以的！」



**初次**接觸平平，她給我的感覺是：她是一個很喜歡分享、樂於助人的女士。她不但學術水平高而且多才多藝。在訪問中她毫不吝嗇地指點我這個後輩，令我獲益良多。她告訴我，她說她從前性格固執，現在卻較易相處得多了。聽她這樣說真是想像不到她從前是個既悲觀且固執的人，坐在我面前的她給我的感覺是一個“快樂人”。

2010年平平證實患上了乳癌，當時她大受打擊，不但拒絕接受療養，而且打算結束自己的生命，「果陣我同醫生講，醫生，我唔想玩啦。」她憶述。幸好，當時心靈走進死胡同的平平獲醫生安撫，還被安排加入癌症病人資源中心，參加同路人分享會，同路人的分享鼓勵了平平學會面對癌病，成功的個案也為她帶來了希望。這個分享令她建立了信心及準備去面對往後的治療。平

平希望鼓勵大家有心事的時候，可以親臨癌症資源中心找同路人傾訴，千萬不要把心事都藏起，害自己走進死胡同。

# 你能否 放下執着？

義工同學：利欣庭  
同路人：平平  
病歷：乳癌

在治癌的歷程中，平平積極參與癌症資源中心舉辦的活動。她對處理癌症復發的恐懼印象尤其深刻，因為這是一個心理關口，過程中她把心中多年的鬱結都釋放，把從前的壓力一一放下，把所有痛苦的經歷都抒發出來。她告訴我，癌症病人經常面對的問題就是不懂把心靈上的結解開，而心靈上的負擔絕對會影響病情。其實要打敗癌魔的貼士是不要逞強，因為真正影響病情的是壓力和執着。所以應該把一切都放下，輕鬆的面對。平平說：「其實cancer咁同傷風感冒一樣都係病，只係勁啲啫。多啲參加醫院嘅活動，呢個係走出心魔嘅其中一個方法，抒發所有心裡面抑壓的情緒出來，壓力自然消失」，見到她現在如此輕鬆自在，真替她高興。

Don't take it to heart！在抗癌路上的一點一滴，令平平處事態度有所改變，也令她對自己的人生觀昇華。由原來固執、過分認真轉變為能輕鬆面對每件事。未來，她會繼續當義工，一方面她希望自己的故事可以鼓勵他人積極面對，另一方面，她希望在義工工作當中可以得到喜樂和滿足，因為她認為施予的感覺是很美妙的。

最後平平希望用這段說話鼓勵大家積極面對人生。

"甚麼事情都總會過去，幾辛苦都會過去的，讓時間過去，把心中的結解開，你便可以重來"

"甚麼事情都總會過去，  
幾辛苦都會過的，  
讓時間過去，  
把心中的結解開，  
你便可以重來。"

**常聽說「人生如夢，夢如人生」。**我們常常憧憬在有生之年要創一番事業，能夠晉升到某一個位置，擁有很多錢，吃的都是最好，例如名人飯堂的鮑蔥翅肚，住的要是西貢一幢樓高4層5千多呎的洋房便是最好，總希望自己的人生是美夢一場。不過人生豈能盡如人意，Bird是個乳癌病人，對她來說癌症好像是個惡夢，影響了她的一切，包括生活習慣，但她還是一樣樂觀地面對，以笑容取代病容，在抗癌路上留下充滿生命力的腳印。

2010年7月，Bird感到右胸有點不舒服，經初步的自我檢查後，發現有小硬塊，心知不妙，心裡有點恐懼，害她睡得不好，因為問題不斷在腦海中盤旋著。後來她鼓起勇氣預約婦科檢查，為了進一步了解她的病情，醫生轉介她到專科照x-ray和抽針化驗，確診患上了第一期乳癌。在癌細胞未有擴散前，醫生建議她動手術，切除受影響的部份，由於排期動手術的日子與兒子婚禮的日子很接近，她很希望能夠出席，和眾親友一同見證兒子在浪漫的旋律下讀出結婚誓詞，親身去祝福兩位新人。醫生得悉後，義不容辭，立即替她安排提前手術的日期，好讓她在兒子的婚禮前有足夠時間休息、適應。

# 翱翔天際 的BIRD

**義工同學: 方文龍**

**同路人: BIRD**

**病歷: 乳癌**

肯定它是一個怎樣的細胞。由於是自費的，加上費用也不太便宜，但是為了自身安全為由，又可查個水落石出，她還是硬著頭皮去照。過了三天，醫院的電話打來了，說報告不太樂觀，要回來覆診，霎時晴天霹靂，心情很不好受，但是她馬上冷靜過來，因為收到電話時兒子正在家中，她為了顧及家人方面，不想他們過份擔心，反而想到一個萬全之策，證明她可以解決的，才告訴家人。也因為這份貼心，她贏得家人的支持，特別是妹妹和姐姐，她們分別都住得很遠，但是地域的限制沒有阻礙她們團結抗癌的心，反令她們的親情更進一步。在六針化療藥中，妹妹和姐姐都會預先請假，整個療程都對她不離不棄，陪伴左右，姐姐還跟她說了一句令她永遠也忘不了的一句話「我寧願有事的是我，而不是你」，簡簡單單的幾個字，剎那間湊出一個非常窩心的意思，聽出一個甜絲絲的感覺。除了醫生的六針化療外，家人姊妹們也為她打了一支強心針，一起對抗著第四期的癌症。

在訪問Bird的時候，我問她關於患癌前後的轉變。當時她笑著跟我說：「原來我的藝術天份也不錯」。我有點不解，她隨即說是妹妹跟她說的，原來從前的她是個

轉眼間，一年時間過了，正當她的身體慢慢康復起來，疤痕上又長上了小肉芽，因害怕病情有異，她二話不說，排期覆診，希望追查原因，但是覆診時肉芽又離奇變小，醫生解釋肉芽如果是良性的會自動縮小，手術也未必要做，發現是虛驚一場，她頓時放下心頭大石。

