



醫院管理局
HOSPITAL
AUTHORITY



基督教聯合醫院
UNITED CHRISTIAN HOSPITAL

社區參與及義工服務部 編印

2025年第四季 第105期

病人賦能・病人及照顧者互助支援・義工服務・社區協作計劃・疾病防治推廣・健康資訊

「各人要照所得的恩賜彼此服侍，做神百般恩賜的好管家。」

(彼得前書4:10)



醫院每天可以有效率地運作，實在有賴各個部門齊心協力，在不同崗位上彼此配搭，發揮專業才能才可做到。尤其每次颱風襲港，各部門在日常忙碌以外，更要啟動一連串如人手安排、食物儲備、水電供應等應急措施及後備方案，好像集體發揮好管家的角色。期望大家繼續善用恩賜，發揮所長，讓病人得到最優質的服務。

健康錦囊 P.2



健康資源中心
病人歷程的同行者

健康
資源中心 P.6



心臟病人支援小組

醫社
協作項目 P.9



住院病人支援

義資訊 P.14



暑假學生服務體驗計劃 2025
服務分享日

社資訊 P.16



社區交流日 2025

健康資源中心 病人歷程的同行者

健康資源中心致力透過提供病人賦能項目、健康教育、心理社交支援、病友互助組織、義工服務及舉辦社區協作活動，擔當「醫患橋樑」的角色，促進病人、照顧者與醫療團隊之間的有效溝通與合作。同時，幫助病人增強自我管理能力，鞏固社區的健康支援網絡，並促進病人對醫療服務的信任與理解。

健康資源中心 - 四大核心服務

1. **病人與照顧者賦能及支援：**透過提供教育課程、心理社交支援和資訊，幫助病人和照顧者增強自我管理疾病的能力，為他們重返社區做好準備。
2. **支援病友組織：**積極發展和支援病人互助小組，並與多方合作，透過同儕支持（如分享會、探訪、電話慰問等）為病人提供身、心、社、靈的全人關懷。
3. **義工服務及發展：**招募、培訓及管理醫院義工，為有需要的人士提供關懷，此外，鼓勵康復者成為「過來人」義工，以自身經驗幫助新症患者。
4. **社區協作及建立夥伴關係：**作為「無牆醫院」理念的實踐平台，中心與社區團體緊密合作，共同推廣疾病認知、延續病人出院後的社區康復，並加強醫院與市民之間的溝通和信任。

健康資源中心 - 服務模式的拓展

健康資源中心設有多個病人互助小組，針對病人在患病歷程中的身心社靈需要，中心設計系統化的服務模式。這個模式旨在為病人提供適切的支援，涵蓋從確診、接受治療到邁向康復的各個階段。

以癌症病人支援服務為例，中心專注於針對癌症患者的特定需求，提供全面的資源和幫助，以促進他們的身心健康和復康過程。

癌症病人資源中心

癌症病人資源中心成立於2013年，致力於通過多元化的服務提升癌症患者及其照顧者的福祉。中心提供癌症復康資訊、心理社交支援、建立朋輩關懷網絡，以及鞏固社區復康支援服務，旨在增強病人的心理素質，陪伴他們面對疾病及整個抗癌和復康過程。自2020年起，中心擴展服務至將軍澳醫院，讓更多癌症患者及其照顧者獲得全面的關懷與支援。

癌症病人支援服務 - 服務模式

從初次確診、接受治療到邁向復康，甚至有些病人可能經歷復發或進入紓緩治療階段，癌症病人資源中心根據病人在不同階段的身心需要，安排適切的輔導小組、活動等服務。這些服務旨在陪伴病人，共同度過艱難時刻，提供支援和關懷，幫助他們在每個階段獲得所需的支援。



癌症病人支援服務 - 醫患橋樑

癌症病人資源中心通過舉辦多元化的小組及活動，促進病人與醫療團隊之間的連結。我們有幸邀得九龍東醫院聯網腫瘤科部門主管關仲江顧問醫生代表腫瘤科團隊，分享與本中心合作多年的心得。

問：您認為在癌症治療過程中，腫瘤科與癌症病人資源中心的合作有何重要性？

答：腫瘤科與癌症病人資源中心的緊密合作尤關重要。腫瘤科醫生在門診未必有充足時間深入了解病人在臨床治療範疇以外的其他需求，資源中心的社工則能在病人接受治療的同時，向他們提供情緒和心靈上的支援需要並連繫相關的社區資源及服務。事實上，中心亦會為病人和其照顧者提供多方面的協助，確保病人在覆診時間外也能獲得更全面的心理和情感支持，進一步提升他們的治療體驗。



• 腫瘤科與本中心合作無間



• 關仲江醫生肯定中心在提升病人治療體驗中有著重要角色

問：您如何看癌症病人資源中心在提升病人治療體驗中的作用？

答：癌症病人資源中心在提升病人治療體驗中扮演著重要的角色。當我們發現病人有情緒困擾時，通常會通知資源中心的社工到門診或病房協助疏解病人或照顧者的情緒。這並不是一次性的服務，中心社工亦會持續跟進，許多病人之後亦會自行尋求中心的幫助，而這樣的支持能有效幫助病人平復情緒，建立互信的醫患關係，例如，當病人與我們討論治療方案時，可能會出現情緒波動，但經過資源中心社工協助疏理情緒後，病人能以更平靜的心態參與討論，這些協作都能有效地增強病人對臨床團隊的信心。

