

第51期

2017年10月至12月

社區及病人資源中心

傳心傳意

「關顧網絡」扎根於港島東 SMARTCare有您友里~長期病患者照顧者支援網絡計劃

長期病患者的照顧者(家庭成員)是醫護人員的重要伙伴，主力照顧病人出院後的「醫」、食、住、行。他們的潛在壓力及需要往往被忽略，尤其是日以繼夜照顧中度至嚴重程度長期病患者的群。早於2010年東區醫院社區及病人資源中心、香港復康會社區復康網絡(CRN)共同研究如何結合社區資源關注照顧者的需要，使他們能夠融入社區，繼續其漫長但有質素的生活。2011年起SMARTCare成功獲得社區投資共享基金資助，由CRN籌備發展，港島東醫院聯網及東區醫院首先成為「策略夥伴」，及至2014年推廣至東華東院，其後2016年至律敦治及鄧肇堅醫院，至今年春坎角慈氏護老院加入。

SMARTCare在港島東已建立了兩個「家屬聚腳點」，為有需要的家屬提供定期的心理及社交支援，而社區健康活動更成功推動對長期病患者之家屬的需要的關注。現在照顧者的「關顧網絡」正緊緊扎根於港島東，由CRN吸納成正規服務，印證「醫社合作」成果及令「建立更多社會資本及加強社區融合」的使命變為更具體的實踐模式。

為了延續關注照顧照顧者的需要，加強及早轉介；匯報過往成果及日後在社區持續此計劃的安排，港島東醫院聯網四間醫院於7-9月舉辦了三場午餐研討會，獲得聯網管理層、前線醫護人員及病人領袖、朋輩義工合共400多人出席支持。最後一場以回顧整個計劃的成效及感謝醫護人員過往對照顧者的關心及對SMARTCare的支持作為壓軸。



作為策略伙伴，港島東醫院聯網藉病人資源中心的協調，促使SMARTCare在各醫院發展醫護及早介入支援系統，建立臨床轉介系統、醫院專業顧問團隊、照顧者工作坊、並安排於病房外及專科門診部推廣服務等，並成立跨界別策導委員會、由醫院聯繫到社區支援。



第一個午餐研討會始於東華東院，當日律敦治及鄧肇堅醫院/東華東院/春勘角慈氏護養院醫院行政總監鄭信恩醫生及東華東院副行政總監內科及復康科部門主管袁家康醫生均出席支持。



律敦治及鄧肇堅醫院午餐研討會中，鄭信恩醫生及港島東醫院聯網基層及社區醫療服務總監康佩玲醫生也出席支持。



東區醫院的午餐研討會當日，港島東醫院聯網總監/東區尤德夫人那打素醫院行政總監劉楚釗，港島東醫院聯網代理護理總經理許子斌先生及其他管理層代表均到場支持。分享會邀請了電影「一念無明」導演黃進講述如何透過傳媒引起社會關注照顧者需要。

中風的醫學名稱為「腦血管疾病」。腦部的血液供給因某些原因而減少或阻斷，令腦細胞突然缺氧，因而在數分鐘內令腦細胞損壞而失去功能，進而令該部份腦細胞所支配的身體功能受障礙。不少危險因素可導致中風，例如家族中有中風病歷、55歲以上、高血壓、膽固醇過高、心律不整、肥胖等 (資料來源：醫院管理局智友站網站)

中風的警報徵兆

(資源來源：香港中風基金會)



香港復康會社區復康網絡於8月26日下午於柴灣劉永新中學舉辦「SMARTCare·有您友里-照顧者健樂日」，而東區醫院社區及病人資源中心與內科中風科攜手成為協辦單位。在活動當中，先由內科副顧問醫生主講「慎防中風先兆」，向公眾人士推廣中風的知識。及後舉辦攤位遊戲，主題為「中風高危因素知多少」，透過簡單易明的方法加深市民對中風高危因素的認識。除了病人資源中心社工及義工運作攤位外，更有中風科護士到場為有需要人士解答有關中風的查詢。