2012年4月，小肉芽又在疤痕上出現了，如是者，她再覆診，醫生建議照正電子掃描能夠看到它的組織、

大忙人，沒什麼時間去畫畫、攝影、做一些小手工送給朋友，現在她多了時間去享受生活，她明白到家人朋友的重要性，亦同時得到他們支持、鼓勵，特別是其中的一位朋友，為了她的病情而失眠，心情變得低落，反過來換她去安慰朋友，再約出來證明自己很精神、吃的好、睡的好，不用太擔心她。就是這個朋友，她更認為身體的健康有另一個好處，一來可以令自己心身強壯，二來是他們看到自己精神抖擻、活得多姿多采也不會太過操心。

最後，Bird 希望藉此多謝朋友、家人的支持和鼓勵，因為他們，Bird 才可以支持下去。其次還要多謝替她改手術期的醫生，因為手術改期，她才可以見證兒子成家立室。還有現在覆診的醫生，因為他的說話方式令病人很舒服，減少不少壓力。

癌症對很多人來說都是個惡夢，令人恐懼，心靈和身體上都會受到打擊，但是我們卻可以選擇一條讓自己活得開心，家人朋友放心的路來行，踏出生命強者的腳印，其實也是另一種獲得、領悟、生命的傳奇。

參加癌症病人資源中心不同的活動，可令生活更豐盛，不要只是想著自己的病情，而變得負面。不要常常問為什麼會是自己得了癌症，要積極的走一條正路，勇敢面對，行出來，跟信任的朋友說，所謂一人計短，二人計長。

癌症對很多人來說都是個惡夢，令人恐懼，心靈和身體上都會受到打擊，但是我們卻可以選擇一條讓自己活得開心，家人朋友放心的路來行，踏出生命強者的腳印，其實也是另一種獲得、領悟、生命的傳奇。

## 第一次見面

第一次見到新新的那一天，留着短髮的她一臉歡容地走進來。玩小遊戲時，她用來形容自己的那幅畫亦充滿色彩，跟我預設的一臉愁容和沒有色彩的圖畫截然不同，我心裡不禁鬆了一口氣地道：「應該也是復康者吧？」。然而言談間才發現原來她去年九月才發現卵巢有長達12公分的腫瘤。因此，我又開始緊張起來，我說話用字應該要小心點？如果她說到哭起來又該怎辦呢？她會信任我把故事的全部說出來嗎？她會很辛苦嗎？……

## 第二次見面

第二次看見她一臉疲憊，她說因為剛打了化療藥的原故，我很擔心她會太累。但是新新依然跟我們談得不亦樂乎，像把所有疲憊都拋諸腦後。

### 她的故事

新新在九月發現腫瘤後，當然一開始不能接受，她還考慮過動不動手術。但後來她亦開始慢慢接受，手術前還會看有關自己「敵人」的書籍和小冊子，所謂

「知己知彼，百戰百勝」，先要了解自己的敵人，好讓自己有個心理準備。

# 我還有 幸 福

義工同學：梁雅媛

同路人：新新

病歷：卵巢癌

手術完成後，要接受化療，新新起初不能接受化妝，但自從化療令到毛髮掉落後，她參加了癌症病人資源中心舉辦的「蛻變的美麗」，學懂怎樣畫眉，帶假髮，也學會了化妝的技巧，毛髮掉落帶來的困擾現在也不成問題，心態當然也自若。

問到她除了「蛻變的美麗」外，還有哪個活動值得推薦，她介紹了「與癌共舞~活出新天地」，這個活動包含了三個不同的課堂，其中「愛笑瑜伽」是新新最為推薦的。她上這課時湊巧因為白血球數量不足而被迫暫停一次化療，她的心情糟透了，然而老師教她即使不想笑，也要假笑欺騙自己身體，果然能令到自己身心都即時放輕鬆了，真管用。

### 感恩的事

在生病的時候，有家人扶持是讓人心靈感到最溫暖的。當新新得悉有癌症後，她的丈夫不但沒有放棄她，嫌棄她，反而陪伴着她，陪她見醫生，住院時探望她，還會貼心地兼顧家務。

除了丈夫，新新還感恩她遇上了三個實習姑娘。手術過後的新新很辛苦，一開始還不能離開床。有一次，她想試試離開床活動一下，那三個姑娘立即上前幫助她、扶着她並替她拿着嗎啡機、尿袋和引流管子。除此之外，她們還間中走過替她拉好壓力襪，關心地問候她幾句，讓痛苦、沉悶的住院生活變得多了姿彩。

## 癌症是源自壓力、心結？

有人說癌症是鬱出來的，而新新的壓力主要來自兒子的學業問題。但經過患癌後，新新亦看開了，現在的她只想人生應該怎麼活下去，即使癌細胞擴散也要快樂地度過。只要以平常心地過，讓身邊的人都快樂地過就滿足了。她希望在病情穩定後和丈夫一起去旅行，過幸福的二人世界。不論去哪裡，只要一家人在一起就好了。

### 給同路人的話

新新說患癌後最重要的是要正視和深入。認識自己的癌症，當你有了心理準備，預知你的抗癌路會是如何後，你便能處之泰然。還有，要多參與癌症病人資源中心的活動，與病友互相鼓勵，聽同路人分享自己故事，開放自己的心，笑能夠醫病。「每日樸實地，以平常心地過，開心地過。」



「每日樸實地，以平常心地過，  
開心地過。」



**晴朗的下午**，GARY 剛旅行回來，這次的旅遊地點是馬來西亞，新奇刺激的潛水活動令他像充了電一樣，幹勁十足。回港後數星期，他發覺耳朵的聽力突然下降了，所以他及時就醫，但是醫生經過檢查後並沒有發現任何問題，只是提供了一些藥物而已。然而情況沒有好轉，而且早上經常流出少量血絲，這個問題纏擾他已經4、5個月的時間了。直到一天，他的鼻孔突然間流出大量鼻血，而且長流不息，於是再一次去求診。醫生為他檢查了頸部淋巴，發現不尋常，建議他抽血化驗。2010年。報告證實GARY患上了鼻咽癌，他的情況需要立即到東區醫院排期接受治療。