此外，癌症病人資源中心的「過來人」義工在病人治療體驗中也擔當著重要的角色，他們曾經是癌症病人，也面對過相似的挑戰，故此，在中心社工的陪伴及引導下，他們能夠以自身經歷與病人溝通，提供切實可行的建議，他們不僅可以分享治療經驗，還能傾聽病人在病情、經濟和家庭方面的困擾，這種情感上的支持對病人而言是非常寶貴的。

癌症病人支援服務 - 服務亮點

1. 病人支援醫社合作活動

中心積極與社區服務單位協作，定期舉辦醫社合作會議及服務研討會，亦會透過癌症服務資訊分享會及社區服務單位參觀，推廣健康教育，協助病人連結社區資源。



2. 與臨床及專職醫護合辦復康訓練活動

中心與臨床及專職醫護合辦健康知識科普及教育活動，透過與不同專業的緊密協作，提升病人的病患管理能力，並掌握更多健康知識。



3. 「過來人」義工服務

中心邀請已康復的癌症患者擔任「過來人」義工，鼓勵他們分享自身患病及康復經驗，為其他有需要的新症病人提供健康資訊及情緒支援。以下是一位「過來人」義工的故事分享。

「皆因當初你們在我落難時待我真誠，所以今天，我才會成為義工，希望同樣以真誠對待病人。」

明德是癌症病人資源中心的義工，他的義工之路源於8年前與大腸癌的抗爭。回想當年的經歷，明德不禁感慨萬千。

「聽到自己被診斷為癌症時，我真的不敢相信。回到家中，家人甚至因為害怕而躲避我。」面對癌症的無情席捲，明德感到無助和失落，治療的副作用和至親的疏遠讓他倍感無奈。這突如其來的生死課題壓垮了他僅餘的信心和勇氣。

「我曾一度感到無人能幫助我，甚至曾有放棄生命的念頭。但既然我會想著如何結束生命，為何不試著思考如何活下去呢？」

就在這一瞬間，他鼓起勇氣，決心為前路尋找光明。由於對癌症不甚了解，他偶然獲悉醫院有提供癌症資訊的服務，並因此認識了抗癌路上的重要夥伴——「同路人」、「過來人」義工和中心社工，在「戰友」們的幫助下，明德找到疏解情緒及壓力的出口。

在面對治療的恐懼和迷茫時，醫護團隊與健康資源中心悉心照料他身心社靈上的需要，讓他漸漸變得開朗。他明白病情不由自己控制，自己能做的就是專注於治療，並照顧好自己的情緒。

經歷多年的治療包括電療、化療和手術後，明德終於擺脫了癌症帶來的身心苦痛與恐懼，重獲健康。在中心社工的邀請下，明德決定重返醫院，成為義工。

「我自己走過這段路，想要把信心傳遞給其他人。」

透過一系列的義工訓練後，明德身穿綠色義工袍，以「過來人」義工的身份回到外科病房與病人分享治療心得，他為迷茫的新症病人提供情緒支援，又為術後病人提供造口護理資訊。如今，他以新身份服務有需要的癌症病人，將自己的經歷化為助人之力。



• 明德希望透過義工服務協助其他病人



• 明德坦誠分享心路歷程

服務前瞻

本院的擴建工程正如火如荼地進行中，健康資源中心預計明年將遷入新落成的大樓。我們期盼在新場所擁有更完善的配套設施，中心職員未來將繼續與義工、醫護團隊及各社區服務單位攜手合作，擔當病人歷程的同行者，提供更優質的服務，讓更多病人受惠。



柏金遜症病人互助小組

「好開心，可以見到大家……」
「最近狀態麻麻地……」
「俾心機，努力啲做運動，得閒就諗吓啲開心嘢……」
「前幾日去公園做運動，突然間行唔到，坐咗好耐先得番……」
「我哋唔係日日都咁差嘅……」

組員們在參與運動班期間，不單止認真地做運動，還會分享近況及互相支持，可能是這份共鳴與關顧，讓一眾組員與照顧者每星期都準時出席，從不間斷。



心臟病病人支援小組

第三季度的「心臟復康課程」及「心律不正工作坊」已完成。心臟復康組成員分別從生活須知、運動重要性、壓力管理等幾方面，協助患者適應及建立病後生活。當中更安排「過來人」義工進行分享，鼓勵及提升患者的康復信心，吸引了不少照顧者陪同患者出席，親身了解。