預防中風六步曲

(資料來源：世界中風組織 (World Stroke Organization))

- 瞭解個人風險因素(參考上述資料)
- 勤於進行體力活動，並定期運動
- 保持健康飲食(例如低鹽飲食、多食用蔬果等)
- 控制酒精攝取量
- 避免吸煙
- 學會在緊急情況中識別中風的警報徵兆

談 笑 用 兵



表達說話沒有困難



面部表情不受限



一筆字解難力



盡快致電999求助



醫院管理局智友站網站
www.smartpatient.ha.org.hk



香港中風基金網站
www.strokefund.org



除了上文「醫社合作」的活動，本中心亦致力發展「病人賦能」、「互助網絡」兩大核心服務。

中風病人賦能活動～腦友聚一聚

驟然患上中風，病人及家人都頓時感到徬徨無助，無論是病發時爭分奪秒的急救、治療過程中心情的忐忑不安、出院後經歷漫長而艱辛的復康路途，對病人及家人而言，就像經歷了一連串的驚濤駭浪。

病人資源中心聯同腦神經內科及社區復康網絡，自2000年起合辦「腦友聚一聚」中風病人賦能活動，在病人的復康路上提供適切支援，醫護人員透過門診病人預約系統轉介出院病人。透過活動內容包括：預防再中風講座、中風後復康心理社交調適、及朋輩義工分享中風復康經驗。從而達到減輕病人在復康過程中面對的壓力，增強對中風社區資源的認識及預防再中風的目的。



讓我們分享一下參加者的回應：

- 過來人義工分享很好，原來中風之後身體保持得好，不一定會再中風
- 社區資源介紹對家屬很實用
- 學識預防再中風的知識
- 課程內容很實用，多謝工作人員



互助網絡

協助發展及鞏固病人自助組織及互助網絡，加強對病人及照顧者的支援，是病人資源中心一向所重視的。中心會透過定期會議，作為一道橋樑，讓臨床團隊與病人組織有更多交流意見的機會，務求內外兼備的支援病友。

服務腦神經受損患者的全港性病人組織～「腦同盟」，就是本中心的長期合作伙伴。它們會每月一次到本院專科門診的「病人支援站」當值，提供朋輩分享及服務推廣。於2017年，中心聯同腦神經外科，分別於1月及9月與腦同盟合辦講座「認識腦血管疾病及預防跌倒」及「急性中風治療新法」，希望加強病友的疾病知識及自我管理能力，藉著講座中的茶聚交流環節，建立互相支援的氣氛，以助病友間持續及積極的面對復康。



社工

張平先生、陳達偉先生、葛詠茵姑娘



抑鬱症是一種漸趨普遍的情緒病，據統計，本港已有超過三十萬人患上抑鬱症。世界衛生組織的資料顯示，全球抑鬱症患者超過一億人，但少於25%的患者會尋求有效的治療。估計到了2020年，抑鬱症會成為全球疾病排行榜的第二位，發病率僅次於心臟病。(資料來源：醫管局智友站網頁)

近年香港社會瀰漫著沉重的氣氛，部份人相信人與人的信任少了，可以討論的空間窄了，看似是個人的問題，卻又反映著部份人的自私，再經大眾媒體及社交平台的報導，形成一種不能逆轉的氣候；如果未能妥善消化，被這些大氣候影響，人云亦云，很容易感覺受傷，甚至影響個人身心以至精神狀況。

家庭問題及個人社交需要亦構成情緒困擾的重要因素，這又與人的相處不無關係。以到訪精神健康資源中心的病人為例，他們會提及很多不如意的經歷，細聽之下，為他們的遭遇難過，更痛心他們仍身在其中。有些事，其實沒有對錯之分，人與人的相遇相處很玄妙，有的人成為你孩童年代的好友，卻因成長路不同而不再相見；有的人只是在你遇上難關時出現，卻又會成為你的生死之交，說到底是緣份，走到最後，所剩無幾就是你的終身戰友。