收到這個突如其來的消息，GARY並沒有像其他人一樣感到很意外，或是很傷心反而他對這一切都非常平靜。因為他記得在他媽媽患上癌症時，說了一句"老天爺，媽媽年紀大，身體也不算強壯，

恐怕受不了化療，電療之苦，就讓我們承受吧"，所以GARY好像一早有了心理準備。再者，他認為生老病死乃人生必然之事。60歲，80歲，100歲，對他而言，只是一個數字。

# 信心 戰勝一切

**義工同學：許穎姿**  
**同路人：Gary**  
**病歷：鼻咽癌**

單身的GARY本來沒有打算告知家人這個消息，患上癌症始終是一件很大的事情，最後他也向弟弟及媽媽坦白。雖然GARY的家人表面上都很平靜。但其實他們都在心

底裡替他擔心。有時候，無聲勝有聲，只是向弟弟說了一句“哥哥沒那麼容易認輸的。

經過詳細檢驗後，GARY的鼻咽癌已擴散到第四期，醫生說康復率只有30-40%，即使如此，GARY並沒有感到灰心，相反他正面去面對，更相信自己的意志及體質比普通人好，康復的機會比較大。檢驗後，化療的治療很快便開始了。很多人都因為化療引起的副作用感到十分難受，但在整個過程中，GARY只是覺得比平時累了點，沒有太大的副作用。直到電療，副作用對他的影響增加了，開始感到沒有胃口，身體亦感到疲累，但沒有經常作嘔。不過，GARY並沒有放棄，決心與病魔搏鬥。療程的效果出奇地好，醫生亦驚訝GARY的癌指數由原來的13萬降至5百多。這一切都令GARY

深信自己的病能夠痊癒。直到療程完成後2012年初，GARY的癌指數已經降至0。

在抗癌路上，他直言家人給予無限量的支持對他來說是很重要的，雖然口裡沒有向他們說出感謝的說話，但這一切都在心裡。此外，東區醫院癌症病人資源中心亦對他幫助很大，GARY也經常參與中心的活動，如分享會，講座等。病友跟自己一樣都是癌症路上的同路人，令他感到自己並不孤單，而講座提供的資訊更令他得到更多對自己的病有更深入的了解。

在此，GARY希望透過他的故事，鼓勵不幸患上癌症的同路人要對自己有信心，要把握現在， "有信心才有機會康復".

"有信心才有機會康復"



『堅強！當自己無事！做返自己平時做既事！要開心！』這就是容容一路以來對抗癌症病魔的金句。

2008年7月初，因長期咳嗽未能治癒，心知不妙。經醫生診斷後，建議容容照X-RAY及抽取肺組織。覆診那天，醫生詳細地講解檢查報告，證實是第四期肺癌。不管是誰，當時的心情必定是晴天霹靂，容容也不例外。轉介到瑪麗醫院後，接著近半個鐘的時間，醫生講解大量治療的方案：『不能一開始就做電療，先要做手術把癌細胞切除，然後化療把剩下的細胞清除。』

經過一輪排期，容容在同年10月尾被安排進行手術。醫生為了容容手術後的傷口更細，選用了微創手術。在手術前，不管誰也難免會擔心不安，但容容盡力不讓自己有空閒時間，令自己不會胡思亂想。可是天意弄人，手術時