國際母乳哺育週2025

本部嬰兒餵哺支援組義工於八月參與由九龍東聯網母乳餵哺推廣委員舉辦的國際母乳餵哺週活動，今年主題是「優先考慮母乳哺育，建立永續支持系統」。

本部嬰兒餵哺支援組義工踴躍地向醫院職員及公眾人士分享餵哺母乳的心得，呼籲社會各界重視母乳餵哺，提高母乳餵哺的持續性。



「風中支友」急性中風患者及家屬互助小組

「風」中奇緣音樂小組

為期12節的「風」中奇緣音樂小組於8月份順利完成，音樂治療師期間帶領參加者分享內心非言語可表達的情感，包括喜悅、擔憂及對經驗的看法，同時也透過多元活動刺激大腦神經，提升患者的社交參與，改善生活質素。



「預防再中風計劃」

對於中風患者及其家屬而言，學會健康生活方式以降低再中風的風險甚是重要。本部於3/7(四)舉辦一場「預防再中風計劃」活動，向參加者推廣社區資源。活動除了讓參加者了解協助康復及預防再中風的社區資源外，更能認識「同路人」及互相分享經歷，於康復過程中互相扶持及鼓勵，減輕擔憂及壓力。



人工關節病人互助小組

小組於本季度定期與矯型及創傷科、痛症科、物理治療及職業治療部舉行「綜合教育及術前護理講座暨分享會」，為即將進行膝關節或髖關節置換手術的病人提供全面的術前資訊。此外，健康資源中心社工更安排「過來人」義工與患者及照顧者分享術後的康復情況及保養「小貼士」，義工們的真誠分享為大家注下「強心針」，大大提升他們對手術及康復的信心。



認知友伴俱樂部

「認知友伴俱樂部」為恆常舉辦的活動，並於每月以不同主題舉行。「記憶大挑戰」是7月份主題，參加者需在指定時間內將正確數字放在九宮格紙上的正確位置，最快完成的一組便可得分。參加者表示活動需要運算數字，有助訓練記憶力。

8月份主題則為「考考你眼力」，按食物、地方及人物分類的圖片以美術效果呈現，參加者需猜一猜圖中的東西是甚麼。參加者表示藉著活動不僅可鍛鍊腦筋，更可與一班老友記見面，實在是十分難得。

為迎接中秋節，9月份以「『腦』友共聚慶中秋」為主題。參加者一邊猜燈謎、一邊品茶嚐月餅，實在是人生一大樂事。



參加者十分投入遊戲



參加者一齊在網上玩遊戲

澱心會

健康資源中心繼續與糖尿科中心定期舉行「新症講座」，由專科護士向患者及照顧者講解有關糖尿病病徵、治療及血糖測試等知識，而健康資源中心社工則介紹本院專為二型糖尿病患者及家屬成立的病人互助小組 – 澱心會，並邀請他們加入成為組員，透過參與多元化的心理社交支援及疾病管理活動，提升他們對病患的關注，並促進他們建立患者支援網絡。



新症患者學習使用血糖驗測機

婦科施暉會

為減輕患者在手術前的憂慮，小組除定期與婦產科合辦術前講座及分享會外，亦安排「過來人」義工致電未能參與講座之患者，了解她們術前的情況，與及透過義工的親身經歷分享，加強她們對手術的信心。

此外，義工更會在患者手術後的康復期致電慰問，以「同路人」角色為她們提供復康資訊及鼓勵她們積極面對術後的生活轉變。



義工致電關心患者的情況及需要

藝動療心（瑜伽 × 表達藝術治療）

本部於6至9月與九龍東醫院聯網疼痛治療中心合辦為期8節的「藝動療心」課程，融合瑜伽及表達藝術治療，為一班痛症科病人以新穎方式紓緩心理壓力及情緒。參加者於課堂中以藝術表達疼痛對身心的困擾與阻礙，探索適合自己的放鬆與疼痛應對技巧，尋找內在的平和。各參加者不僅透過課程建立了友誼，更為充滿挑戰的治療過程中帶來支持。



參加者一同創作的製成品



各參加者正在選取心儀的圖卡

康寧腎友會

康寧腎友會於6/7(日)參加腎友門球同樂日「2025腎友門球比賽」，當日該會門球組總動員齊集九龍公園體育館，大家士氣高昂，沉著應戰，最終勇奪亞軍，成績令人鼓舞！

另外，康寧腎友會2025-2026年度會員大會暨健康講座於12/7(六)舉行，近百名會友出席，榮幸邀請到張韞寧醫生(內科及老人科)講解「認識多囊腎病及其診治方案」。會後並設置茶點，招待各位來賓及會員。

23/8(六)更舉辦了甜品製作班，共20人出席。當日各會員合力製作藍莓鬆餅，看見美味甜品出爐，大家均非常開心。

康寧腎友會更預備了百多份中秋福袋作禮物，於17/9(三)及18/9(四)分別前往基督教聯合醫院及將軍澳醫院探訪病友，為病友加油及預祝中秋節快樂！



康寧腎友會門球組勇奪比賽亞軍



各人用心製作，成功炮製美味甜品

病友組織與醫院協作項目先導計劃 -

「風中支友」－中風患者及家屬支援社區協作計劃

由本院急症中風團隊、健康資源中心與病友組織「新健社」及「慧進會」共同策劃及推動的「風中支友」計劃，目的是透過朋輩義工的力量，為中風病人及其照顧者賦能，針對病者的長期復康需要，幫助他們重新融入社區。過去一季，小組的八段錦、唱歌學講話和病室探訪均穩定持續進行，小組組員及義工也恆常積極參與。