抑鬱症也是如此，抑鬱症偏偏選上我們的病人，他們大部份時間沉鬱不歡，有些病人甚至形容為「別人越想幫我，我越想躲避」。未嘗過抑鬱症，不會明白當中的苦，若你身邊也有抑鬱癥狀的朋友，給他時間陪陪他，當感覺到心情好轉時，就「一起來聊抑鬱症」，用愛及支持去面對它！為抑鬱症朋友加油！

如何檢查和診斷患上抑鬱症？

根據2013年美國精神科學會《精神疾病診斷與統計手冊》(The Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, 簡稱DSM) 第四版(DSM-IV), 抑鬱症的診斷標準為：

- 抑鬱情緒持續兩星期並對日常活動失去興趣及熱情
- 個人情緒轉變超越平常之表現
- 生活技能受影響：社交、就業及就學
- 以及下列的徵狀，曾經兩星期差不多大部分時間出現五項或以上：

1. 幾乎對所有活動失去興趣
2. 幾乎每天都感到情緒憂鬱
3. 食慾或體重驟降或驟升，但非刻意減肥或增肥
4. 幾乎每天都失眠或嗜睡
5. 行動或說話比平時遲滯或激動
6. 幾乎每天都感到疲累或失去動力
7. 幾乎每天都覺得自我價值低或有過份的罪疚感
8. 專注力、思考力或決斷力減退
9. 反覆想到死亡、重覆出現無特別計劃的自殺意念，甚至曾嘗試自殺或已有實行自殺的計劃

家人及朋友如何協助抑鬱症病人？

- 陪伴病人做他感興趣的事
- 以同理心多了解病人，鼓勵病人表達自己的感受及難處，及給予適當的支持。
- 鼓勵病人有一定程度的社交接觸。
- 發現病人的行為有異時，盡快向專業人士求助。

(資料來源：醫管局智友站網頁及American Psychiatric Association Publishing)





精 神健康資源中心與浸信會愛羣社會服務處於2017年9月1日至9月8日於本院東座地下大堂舉辦了為期八天的「Double Rainbow 愛與樂同行在醫院」音樂空間暨藝術展覽。是次活動旨在透過音樂和藝術分享，打破人與人之間的隔膜，讓大眾了解精神復元人仕在復康過程中的心路歷程。藉著復元人仕的創作歌曲及分享，了解其復元故事。「了解始於體諒」，是次活動正正透過音樂和藝術帶出正能量，感染身邊的「你」和「我」，讓愛與希望建構成一條耀眼燦爛的雙彩虹，為精神復元人仕的復康旅途添上無窮色彩。



將歌詞換成書法，令音樂變成看得見的藝術！



精神復元人仕及社區音樂人化身歌手，透過真摯細膩的歌詞和具感染力的歌聲，為一眾於東區醫院的朋友帶來一場音樂盛宴，建構一個充滿愛與希望的音樂空間。



音樂盒收錄由精神復元人仕親自改編的樂曲歌詞、「Double Rainbow 愛與樂同行」音樂比賽的得獎作品。放鬆心情，靜靜地在耳機聽一首歌，讓音樂進入心靈，細聽復元人仕的喜怒哀樂。



活動有幸邀得港島東區醫院聯網總監劉楚釗醫生、東區醫院精神科部門主管鄧麗華醫生、東區醫院精神科顧問醫生簡聚坤醫生、東區醫院社區及病人資源部門經理黃敏櫻女士及浸信會愛羣社會服務處綜合精神健康服務高級督導主任陳玉清女士致詞，為緊湊而豐富的節目揭開序幕。



透過朋輩支援工作員的過來人分享，大眾能更了解精神復元人仕面對的情況和他們如何克服復康過程中的高低起伏。由認識開始，大家建立多一份體諒、多一份了解，多一份信任，讓愛打破彼此的隔膜。