，醫生發現容容的癌細胞太接近大動脈，不能用術方式切除。

# 愛拼才會贏

義工同學：蔡俊賢  
同路人：容容  
病歷：肺癌

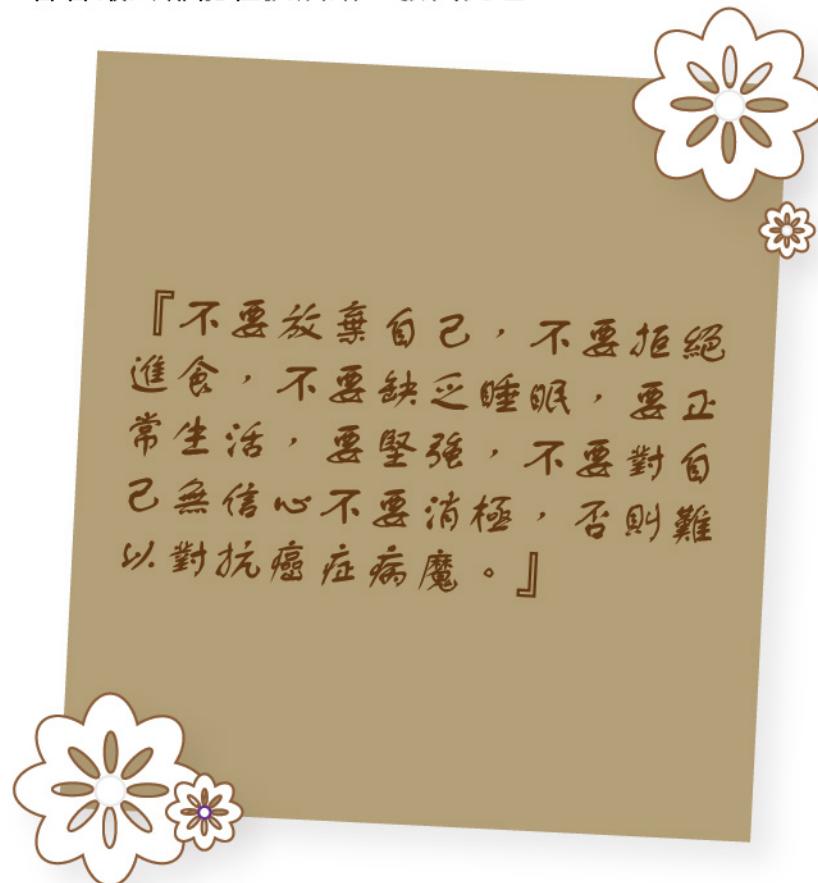
過了數星期，傷口已經康復了，但馬上又要接受化療。化

療時間，副作用不斷磨練容容的決心。每當嘔心，暈眩，疲倦乏力，肌肉疼痛等副作用發作時，容容對自己說：『不要放棄自己，不要拒絕進食，不要缺乏睡眠，要正常生活，要堅強，不要對自己無信心不要消極，否則難以對抗癌症病魔。』她想盡辦法幫助自己，如多看一些有關癌症的書籍，照顧自己起居飲食，避免吃一些酸性食物，因為會幫助癌細胞生長，例如肉類等。容容也會照顧其他家人的起居飲食，例如煲一些苦瓜汁和五清汁幫助調理自己的身體和到公園逛逛吸收大自然的氣息。肌肉酸痛時，會用按摩膏按摩。除此之外，容容偶爾在醫院發現一些癌症病人資源中心的小冊子，看到癌症病人資源中心有很多不同的活動和一些健康講座，於是容容嘗試參加。她說：『在癌症病人資源中心不但令她認識到一班『好知己』，更讓我重建自信心和改善了人際關係。我不是自己一個

人面對癌症，有一班同路人既支持，我就好像沒有病一樣。』除此之外，癌症病人資源中心有為癌症病人提供剪髮服務和借用假髮。又向她介紹一些適合她的工作坊和鼓勵她參與，她盡量參加病人癌症中心的活動：如書法班，可令她專心一意和定力寫書法，忘記煩惱。同路人分享中認識到一班同路人，大家互相鼓勵和分享抗癌心得、飲食等等……

近年，容容更周遊列國。去了北京嘗試乘坐高鐵 300 KM/H 的速度，更去了日本的鹿川欣賞大自然。容容說：『下月，我要到日本嘗試乘坐子彈火車。我現時既生活比之前更開心。』

人生無常，不管誰也無法預料癌症病魔何時來臨。但「塞翁失馬、焉知非福」。雖然容容患上這種疾病，但她得到的比她失去的更多。容容最終都能在抗癌路上發出光芒。



## 「有付出才有收穫」憑著這信念一直堅持下去。

十五年前，當時資訊並不發達，癌症一詞就等於死亡。面對這可怕的敵人，你有想過跟他做朋友嗎？什麼，與癌同行，做老友記？YVONNE真的選擇了跟他做朋友。聽到時我和你的反應一樣，都吃了一驚，怎樣與敵人做朋友？

YVONNE是一個年輕的在職家庭主婦，一個育有兩子的媽媽，一個典型的香港都市人。當時她發現有一粒珍珠提似的顆粒在胸部，湊巧奶奶因一個朋友因而接觸到癌症的資訊，然後著她去檢查……兩星期後，一個無情的電話告知YVONNE：『請盡快入院做仔細身體檢查……！』

報告結果很快就出了，並即時被知會與丈夫到醫院會診。醫生一言一語使YVONNE由裝作平靜的心境變得越來越激動。聽到要將整個乳房切除，就像一刀一刀狠狠地插在身上的難受，這時候丈夫堅定的一句，頓時給她一個安慰：

「最重要是身體健康，外表並不重要。」但畢竟是一件難以接受的事實，她整個內心如翻倒的五味架，百般滋味在心頭！幸好陪伴在身邊的丈夫默默地安撫

著她，很快她就抖擻過來，心想著「時日不多了，兩個兒子還那麼小，老公能否獨力照顧他們？整個家怎麼辦？」當中的顧慮不斷浮湧出來。另一方面，她找緊機會跟丈夫和兩個仔

# 乳友共聚

義工同學：何綺鈴

同路人：Yvonne

病歷：乳癌

仔做親子活動，希望給最好、最快樂的回憶留給他們…

美好的時光總不能留住，很快開始接受一連串漫長、艱辛的治療和手術。

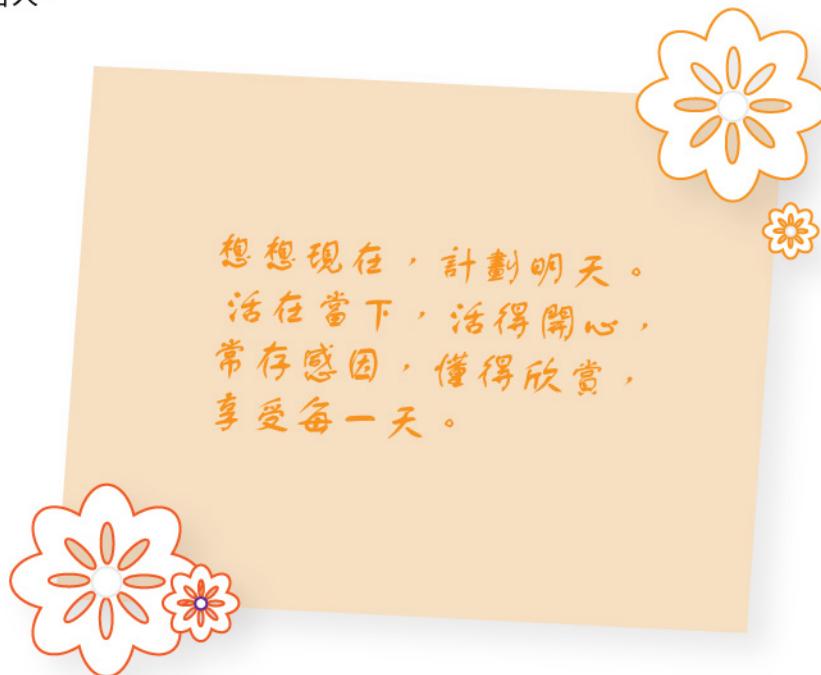
YVONNE硬著頭皮帶著憂慮、恐懼勇敢地行這條崎嶇的路，為的是希望多一點時間陪住家人，看著兒子長大而已。『我知道這並不容易走過，看著這文章的你，一定要加油呀！不要棄餒！』Yvonne這樣向大家說，她的丈夫雖然要上班，但他總會請假陪她覆診、打針，默默無言在旁支持著。而兩個兒子雖小，但很懂事，知道媽媽生病放學就到醫院探望她，並自理家課。