參加者一同練習八段錦及互相交流



「過來人」義工整裝待發準備前往探望中風病者



參加者專注地跟從義工練習發音

「陽光計劃」社區精神健康工作計劃

由本院健康資源中心與精神科團隊合作的「陽光計劃」社區精神健康工作計劃，致力為精神科復康人士提供整全的照顧，促進康復者心理、生理及功能上的復元，踏上個人化的復元旅程；除了重拾日常生活、工作、休閒的能力，更協助他們重構自己的內在價值、重新融入社會，成為康復者從醫院過渡並重融到社區的橋樑。

色彩繽紛圓圈繪畫初體驗

中心於 27/8(三) 與本院精神日間醫院合辦「色彩繽紛圓圈繪畫初體驗」，參加者透過是次活動除可認識「圓圈繪畫」的由來、理念及對他們的正面效果外，更可發揮創意，在紙碟上塗上喜愛的顏色及畫上圖案。過程中，參加者十分專注繪畫，遇有困難可向義工尋求指導。完成後，參加者藉著作品表達「身體健康」、「人生圓滿」及「自由奔放」等盼望。整體而言，參加者表示活動「讓他感到放鬆」及增加他們對「藝術創作的興趣」。



參加者發揮創意繪畫圖案



大家開心展示製成品

精神科病室探訪

中心與香港心理衛生會一社區教育部合作，定期舉辦精神科病室探訪活動，期間一眾社區義工、機構社工及中心社工與復元人士一同進行各種遊戲互動，共享歡樂時刻。探訪活動不僅為眾參加者創造愉快經驗，亦讓社區義工對復元人士有更全面的認識，促進社區共融。



探訪活動定期舉行

守「護」天使・醫社協作計劃



守「護」護「天使」醫社協作計劃於2024年1月正式開展。醫(顧問護師團隊)、社(長者地區中心)在健康資源中心的連繫和推動下，保持緊密聯繫和協作，透過顧問護師在長者地區中心開辦專科健康講座，讓地區上的長者可以更深入了解疾病、認識相關預防方法，從而降低患病機會。

計劃已進入第二個年度，繼續得到顧問護師及長者地區中心的支持。在本部的統籌及協調下，今年的第三季完成了3場專科健康講座，共有59位長者及照顧者參與。

7至9月共完成3場專科健康講座，由左至右，講座主題、日期及顧問護師如下：

- 淺談類風濕關節炎 30/7(三)－李碧芬顧問護師(風濕科)
- 痛症迷思 5/8(二)－黃敏蓁顧問護師(疼痛科)
- 退化性關節病 26/9(五)－周釗文顧問護師(骨科)



「圓滿人生」- 社區生死教育及寧養義工服務計劃

為讓末期病患者在人生最後階段活得有尊嚴及有意義，使他們及其家庭得享無憾與圓滿人生，寧養義工服務計劃會透過個案、小組及大型活動等工作形式，以多元化的主題協助患者及家屬紓緩負面情緒及照顧壓力，從而讓他們更珍惜及享受相聚時刻。

外來團體服務

香港紅十字會義工於 3/7(四) 在紓緩科日間中心舉行以「冰室與茶餐廳」為主題的懷緬小組，透過有趣的遊戲與參加者回憶昔日的生活。當提及餐廳經典食物時，更引起大家的共鳴，紛紛積極分享，「你一言，我一語」，頓時令日間中心就像置身於餐廳的熱鬧氣氛中。雖然他們因受病患影響胃口及食慾，但透過輕鬆手法讓他們回想美好的生活片段，有助紓緩情緒。



患者投入參與小組活動

心理社交支援小組

為支援居家患者的情緒需要，健康資源中心逢星期四早上均在紓緩科日間中心進行心理社交支援小組，透過不同類型的興趣及社交主題活動，以輕鬆的形式讓患者舒暢身心，緩和因病患帶來的負面情緒，如遇有患者的情緒需要，中心社工亦會即時提供適切的關懷及支援。此外，透過定期活動加強病友間的聯繫，促進「同路人」支援網絡。



患者透過放鬆活動紓緩緊張情緒

住院病人支援

健康資源中心社工及受訓義工每星期會到紓緩科病房探訪住院人士，了解及關心他們的住院情況，減低他們住院期間的憂慮，當遇到患者家屬時，亦能了解他們的情緒需要及給予即時的支援，紓緩照顧壓力。此外，中心社工亦會擔當患者與家屬之間的橋樑，促進雙方溝通，讓他們互相了解及關心，有助紓緩負面情緒。