義工參與 · 集思廣益

為了增強義工於義工服務管理及推行上的參與，那打素義工中心每年均會舉辦「義工聯會」，由各個部門之義工團隊派出代表參與，聯會旨於透過義工參與就東區醫院義工服務作回顧及前瞻，並作為一個收集義工意見的平台，以改善本院之義工服務。今年的義工聯會已於7月17日順利舉行，共有19位義工代表出席。義工代表於席上除了了解東區醫院義工服務的最新動向外，亦就著義工服務的管理、政策、服務、培訓、活動及福利等給予意見，讓整個義工服務於質素與風險的管理上不停進步、精益求精。



義工代表來自院內不同義工團隊，令到義工參與更具廣泛代表性。

義工聯會議題一覽

重點議題	匯報重點概略 / 義工代表意見
質素及風險	於2016年完成試行問卷的「義工表現及服務成效評估問卷」之結果顯示義工於義工管理及制度上滿意程度均達至80%以上。義工代表建議將問卷計劃推行至院內各個義工團隊。
義工訓練	義工代表建議多舉辦參觀醫院不同部門及服務單位，以增加對醫院之認識。
義工錦囊	有義工代表建議為提供病人支援站服務的接待大使製作包括最新醫療福利政策資訊等資料的「義工錦囊」，以提升接待大使於解答查詢時之應對能力。
義工旅行	義工代表一致同意帶有學習性質的活動比起聯誼性質為主的活動更有意義，因此建議考慮未來多舉辦一些院內或外訪參觀等增值活動。

愛心捐贈 · 惠及病人

社區及病人資源基金

雅 麗氏何妙齡那打素醫院於1993年遷院時，撥款成為基金予東區醫院用於發展小賣部及義工服務。於1995年經雅麗氏何妙齡那打素醫院執行委員會同意易名為「社區及病人資源基金」，並用於發展病人互助網絡及義工服務，其中包括復康店服務。

醫療儀器義工捐贈計劃

由 社區及病人資源基金運作的復康店每年會於盈餘中撥出一個總額，連同一些有心人的善款，捐贈予東區醫院用以購買病人服務中所需要的醫療儀器。為了加強義工於基金運用以及病人服務上有更多的參與，社區及病人資源中心會於每年舉辦的「義工聯會」中舉行「醫療儀器義工捐贈計劃」，並邀請不同的醫護隊團到會上就建議購買的醫院儀器進行演說，最後由義工代表投票選出該年度基金撥款資助購買哪一項醫院儀器。



除了細心聆聽演說外，義工代表亦會向醫護代表發問，以加深對項目之了解作為投票時的考慮。

近年捐贈項目

2017	麻醉科	胃內視鏡*
	深切治療部	血液透析機**
2016	深切治療部	成人重症監護呼吸機*， 血液透析儀器*， 血液透析裝置淨水系統**
2015	深切治療部	超聲波掃描系統*
	外科	組織粉碎器*