主診醫生也用另一種方式去鼓勵YVONNE，醫生借了兩本書給她，分別是《乳癌病人應問的問題》及《女人的抉擇》(兩書名是從英語意譯過來)，這兩本書介紹治療過程、教病人如何面對乳癌等等資料。主診醫生更勸她視乳癌為朋友。何謂「與癌同行，和平共處」，是以朋友的心態互相支持：「你保住我，我保住你，互保平安」。她還有一個很照顧她的奶奶，日常起居飲食暫時由奶奶全權掌管。在治療期間，奶奶煲湯水給她補充營養，在家每一個角落安置許多YVONNE喜歡的食物，把握那一剎間的食慾，讓她得到充足的體力抵抗“老友”。YVONNE用“無得頂”形容奶奶，可想而知她們的關係多麼好。

YVONNE重整旗鼓，積極治療。在等待覆診期間，她接觸到由癌症病人資源中心督導的展晴社，一個乳癌和婦科癌的自助小組。展晴社裏面有同路人、康復的義工、社工等人，他們擁有自己的故事、自己的生活方程式、自己的快樂之道，這些林林總總的“心得”真的使YVONNE得益不少，亦對癌病“老友”有更多的了解。「知己知彼，有備無患。」，「要怎預防、要怎減低痛楚，還有不要怕辛苦，努力面對。」

後來，YVONNE也加入義工行列，一邊醫治癌症，一邊到東區醫院做同路人義工，與新病友分享她自己的經歷、有時協助她們分析病況，務求做一個精明的病人。她幫助受困惑的新症病人爭取時間作出決定及面對問題，同時間亦減低他們的擔憂，更以自己的健康體態給了他們很大的信心，令她們踏出第一步，勇敢接受治療，並鼓勵她們積極參加醫院或展晴社的活動，讓她們認識更多同路人，一起相輔而行，再不單打獨鬥了！。在義工的歷程裡，YVONNE說她得的比失的多很多，如接觸到不同階層、不同行業、不同背景的人，生活層面擴大了，認識的同樣多了，同時生活更充實，對生命的價值觀亦有改變。以平常心待人，以同路人助人原是這樣簡單，何樂而不為呢！常保持心境開朗，樂觀一點，笑多一點對病情都很有幫助-喜樂的心便是最有效的良方！

不經不覺已經“乳”老友生活了十多年，YVONNE成為了展晴社的主席。她不斷策動大大小小的分享會、工作坊，希望帶給同路人更多平台互相學習、支援和認識更多資訊，務求達到助人自助！從病榻走出陰霾，重拾健康後，她更懂得欣賞身邊每一人、每一事、每一刻、甚至每一物，珍惜陪伴家人的機會及鼓勵同路人。



想想現在，計劃明天。  
活在當下，活得開心，  
常存感恩，懂得欣賞，  
享受每一天。

**人們常說**“吃得就是福”，自從認識了麗賢之後，令我更清楚知道吃的重要性。吃對於一個沒病的人來說是精神上和味覺上的享受，但對於的一個曾患鼻咽癌的病人來說，吃更是維持生命的救心丹。

麗賢是女鼻咽癌康復者，距離患病至今已經16年了。當初患病的時候只是流過一次鼻血，有耳鳴，早上的痰帶有血絲。她初初都不覺得自己患病直至發現自己的脖子上有硬塊才去求醫，才證實是患上鼻咽癌。

得知有癌症，對於每一個人來說都是一個晴天霹靂致命的打擊，那時候麗賢的女兒才幾歲，丈夫每天都要工作養家，所以麗賢就回了娘家住，由媽媽照顧自己。當時麗賢的心情糟糕透了既不想說話，不想出街，