義工關心住院患者的身心需要

家居探訪

健康資源中心社工與受訓家訪義工定期探訪家居紓緩科患者，了解他們出院後的居家情況、需要及病患帶來的困難等，讓他們得到即時及持續的支援，有需要時亦為他們提供相關的社區資訊。患者及家屬表示感謝社工及義工的關心及支援，真誠的關懷亦幫助他們打開心扉，使他們願意分享及分擔病患的生活，更為他們的病患旅程加添一份暖暖的愛。



義工與患者透過持續探訪建立關係

心晴驛站

本中心與本聯網精神科合作自2024年7月起於將軍澳醫院精神科門診設立「心晴驛站」，透過與復元人士及其照顧者傾談接觸，評估及關心他們各方需要、連結社區資源並舉辦各項活動以支援復元人士及其照顧者，促進賦能與復元。

社區服務推廣

中心邀請不同社福機構到精神科門診作服務推廣，讓復元人士及其照顧者認識社區資源。

7至9月參與的服務單位包括香港神託會匯晴坊、香港心理衛生會賽馬會「復元有晴天」社區支援計劃及浸信會愛羣社會服務處敘暉匯精神復元人士照顧者資源及服務中心。

社福機構的職員及朋輩義工於門診接觸覆診人士及照顧者，直接向他們介紹服務，讓他們對社區資源有更全面了解，復元人士或照顧者更能即場報名登記服務。



社福機構職員介紹服務

生命教育小組

生命教育是復元人士及照顧者共同的需要，中心自7月與保良局華永會生命號合作，舉辦4節「生命教育小組」活動，期望參加者透過遊戲體驗，反思尊重生命的價值觀及實踐活在當下的生活。

過程中，社工透過分享、講解，讓參加者接觸如探索生命價值觀、解難技巧及平安五寶等等不同的生命議題。參加者積極投入活動，更會分享自己的人生經驗，互相鼓勵及支持。



參加者完成工作紙
反思生命價值觀

參觀精神健康社區中心

為認識更多社區資源，中心與區內精神健康社區中心合作，由社工帶領參加者前往參與基督教家庭服務中心和悅軒「慈善賣物會及盛夏遊樂園」活動，當中包括「真人圖書館工作坊」及「香薰護膚膏工作坊」，參加者積極參與，反應熱烈。



參加者專心聆聽社工講解

2025年第四季 (10-12/2025) 網上平台活動一覽



活動	對象	日期	時間
氣功八段錦 (部份課堂與慧進會合作)	本院中風患者及其家屬	逢星期一 (公眾假期除外)	上午 10:00 - 中午 12:00
柏金遜症運動班 (恆常班)	本院柏金遜症患者及其家屬	逢星期三 (公眾假期除外)	上午 10:00 - 11:00
「風」中奇緣音樂小組	本院中風患者	13/10/2025 (一) 27/10/2025 (一) 17/11/2025 (一) 24/11/2025 (一) 01/12/2025 (一) 08/12/2025 (一) 15/12/2025 (一)	下午 2:00 - 4:00
聯合愛嬰網上教室	將於本院分娩的孕婦	14/10/2025 (二) 28/10/2025 (二) 04/11/2025 (二) 25/11/2025 (二) 02/12/2025 (二) 23/12/2025 (二)	上午 9:30 - 11:00
		04/10/2025 (六) 15/11/2025 (六) 13/12/2025 (六)	上午 10:00 - 中午 12:00
認知友伴俱樂部	本院認知障礙症患者及其家屬	27/10/2025 (一) 22/12/2025 (一)	下午 3:00 - 4:00
脆性骨折患者支援小組分享會	本院脆性骨折患者及其家屬	18/12/2025 (四)	下午 3:00 - 4:30

2025年第四季 (10-12/2025) 實體活動一覽

活動	對象	日期	時間	地點
氣功八段錦 (部份課堂與慧進會合作)	本院中風患者及其家屬	逢星期一 (公眾假期除外)	上午 10:00 - 中午 12:00	健康資源中心
健體氣功班	本院冠狀動脈心臟病患者	逢星期二 (公眾假期除外)	上午 10:00 - 11:30	健康資源中心
「痛者當自強」長者慢性痛症管理課程	本院痛症科病患者	08/10/2025 (三) 15/10/2025 (三) 05/11/2025 (三) 12/11/2025 (三) 19/11/2025 (三) 26/11/2025 (三) 03/12/2025 (三) 10/12/2025 (三) 17/12/2025 (三)	下午 2:00 - 4:15	健康資源中心
開心唱歌學講話 (與新健社合作)	本院中風患者及其家屬	09/10/2025 (四) 30/10/2025 (四) 13/11/2025 (四) 27/11/2025 (四) 11/12/2025 (四)	下午 2:30 - 4:00	健康資源中心