*全費捐贈 **部份捐贈

*歡迎港島東聯網癌症病人報名

社會心理支援服務

對疾病及其護理和復康等認識更多，亦可透過活動處理壓力及改善情緒。

活動名稱	日期	時間	對象	合辦單位/備註
1. 「雨後晴空」乳癌病人小組 2. 頭頸部癌症治療須知 3. 腸癌治療須知及造口病人護理分享 4. 婦科癌護理須知 5. 前列腺癌護理及支援小組 6. 「肺腑之言」~肺癌病人分享會 7. 「互胃互勉」~胃癌病人分享會	定期舉行，詳情請參閱有關活動單張或與癌症病人資源中心職員查詢		新症病人及家屬	腫瘤科、外科、口腔科、耳鼻喉科、營養部、職業治療部、物理治療部、癌協、家計會、展晴社、東日社、香港造口人協會、創域會
8. 靜觀初體驗 9. 心花怒放~愛笑俱樂部	30/10或18/12 (一) 27/11 (一)	10:00-12:30 10:00-12:30		
10. 『鼓』動人生~音樂治療小組	20/10-24/11及 15/12 (五), 共7節	14:30-15:30		詳情請參閱單張
11. 生命花園~給新症病人的一個園藝治療小組	16/10, 20/11或 11/12 (一)	10:00-12:00	癌症病人、康復者或家屬	詳情請參閱單張
12. 超越後發的恐懼	23/10 (一)	10:30-12:30		臨床心理科
13. 與癌共舞~活出新天地	20/10, 17/11, 15/12(五)	10:30-12:30		20/10: 香薰治療 17/11: 綠色廚房 15/12: 蛻變的美麗
14. 真·聊天~頭頸癌癌症病人及家屬支援聚會	11/10, 8/11, 13/12 (三)	14:30-16:30	頭頸癌患者及家屬	東日社/詳情參閱單張
15. 心靈抒發~「書法」分享小組	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
16. 心靈抒發~禪繞畫Zentangle	25/10, 29/11或27/12 (三)	10:45-12:15		詳情請參閱單張
17. 茗閒情~癌症病人支援小組(腸胃科)	25/10, 22/11, 27/12 (三)	14:00-16:30	腸胃科癌症病人	茗閒情/詳情參閱單張
18. 東區血科病友聚一聚~復康運動朋輩社交心理支援	10/10, 14/11, 12/12 (二)	10:00-12:00	血科癌症患者及家屬	心血會
19. 活力詠春	6/11-18/12(逢周一)	10:00-11:30	前列腺癌病人或康復者	華樂會/詳情請參閱單張
20. 八段錦~頭頸治療班	27/10-8/12及 16/3/18(五), 共8節	11:15-12:15	已完成頭頸治療的癌症病人	職業治療部、腫瘤科、東日社/詳情請參閱單張
21. 經脈操	6/11/17-5/2/18(一)(共12節) (25/12及1/1/18除外)	16:45-17:30	癌症病人、康復者及家屬	詳情請參閱單張

病人互助網絡

病人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

活動名稱	日期	時間	地點#	對象	合辦單位/備註
1. 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	1,2,3	鼻咽癌(頭頸癌)病人及家屬、東日社會員	
2. 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	1,2,3,6,10	乳癌及婦科癌病人及家屬	關懷專線: 2595 4202
3. 造口病人朋輩探訪計劃/茗閒情義工探訪	逢週五	14:00-17:00	1,6,7	腸癌病人及造口的癌症病人	香港造口人協會/茗閒情
4. 血癌及淋巴瘤朋輩探訪計劃	逢週二	10:00-12:00	1,4	血癌及淋巴瘤病人	心血會
5. 喉癌病人支援計劃	按服務而定	14:30-16:00	1或5	喉癌病人	香港新聲會
6. 互心軒	週一至週五	10:00-12:30/ 14:00-16:30	2	癌症病人及家屬	東日社、展晴社、癌協

社區復康項目

由資源中心與病人組織及社會服務機構合作舉辦，拓闊病人社區支援及資源網絡，促進復康。

活動名稱	日期	時間	地點#	對象	合辦單位/備註
1. 癌症復康新體驗	15/11 (三)	14:30-16:30	1		
2. 「抗癌治療期間中醫飲食指導」講座	7/10 (六)	18:30-20:30	9		
3. 「倦亦有方~疲倦處理」講座	4/11 (六)	10:30-12:30	8		
4. 社區復康大使	週一至週五	9:30-12:00/ 14:00-16:30	2	癌症病人及家屬	癌協中心