# 每天笑多點， 世界更美妙！

義工同學：劉秋玲

同路人：麗賢

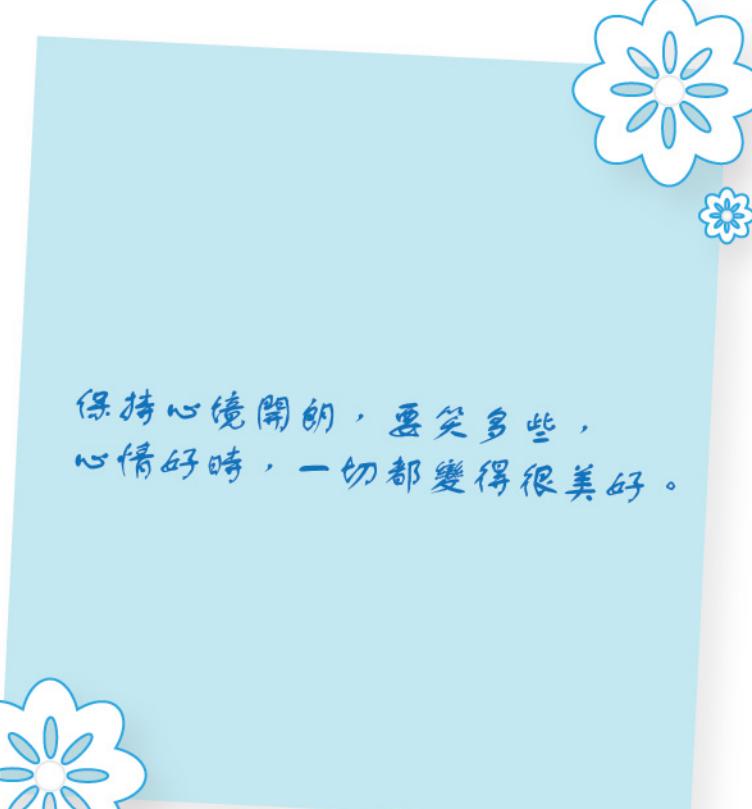
病歷：鼻咽癌

更不想吃東西。因為接受電療後，面部的皮膚被電傷變黑脫落和影響到食道以至於吃東西時吞嚥困難。那時候做電療共做了47次，可想而知那段時間過得多漫長多辛苦。

幸虧那時候麗賢接觸到癌症病人資源中心，在那裡麗賢參加了大大小小不同的義工活動。至今，麗賢作為一個義工已經服務15年了，而且成為東日社的主席。是因為義工活動令麗賢不再處於心情低落的陰霾裡，步出家裡幫助更多有需要的病人或者是同路人，分享自己的故事，鼓勵一些新患有鼻咽癌的病人勇敢面對癌症。因為麗賢認為鼻咽癌並非絕症，只要吃多些吸收豐富營養，為了家人，為了生存，堅持下去就可以打倒病魔。而且義工令麗賢明白到真心幫助人的成功感及付出多計較少的真理。

麗賢雖在抗癌的路上一直都堅持自己的理念，為生命而改變，表現的很堅強同積極，但她都非常多謝陪她一起走過的家人和腫瘤科醫生，是他們的噓寒問暖和關愛，令到她很放心地接受電療。

另外，麗賢經歷過鼻咽癌及參加義工活動，令麗賢不但在生活上和性格上都產生了極大的變化。以前的麗賢在生活上經常通宵熬夜不愛惜身體，現在的她更著重了飲食和做運動，明白到健康的重要性。在性格上脾氣變好了，和家人的相處更加融合了。最後，麗賢也經常鼓勵人們要保持心境開朗，要笑多些，心情好時，一切都變得很美好。



保持心境開朗，要笑多些，  
心情好時，一切都變得很美好。

五年前，年過半百的阿丙意外地患上乳癌(HER2)，起初她也有一點憂慮，一點惆悵，但回想這段日子，她覺得得著比失去更多。常言道：幸福的鑰匙就握在你自己手中，在於你願意不願意去開啟這道積極抗癌的「幸福之門」。

「我沒有想太多，我相信自己不用死，做手術就可以了。」阿丙樂觀的信念讓她走過五年的抗癌路。她曾接受化療、電療，但她沒有選擇標靶治療，是因為三十多萬的治療費太昂貴。患病以後，她覺得「生活每一天都有可供學習的地方」。所以，她開始注意自己的飲食，遵從營養師的建議，不吃肥膩、甜品、含激素的食物，保持營養均衡。她還多做運動，每天都去散步，又學太極、氣功和保持輕鬆的心境。

# 幸福要多走一步

同路人:阿丙

病歷: 乳癌

情緒，但當你很專注地寫書法、畫畫時，整個人的心思就會放在畫畫和書寫上，不但可享受箇中樂趣，同時也忘記了患病帶來的擔憂。資源中心還有一群熱心的義工，他們都是以過來人的身分跟新症病友分享抗癌經驗，讓病友盡早知道化療會導致頭髮脫落、皮膚乾燥等，要將不適告訴醫生，便會有適當的治療，病友到時就不至於慌張、害怕了。

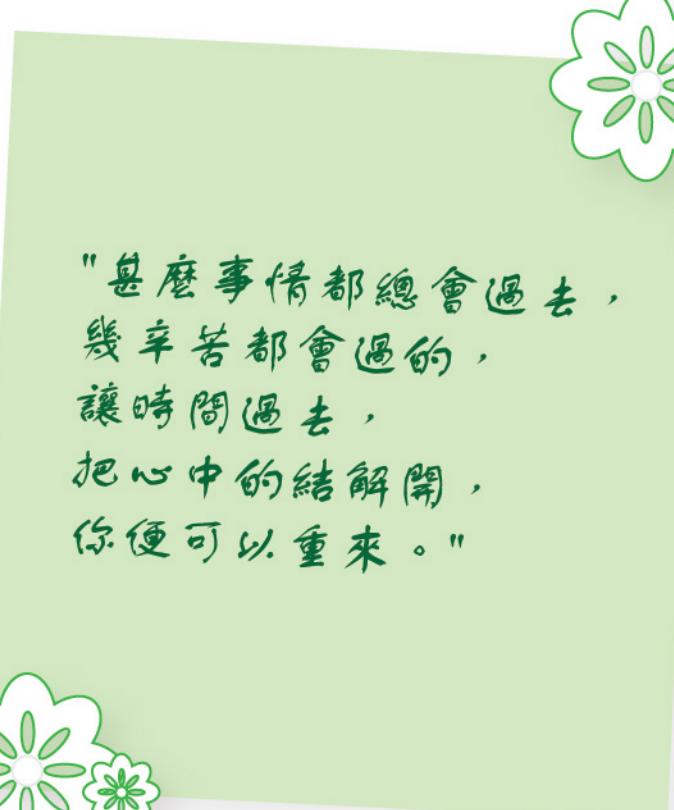
幸運的是，在治療路上，阿丙一點不適也沒有，更喜悅的是得到家人和朋友的關心，治癒身心也得到照顧。阿丙本身就是個樂觀的人，雖然她知道患上此病是因為以前事事追求完美，工作壓力大，飲食不定時，且少做運動所致，但她從未責怪過自己，而且接受自己過往的不足。因她深知責怪自己也無補於事，所以她選擇了活在當下的生活態度，令她活得更自在。