活動	對象	日期	時間	地點
控糖動力 - 坐式康體運動班	本院二型糖尿病患者及其家屬	13/10/2025 (一) 20/10/2025 (一) 27/10/2025 (一) 03/11/2025 (一)	上午 11:30 - 下午 12:30	健康資源中心
禪繞工作坊	本院病人及照顧者	17/10/2025 (五) 15/12/2025 (一)	下午 2:30 - 4:00	健康資源中心
人工關節第二次術後重聚日	本院全髖關節或膝關節置換手術患者	23/10/2025 (四)	下午 2:30 - 4:00	健康資源中心
「風」中奇緣音樂小組	本院中風患者	03/11/2025 (一) 10/11/2025 (一)	下午 2:00 - 4:00	健康資源中心
照顧者專線 - 快樂體驗之旅 (參加者必須完成 4 節)	本院病人及照顧者	05/11/2025 (三) 12/11/2025 (三) 19/11/2025 (三) 26/11/2025 (三)	上午 11:00 - 下午 12:30	健康資源中心
病「有」秘笈新症分享會暨社區資源介紹	本院病人及照顧者	11/11/2025 (二)	下午 2:30 - 4:00	健康資源中心
認知友伴俱樂部	本院認知障礙症患者及其家屬	24/11/2025 (一)	下午 3:00 - 4:00	健康資源中心
脆性骨折患者支援小組分享會	本院脆性骨折患者及其家屬	18/12/2025 (四)	下午 3:00 - 4:30	健康資源中心
Let's 裝 HA Go!	本院病人及照顧者	19/12/2025 (五)	下午 2:30 - 4:00	健康資源中心

查詢或報名，可於辦公時間內致電3949 4746。

****活動詳情或會更改，參加前請先致電查詢****

康寧腎友會

對象	日期	時間	地點	內容	費用	查詢
本院腎科病人 康寧腎友會會員 及其家屬	逢星期二	下午3:00 - 5:00	觀塘曉光街體育館	乒乓球小組	全免	康寧腎友會 (辦公時間) 9305 7207 聯絡人：黃小姐
	逢星期四	中午12:00 - 下午2:00		羽毛球小組		
	逢星期二、五	下午1:00 - 3:00		門球小組		
	逢星期五	上午11:00 - 下午1:00		太極運動班		
	逢星期二	上午10:00 - 中午12:00	調景嶺體育館	太極運動班		
	逢星期二	上午11:00 - 下午1:00	藍田(南)體育館	簡易拉筋及跳舞班		

****為鼓勵會員勤做運動，鍛鍊強健體魄，本會特設各類型運動班，球拍自備，球類消耗品及場地費用全免，歡迎參加。****

****運動班時間/地點或會調動，欲參加腎友請先致電查詢****

特別天氣安排

活動舉行前2小時如天氣惡劣，本部活動將依據下列警告訊號安排

天氣情況	警告訊號	室內活動	戶外活動	義工當值及服務
暴雨警告	 黃色	✓	✓	✓
	 紅色	X	X	X
	 黑色	X	X	X
颱風訊號	 1號風球	✓	✓	✓
	 3號風球	✓	X	✓
	 8號風球或以上	X	X	X
極端情況	極端情況生效	X	X	X

2025年10月至12月「病友支援站」值勤服務暫停。如有任何查詢，請致電3949 4746 與本部職員聯絡。

癌症病人資源中心服務

九 龍東醫院聯網癌症病人資源中心為癌症病人及其照顧者提供多元化全面復康支援，透過與跨專業團隊合作，為患者提供實用的治療資訊及復康訓練，協助患者在身、心、社、靈等層面得到全面的支援，提升他們面對病患的信心及能力，積極踏上抗癌復康之路。

基督教聯合醫院 - 燃希中秋相聚

經歷過病患後，癌症患者及照顧者都表示每逢佳節倍思親，中心特意舉辦燃希中秋相聚，讓新症和舊症患者及照顧者能團圓，快樂地慶祝佳節。

今年主題為「有你，月更圓」，大家一起分享往日樂事，一起玩小時候的玩意，重拾昔日佳節情懷，患者及照顧者都表示這是一份珍貴的祝福。



大家喜迎中秋佳節



參加者展示燈籠作品

癌症專題網上講座 - 癌症治療新趨勢

治療癌症藥物的發展日新月異，新趨勢會著重於「個人化」與「精準化」。從傳統化療、電療、標靶藥物到免疫治療，透過藥物準確地對抗癌細胞，降低藥物所引起的副作用，提升治癒機會及存活率。為了讓患者及其照顧者更認識新治療方案，中心特意邀請腫瘤科部門主管關仲江顧問醫生擔任主講嘉賓，詳細講解癌症治療的新趨勢，當日共有一百名患者參與，他們都踴躍提問，獲益良多。



關醫生剖析藥物在本地的應用情況

腫瘤科藥劑專題講座

癌症病患在治療期間不時需要面對治療副作用帶來的種種困擾，為了讓病友們能進一步掌握更多應對治療副作用的知識，本部於 4/7(五) 邀請了藥劑師，以線上及實體講座形式，與病友們仔細講解接受荷爾蒙治療期間常見的副作用，例如疲倦、關節或肌肉痠痛等等，活動亦設有問答環節，幫助參加者掌握更多有關應對藥物副作用的知識。