社會心理支援服務

對疾病及其護理和復康等認識更多,亦可透過活動處理壓力及改善情緒。

活動名稱	日期	時間	地點#	對象	合辦單位/備註
1. 糖尿病教育日	逢第一及第三個週四	10:00-16:30	1	糖尿病新症病人及家屬	糖尿科
2. 慢性腎病全面睇	2/12 (六)	10:30-12:45	3	糖尿病人、腎科覆診病人及家屬	腎科、糖尿科
3. 活出彩虹~腹膜透析復康課程	4/11, 11/11, 18/11(六),共3節	10:00-12:00	1	新洗肚(約半年)之腎友及家屬	腎科
4. 腎臟透析面面觀	6/12 (三)	14:30-16:30	1	腎科覆診之末期腎衰竭病人及家屬	
5. 新的一頁~長期痛症復康課程	13/10, 20/10, 27/10(五),共3節	10:00-11:30	1	痛症科覆診之病人	痛症科
6. 梨花香~女性理遺工作坊	21/10 (六)	9:30-11:30	1	患尿失禁之新症病人	外科
7. 「愛·同行」分享會	1/12 (五)	19:00-21:00	1	面對嬰兒夭折之夫婦	婦產科伴您同行關懷小組(哀傷輔導組)
8. 早產嬰兒家長分享會	14/10, 18/11, 16/12 (六)	15:00-16:00	8	早產嬰兒的父母	兒科
9. 笑哈哈. 哈哈笑~愛笑瑜伽工作坊	2/12 (六)	14:30-16:00	1	慢性病患者及家屬	
10. 靜觀體驗工作坊	14/12 (四)	14:30-16:00	1	慢性病患者及家屬	

病人互助網絡

病人或互助小組的過來人義工與病人分享經驗,互相扶持,積極面對病症

活動名稱	日期	時間	地點#	對象	備註
1. 糖尿病新症分享	逢第一及第三個週四	15:30-16:00	1	參加糖尿病教育日之病人及家屬	勿糖協會
2. 腎友病友探訪	週四	11:00-12:00	2	腎科病房內的透析病人(洗肚、洗血)及家屬	東區腎友自助會
3. 換較病人手術前預備班新症分享	每月一至兩次(週二)	12:00-15:00	4	即將接受關節置換手術新症病人	人工關節復康協會
4. 關懷較友~病房探訪	逢週六	11:00-12:00	5	已接受關節置換手術住院病人	
5. 戒煙互助小組	7/12 (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

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 兒童哮喘患者及家長 早產嬰兒家長 夭折嬰兒之父母

社區復康項目

由資源中心與病人組織及社會服務機構合作舉辦,拓闊病人社區支援及資源網絡,促進復康。

活動名稱	日期	時間	地點#	對象	合辦單位/備註
1. 攜手護心工作坊	6/10, 8/12 (五)	10:00-12:30	1	本院及東華東院心臟衰竭病人及家屬	港島東醫院聯網心臟科、社區復康網絡、關心您之心
2. 腦友聚一聚	21/10, 16/12(六)	11:00-13:00	3	已出院中風病人及家屬	腦內科、社區復康網絡
3. 風濕科互動區	18/11 (六)	14:00-16:00	1	風濕科病人及其家屬	風濕科、社區復康網絡
4. 休閒小聚-認知障礙症照顧者工作坊	18/11 (六)	10:00-12:30	8	認知障礙症照顧者	老人科及長者服務機構
5. i-health 5健體課程	15/9-10/11(五)	19:30-21:30	9	港島東醫院聯網二型糖尿病患者	港島東醫院聯網內分泌及糖尿科、社區復康網絡
6. 慢阻肺病復康訓練課程	29/9-3/11(五) 重聚日: 24/11	9:30-11:30	9	港島東醫院聯網慢性阻塞性肺病患者及家屬	內科(呼吸科)、社區復康網絡
7. 「照顧有道」工作坊 a. 如何及早辨識記憶性衰退或患有認知障礙症、 認識情緒低落及抑鬱症之分別 b. 認識流感、肺炎及呼吸道疾病	a. 30/10 (一) b. 18/12 (一)	14:30-16:30	1	照顧本院長期患者之家屬	SMARTCare有您友里計劃
8. 糖尿病友羽毛球同樂小組	逢週五	19:00-21:00	6	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
9. 腎友門球練習組	逢週一、四	14:30-16:30	6	腎友(洗肚/血、移植)及家屬	東區腎友自助會
10. 「病人支援站」~社區資源推廣服務	週一至週五	10:00-13:00 14:15-17:00	7	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