「只要你願意，其實社會上有很多資源幫助你，度過這個關口。」阿丙參加了癌症病人資源中心的活動，如書法班、畫畫班、音樂治療等。

她說癌症病人最難跨越的是負面

筆者覺得患上危疾，傷心、擔心、憂心固然難免。但如果親友關心你，你卻久久不肯打開自己的心，你也不能完全感受到別人對你的愛。試想想：如果你正在難過地聽別人關心的話語，你就只能聽到、感受到這份愛的二十分、三十分。相反，如果你能想通，坦然面對這個病，筆者深信，你能聽到、感受到這份愛的一百分。何不好好享受別人對你的愛？讓別人成為你的祝福，也讓自己成為自己的祝福。

最後，阿丙更坦言：「現在平均每十九位女士就有一個患上乳癌，其實這個病十分普遍。」但她更語重心長地勉勵各位：「只要注意飲食，多做運動，保持心境開朗，康復之路就離你不遠了！」幸福之匙就握在你手中，既然知道難過不能治病，何不試試多走一步，為自己打開這道幸福之門，說不定，門後的親友正等著擁抱你呢！



“甚麼事情都總會過去，  
幾辛苦都會過的，  
讓時間過去，  
把心中的結解開，  
你便可以重來。”

## 樂活星期五(2015) - 義工感想(一)

在東區當義工教病人手工藝已有一段時間了，很感激有是次的義工經驗，使我們練成一門好手藝，也學習到怎樣與他們溝通。還記得起初的我們完全沒有教授經驗，也不知我們的手工藝會否無人問津，但第一次服務時有很多人參與，而且他們也很喜歡我們所教的利是燈籠，使我們更熱衷地期待下一次的活動呢！此外，我們很喜歡聽著他們分享往事，很喜歡與他們一邊聽著音樂治療，一邊做著手工藝。看到他們很喜歡那些完成品，甚至有一些病人記得我們曾教授過哪些作品，真是讓人開心鼓舞呢！

雖說是我們教授他們手工藝，但其實他們讓我們感受良多，教曉我們凡事要樂觀積極地面對，當遇到不好事情時，從另外一個角度去想想它的好處。他們積極正面地面對人生，即使抱病在身，甚至剛做完化療，帶著疲憊的身軀，也來參與我們的活動。他們讓我明白到，改變心境就能改變處境，不要老是想著壞的，不論生病與否，也要精彩的過每一天！

(薛敏兒)



## 樂活星期五(2015) - 義工感想(二)

有人問：為什麼會想在休閒時間做義工？去休息一下不是更好嗎？

以我組為例，我們組是希望可以透過自己的空餘時間做有意義的活動，可以幫助別人使我們有更大的滿足，所謂『施比受更有福』，看到別人因為自己的幫助而快樂時，我們更是感到幸福和有意義。

當我們知道我們的服務對象是癌症的病友，我們很快就聯想得到我們將會服務的對象可能會很悲觀，可能會情緒較為不穩等，所以我們組很早就計劃好怎樣應付以上的情況。不過透過這一次的服務，我們組發現原來癌症病友也有另一面的。

我們組就有一次難忘的服務經驗，我們發現癌症病友其實也很健談，而且亦是比我更加樂觀面對自己的病情，這一點我們是完全未能預計得到的。

透過這一次的義工服務經驗中，我們收到了很多癌症病友的正能量，更令我們反思得到生命中逆境自強。面對巨大的逆境，很多人都會選擇怨天尤人，覺得自己走上了絕路一樣，停滯不前。但癌症病友面對癌症的來臨卻選擇去樂觀面對，在有限的生命中感受快樂，但求自己能有意義的活下去。生命的意義不在乎長短，而是自己怎樣看待自己生命的價值。

在這一次的服務當中，令我對癌症病友的印象改觀外，亦令我不斷反思生命的意義，獲益良多。最後，我亦想祝福所有癌症病友可以每天開開心心地活著每一天！



## 樂活星期五(2015) - 義工感想(三)

我們不知不覺參加了這個義工活動已有三至四個月了。在學校報名時，都是抱著期待的心情來參加。日子過去了，終於要迎接初次做東區醫院義工的日子來臨。我們需在癌症健康資源中心裡協助病人及定時舉辦一些小手工製作，我們分為兩組：上午到圖書館，下午返回癌症健康資源中心當值。

上午時份，我們趕快同心協力佈置場地，好讓病人們能夠舒適地進行小手工活動。我們嘗試以笑臉及不太純熟的技巧來吸引病人們。果然，不久後有兩至三位的女士坐下來一邊與我們閒聊、一邊進行手工藝，在對話的過程中得知原來他們都是病人，我們都嚇了一大跳，因為與我們平時電視中所看的病人大有不同，現實中的他們都是笑容滿面，和藹可親，而且抱著樂觀的態度過每一天。他們亦不介意分享他們的抗癌歷程，甚至有時會角色轉換地與我們說應該每天都帶著積極樂觀的心態來做人，不應讓自己往後日子後悔，不知為何，他們的指導、說話都好像強心針似的深深地植入我們的腦海中。

另一方面，他們都十分享受手工藝的時間，一筆一劃都用心地去製作，每當作品完成時，他們都必定面帶笑容，不需言語，從表情中已得知他們的愉快心情了。

下午時份，我們得到指示需要進行一些簡單的文職工作，例如入信封、梳假髮、整理登記小冊子、更換小單張等等。雖然這些都是輕而易舉的工作，但當我們知道這些工作都是能夠幫到病人們，都不敢隨便、馬馬虎虎地完成，我們都希望為有需要幫助的人出一分力，這正是參加癌症資源健康中心義工行動的核心價值。

經過一天的工作，可能是因為知道能夠幫助別人，並沒有感到疲倦及永無下次的心態，反而更加期待往後的義工服務，因為我們都知道每次的服務都必定有不同的學習經驗，從中獲益良多。