藥劑師講解荷爾蒙藥的副作用

靜聽身心工作坊

為了緩減癌症病患者在面對病症時情緒上的高低跌宕，本部於 2025 年 7 月至 8 月舉辦了靜聽身心工作坊，透過帶領參加者學習靜觀及禪繞藝術，體驗「此時此刻」的狀態，以紓緩生活壓力帶來的緊張及焦躁情緒。此外，小組亦會有聊天環節，提供平台讓參加者們從聆聽及分享中獲得前行的信心及勇氣，進一步疏解壓力及負面情緒。



參加者在體驗禪繞藝術



參加者於線上體驗靜觀放鬆練習

乳科健康講座

中心與九龍東醫院聯網乳科中心於 7/7(一) 及 9/9(二) 分別舉辦了兩場乳科健康講座。主講嘉賓物理治療師及臨床心理學家分別講解預防淋巴水腫運動及情緒健康與調適。除了提供健康資訊外，中心社工帶領「過來人」義工與新症患者一起交流分享，藉此提供朋輩支援，加強新症患者及照顧者對治療的信心。



物理治療師示範伸展運動



臨床心理學家講解情緒紓緩方法

前腺加油站之身心運動班

身心運動結合身體活動與心理放鬆，對前列腺癌患者具有多方面的益處。本部於 3/7(四) 舉行一場「前腺加油站之身心運動班」，讓參加者透過呼吸練習及伸展肌肉的運動學會自我放鬆技巧，同時能增強肌肉力量與靈活性。過程中參加者互動及討論，「同路人」之間的分享，增強參加者的正向情緒與社交支持，促進心理健康。



各參加者正在交流及討論運動

將軍澳醫院 - 同路人分享會

病友常疑問能否透過中醫來紓緩治療後的身體不適，為了解答病友的疑問，中心特別邀請靈實香港中文大學中醫診所暨教研中心中醫師講解中醫保健方法。

當日中醫師親身以拇指及手掌施予指壓和按摩，教導病友透過穴位按摩來激發經絡之氣，促進氣血運行，改善臟腑功能，緩解病人疼痛，達到強身健體的目的。



中醫師教導按摩曲池穴位

將軍澳醫院 - 燃希中秋相聚

本部與將軍澳醫院健康資源中心於 30/9(二) 合辦「燃希中秋相聚」活動，以「有你，月更圓」為主題，邀請新舊癌症患者及其照顧者一同慶賀中秋。

活動當日由中心同事化身玉兔，切合「感恩有您，月亮更圓更美」的主題，祝賀參加者們中秋團圓美滿。此外，中心社工亦準備了團體遊戲及燈籠製作環節，讓參加者們同享中秋的喜慶氛圍，不少參加者表示是次活動讓他們倍感欣喜。



參加者高舉中秋燈籠作品



中心社工為參加者送上中秋祝福

2025年第四季活動一覽 癌症病人資源中心

對象	日期	時間	地點	內容	費用	查詢
本聯網之癌症患者及照顧者	15/10/2025 (三) 05/11/2025 (三) 17/12/2025 (三)	下午2:30 - 3:30	以網上視訊形式進行	靜聽身心工作坊	全免	3949 3564
	06/11/2025 (四)	下午3:00 - 4:30		癌症專題網上講座－癌症治療後的中醫保健		
	04/11/2025 (二) 16/12/2025 (二)	上午 11:30 - 下午1:00	於癌症病人資源中心舉行及同時以網上視訊形式進行	「治療鬥士」新症分享會		
	07/11/2025 (五)	下午2:30 - 4:30		腫瘤科藥劑專題講座		
本院之癌症患者及照顧者	08/10/2025 (三) 19/11/2025 (三) 05/12/2025 (五)	下午2:30 - 4:00	癌症病人資源中心	恩典小組		
	06/11/2025 (四)	下午3:00 - 4:30		身心自強工作坊		
	14/11/2025 (五)	下午2:30 - 4:30		「同向前行」前列腺癌症患者適應分享會		
	20/11/2025 (四) 27/11/2025 (四) 04/12/2025 (四) 11/12/2025 (四)	上午 10:30 - 下午12:30		表達藝術小組		
	20/11/2025 (四)	下午2:30 - 4:30		「腸樂之道」適應課程		
	11/12/2025 (四)	下午2:30 - 4:30		「婦女新姿」火鳳凰新症分享會		
	08/12/2025 (一)	下午2:30 - 4:00		燃希相聚		

**** 活動詳情或會調動，請於參與活動前先致電查詢 ****

義工活動花絮

暑期學生服務體驗計劃 2025

「暑期學生服務體驗計劃2025」第二期已於28/7（一）至15/8（五）完成，本年度合共65位學生參與為期三星期的服務。他們分別獲安排在本院病房、專科門診及其他部門，體驗醫院服務運作和關懷有需要的患者。計劃一如既往安排講座及參觀，讓學生進一步認識醫院的日常工作，今年亦邀請本院的足病診療部提供參觀，增進學生多元化了解。