社會心理支援服務

對疾病及其護理和復康等認識更多，亦可透過活動處理壓力及改善情緒。

活動名稱	日期	時間	地點#	對象	合辦單位/備註
1. 復元有法	31/10(二)或19/12(二) (杏花邨至灣仔居民) 27/11(一) (小西灣及柴灣居民)	14:30-16:00			浸信會愛羣社會服務處/ 利民會
2. 花好月圓慶中秋親朋共聚樂悠悠	3/10(二)	14:30-16:30			只限家友站會員
3. 減壓有法	1/12及8/12(五)	14:30-16:30	1	本院精神科 覆診病人	聖雅各福群會
4. 失眠講座	9/11(四)	15:00-16:30			香港家庭福利會
5. 愛笑瑜伽	14/12(四)	15:00-16:30			笑出健康協會
6. FUN薰欲睡	30/11(四)	15:00-16:30			

朋輩支援互助專區

病人互助網絡

病人或互助小組的過來人義工與病人分享經驗，互相扶持，積極面對病症。

活動名稱	日期	時間	地點#	對象	合辦單位/備註
1. 家屬茶聚	6/12(三)	16:30-17:15	1	本院精神科 病人的家屬	浸信會愛羣社會服務處/ 利民會/ 香港家連家精神健康 倡導協會
2. 精神健康資源站	週一至週五	9:00-11:30	2	本院精神科覆診病人	港島區9個社福機構及 單位
		14:00-16:30			
		10月:11,12,17,23,25,31 11月:6,9,14,17,22,28 12月:6,12,14,18,29	14:30-5:00	8	本院精神科 病人的家屬

社區復康項目

由資源中心與病人組織及社會服務機構合作舉辦，拓闊病人社區支援及資源網絡，促進復康。

活動名稱	日期	時間	地點#	對象	合辦單位/備註
1. 新·「曆」程	7/11-28/11(二)共4節 (21/11-28/11於友樂坊進行)	15:00-16:30	1及4		利民會友樂坊
2. 優質睡眠小組	1/11-22/11(三)共4節 (15/11-22/11於筲箕灣 利嘉中心進行)	14:30-16:00	1及3	本院精神科覆診病人	浸信會愛羣社會服務處
3. 良好生活習慣 從伸展練習開始#	10/10-31/10(二)共4節 (24/10及31/10於明愛筲箕灣 綜合家庭服務中心進行)	15:00-16:15	1及5		明愛筲箕灣綜合 家庭服務中心
4. 「自療·自在」小組	3/11-24/11(五)共4節 (17/11及24/11於社會福利署 鯉魚涌綜合家庭服務中心進行)	15:30-17:00	1及6	抑鬱/焦慮症康復者	社會福利署鯉魚涌 綜合家庭服務中心
5. 快樂·由攝影開始#	29/11-13/12(三)及3/1/2018 (13/12及3/1/2018於聖雅各福群 會灣仔綜合家庭服務中心進行)	14:30-16:30	1及7		聖雅各福群會灣仔 綜合家庭服務中心