最後，我們都十分感謝東區醫院及IVE（葵涌）應用科學系的安排讓我們這羣長者社區保健護理高級文憑的一年級學生能夠為癌症病人提供這些有意義的活動，亦希望所有參加義工活動的同學們都不忘初衷地繼續幫助有需要的人。

(黃俊恩)

## 樂活星期五(2015) - 義工感想(四)

通過這三天的東區醫院義工活動分別是摺紙藝術，豆拼畫和手繩。雖然這些活動不是有很多病人參加，但是我們之後學到很多寶貴的經歷，例如變動主動點，怎樣和別人溝通和懂得怎樣設計一個合適的活動給予病人和家屬，時間不可以長但又得充滿吸引力。在我們心裡印象最深刻的是第一天舉辦的活動：摺紙藝術，主要是摺紙心和百合花。那是第一次我們設計的活動給別人來玩，一開始還幻想著有許多人來玩，但是當時一天來只有五六個人。我們一個早上都坐著等別人來參與，後來幸好有負責這活動的人的提點，教我們要主動一點，派傳單讓別人知道有這個活動，之後我們就製作了完成品在門外宣傳，於是多幾個人參與。在教導過程中，我們都不敢問他的病情怎樣，害怕會讓他們不開心，但是有位婆婆主動和我們聊天，她好厲害，什麼都會摺，還教回我們如何摺紙戒指，看見她的笑容，我們都覺得今日的活動也算成功了！我們知道這次活動需要多點時間去安排，所以有些人沒這麼多時間參與其中，之後兩天我們都設計一些合適活動，盡量可以滿足所有人。通過這次活動讓我們過得充實和開心，希望下次還有更多機會在東區醫院癌症資源健康中心做義工！

(黃小恩)



# 癌症病人資源中心

## 服務目標

抗癌路上，病人及家屬經歷各種身心的適應。東區尤德夫人那打素醫院在一九九五年設立了**癌症病人資源中心**，目的是推動專業及社區的資源，提供心理支援，協助病人及家屬積極面對癌症；使病人得到長期及連貫的照顧，改善生活質素。



## 服務對象

港島東癌症病人及家屬

## 社會心理支援

由跨專業團隊，包括各科醫生、護士、社工、營養師及臨床心理學家等，協助病人及家屬積極面對因癌病帶來的身心壓力及適應，教育癌病護理常識，並提供情緒上的支援。

## 活動類型

- 各科癌症新症及護理講座
- 社會心理治療小組
- 紓緩壓力系列工作坊
- 復康者經驗分享會
- 個案輔導及轉介



## 專題活動

- 「雨後晴空」乳癌病人小組
- 婦科癌症治療須知講座
- 前列腺癌病人及家屬支援小組
- 肺癌護理分享會
- 胃癌護理分享會
- 腸癌護理分享會

- 頭頸部癌症治療系列講座
- 血癌及淋巴癌護理分享會
- 造口病人護理分享會
- 超越復發的恐懼分享會

## 病人互助網絡

推動各類癌症病人組織起來，透過分享經驗及聯繫，互相支持及鼓勵，建立長期支援網絡。同時，培育互助小組獨立發展，提昇助人自助的精神。發展朋輩關懷服務，讓病人在斷症及治療過程中，得到同路人的支持，陪伴渡過困難。

- 病房探訪
- 癌症病人支援站（互心軒）
- 即時門診朋輩關懷
- 電話專線



## 社區聯繫

聯繫社區癌症組織，駐院提供支援服務，協助病人建立社區網絡。

聯繫社區組織：

- 癌症基金會癌協綜合服務中心
- 香港防癌會/ 同路人
- 香港創域會
- 香港造口人協會
- 香港新聲會
- 心血會
- 華樂會
- 其他社會福利機構



## 癌協資訊及復康資源

### ■ 提供癌症資訊

如小冊子，書籍及影音材料借用，並設上網設施，鼓勵病人及家屬掌握資訊，提高自我照顧能力及信心。

### ■ 復康店

方便有需要的癌症病人及家屬購買家用醫療物品或營養飲品，並透過優惠價格，減輕病人的經濟負擔

### ■ 復康用具借用服務

設有假髮等復康用具借予病人

## 義工服務

發展義工服務，提供訓練，讓關懷及支持傳遞給癌症病人。

- 癌症病人圖書閣
- 剪髮服務
- 病房大使
- 中心支援大使
- 院內護送服務
- 活動支援隊
- 宣傳大使



# 東區尤德夫人那打素醫院

## 癌症病人資源中心

### 服務地點

癌症病人資源中心

東座大樓一樓

癌症病人支援站(互心軒)

東座大樓地庫一樓

癌症病人圖書館

東座大樓地庫二樓

### 開放時間

星期一至五 上午九時至下午一時

下午二時至五時十五分

星期六、日及公眾假期休息

電話 : 2595 4165

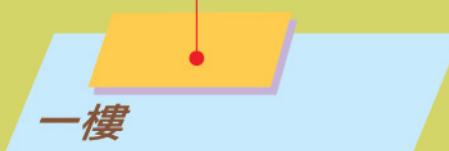
傳真 : 2557 1005

電郵 : pyneh\_prc@ha.org.hk

網址 : <http://www.healthyhkec.org/>



癌症病人資源中心  
東座大樓一樓



地下

主座大樓

地下

東座大樓

正門入口

正門入口

癌症病人支援站

東座大樓地庫一樓

地庫一樓

地庫二樓

癌症病人圖書館

東座大樓地庫二樓



HONG KONG  
EAST CLUSTER  
港島東商院聯網

## 癌症病人及家屬支援介紹



癌症病人資源中心成立於1995年，隸屬東區醫院社區及病人資源部，一直致力提供新症病人講座、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，得到詳盡資訊和完美支持，體現完善照顧和全人治療的精華。

如對以上服務有更多的查詢，歡迎與以下單位聯絡

東區尤德夫人那打素醫院  
癌症病人資源中心

電話：2595 4165