1. 精神健康資源中心

2. 精神科門診部

3. 浸信會愛羣社會服務處筲箕灣利嘉中心

4. 利民會友樂坊

5. 明愛筲箕灣綜合家庭服務中心

6. 社會福利署鯉魚涌綜合家庭服務中心

7. 聖雅各福群會(灣仔)綜合家庭服務中心

8. 精神科收症房門外

義工服務概覽

義工服務概覽

服務名稱	服務內容	服務時間 (服務要求：每星期服務一節)
1. 復康店 重點 招聘中	當值復康店，協助售賣病人用品	週一至六 上午10:30-1:00 週一至五 下午2:30-5:30
2. 病房探訪	為住院病人提供關懷慰問及情緒支援	週二 下午3:00-5:00
3. 專科門診接待 重點 招聘中	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	週一至五 上午9:30-1:00 下午2:00-5:00
4. 醫院大堂接待 重點 招聘中	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	週一至六 上午9:00-1:00 週一至五 下午2:00-5:00
5. 物理治療部接待	於物理治療部支援病人及家屬，負責解答查詢、維持秩序及引路，並協助一般文書工作	週一、五 上午9:00-12:30 週二 下午1:30-5:00
6. 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	週一至五 上午9:30-1:00 下午2:00-5:00
7. 兒科遊戲服務	於專科門診部兒科覆診等候區，與小朋友一起遊戲及製作小手工	逢週一 下午2:00-5:00
8. 電話慰問服務 重點 招聘中	以電話形式為出院病人提供關懷慰問	週一至六 上午10:00-1:00
9. 剪髮服務	為住院病人提供剪髮	週六 上午9:30-12:30
10. 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	週一至六 上午10:00-1:30 週一至五 下午1:30-5:00
11. 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	週一至五 上午9:00-11:30 下午2:00-4:30
12. 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	週一至五 上午10:00-12:30 下午2:00-4:30
13. 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
14. 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
15. 藥物包裝	在藥劑部內數算及包裝藥物	週一至五 上午9:00-12:30 下午2:00-4:30
16. 藥房支援 重點 招聘中	在藥劑部內擔任支援工作	週一至五 上午9:30-12:30 下午2:00-4:45
17. 病房退藥	將病房剩餘藥物分類數算，以節省資源	週一至五 上午9:30-12:30
18. 病歷檔案部文職工作	協助檔案整理及文職工作	週一至六 上午9:30-12:30 週一至五 下午2:30-4:30
19. 入院登記處釘裝服務	協助入院登記處釘裝病人所需資料	週一 上午9:30-12:30
20. 兒童遊戲包製作	協助設計及製作兒童遊戲包	隔週二 下午3:00-5:00
21. 洗衣房服務	協助分類及整理乾淨衣服	週一至五 上午10:00-12:30 下午2:30-4:30
22. 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
23. 縫紉組	為婦產科縫紉夭折嬰兒衣服	按需要而定

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 • 癌症資訊站 • 那打素資訊站 • 精神健康資訊站 • 專科門診病人支援站	癌症病人資源中心 東座一樓 那打素病人資源中心 主座一樓 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)	港島東醫院聯網病人及其家屬
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.假髮借用服務	癌症病人資源中心 東座一樓	現接受化療或電療的廣島東醫院聯網癌症病人
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	港島東醫院聯網病人及其家屬
5.諮詢及轉介服務	各病人資源中心	港島東醫院聯網病人及其家屬

服務單位

名稱	服務地點	電話	對象	開放時間
癌症病人資源中心	東座一樓	2595 4165	癌症病人及其家屬	星期一至五 上午9:00-下午1:00 下午2:00-5:15
那打素病人資源中心 那打素義工中心	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
精神健康資源中心	東座一樓	2595 4008	精神科病人及其家屬	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10:30-下午1:00 下午2:30-5:30 星期六 上午10:30-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

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	戶外活動	義工服務/訓練
熱帶氣旋警告				
1號	照常開放	如常進行	如常進行	如常進行
3號	照常開放	★	活動取消	取消
8號或以上	停止開放	活動取消	活動取消	取消
暴雨訊號				
黃色	照常開放	如常進行	★	如常進行
紅色	照常開放	★	活動取消	取消
黑色	如中心已開放將照常開放	活動取消	活動取消	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。

< 本通訊刊載之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，恕不另行通知。>



電郵：pyneh_prc@ha.org.hk

網址：www.healthyhkec.org

通訊處：東區尤德夫人那打素醫院主座一樓 社區及病人資源中心

編輯委員會：黃敬櫻、黃婉容、張平、蕭喬青