今期新增戒煙宣傳講座，增加他們對於九龍東聯網戒煙輔導中心的認識。活動中大家一同設計戒煙手勢，期望他們成為推動戒煙宣傳的新力軍。

計劃的最後一天是「服務分享日」，學生將三星期的所見所聞、所思所想與大家分享，有笑聲有淚水。本院行政總監楊諦岡醫生以生動有趣的故事勉勵一眾學生，希望他們在學業上繼續努力，將來一同攜手在醫護界服務病人。最後，本部部門主管陳少楓先生頒發服務證明書予各學生，以表揚及肯定他們在過往三星期的付出及努力。

以下為部份學生的分享：

何芯妍

「我一開始都以為(計劃)會有一些類似「Job Shadowing」的機會，像可以看到護士洗傷口一樣，我以為到婦科可以看到嬰兒。頭三天都是做過膠、剪紙、貼貼紙的文書工作，所以有點失望。但是文職同事及病室經理看到我們做事那麼認真和勤力，當我們第四天時，我們提出可否到4A病房參觀，她們立即帶我們去看，所以我覺得個人做事的態度很重要，別人也會看到。我覺得在這計劃中能主動問，就會有學習機會。」

余星月

「我更有自信溝通，我發現兒科病房不只有醫生、護士，還有心理學家及遊戲治療師工作。在他們的關心及帶領下，就算病童局限於醫院病房，都可以快樂度過，更加燃亮我（對這行業）的熱情，努力學習及工作，追尋自己的夢想，將來投身醫療行業。」

本計劃得以順利進行，有賴本院各部門的支持及參與，本部在此特別鳴謝各部門在這三星期給予各學生的照顧和教導。

學生參觀本院不同部門，了解醫院運作



本院行政總監楊諦岡醫生
出席勉勵學生

學生參加戒煙宣傳講座



「服務分享日」圓滿舉行



學生分組分享三星期服務感受

義工核心訓練課程

今季課程已於4/7(五)及5/7(六)順利完成，合共72人出席參與。

感謝本院感染控制組同事及各義務導師一直以來的協助，在課程中為新義工講解醫院防感染知識，講者清晰的講解，令參加者對防感染知識有更深入的了解，亦提醒大家提升防感染的警覺性。

新義工接受義工核心課程後，將會正式加入醫院義工服務的不同崗位。



準義工們專心聽義務導師的講解

「南丁格爾·生命導師計劃」2025 - 2026

「南丁格爾·生命導師計劃」2025-2026於今年10月至明年5月舉行，為是項計劃的第十二屆。繼往開來，本部招募一班熱心護士員工擔任生命導師及年滿15歲或以上的中學生擔任計劃義工，透過家居探訪關懷出院的獨老或雙老人士，並在生命導師的帶領及教導下學習關心他人，為長者及家庭帶來關愛與祝福。



護士擔任生命導師，以生命影響生命

義工故事分享

人皆暱稱「妙妙」的義工陳妙霞，與基督教聯合醫院於2019年結緣。當時她以病人身份接受醫療服務，如今她已搖身一變成為了服務病人、造福社群的資深義工。「妙妙」於早年確診癌症，在醫院完成治療並康復後，她受到邀請加入義工行列，成為「綠衣天使」及「薈智大使」的一員。基於年輕時曾在另一所醫院工作，她經常目睹義工在醫院內悉心服務病人，令她深刻感受到義務工作的價值及意義，這促使她決心加入義工大家庭，期望以新身份再次為醫院及病人服務。

「因為這個程式幫了我很多，我希望能讓其他人也受惠。」作為義工，「妙妙」致力於推廣HA Go應用程式。當被問及為何選擇擔當這項服務的義工時，她表示自己經常透過應用程式預約和查看醫療記錄，但她注意到很多年長病人對這個程式的用途和使用方法不甚了解，因此，她希望能夠透過耐心指導病人如何使用應用程式的不同功能，包括查看藥物資訊、提醒覆診、排隊取藥和醫院導航等等，藉此幫助他們以更便利的方式完成各項醫療程序。

「妙妙」認為義務工作不僅讓她重拾服務的初心，為病人和社會貢獻自己的力量，更讓她的生活找到寄託，為人生的後半段尋獲更多意義和價值。她更發現服務過程中，可以學會如何在面對人生挑戰時保持冷靜、從容應對，接納變化，減少焦慮。義工服務讓「妙妙」深刻體會到無私的付出能帶來豐厚的收穫！



義工服務不僅富有意義，更令「妙妙」獲益良多



義工「妙妙」致力協助推廣HA Go 應用程式

「社區交流日 2025」

「社區交流日2025」已於14/7(一)順利舉行，立法會(九龍東)議員、觀塘區議會區議員、觀塘區政府部門代表、地區領袖及醫院管理局營智大使等，超過40位嘉賓蒞臨參與。在本院醫院行政總監楊諦岡醫生及醫院管治委員會委員黃婉玲女士致辭後，便由本院策劃及籌備部高級經理馮冠勛醫生、聯網腫瘤科部門主管關仲江醫生與矯形及創傷外科招智傑顧問醫生分別介紹擴建進度及臨床服務，並交流意見，有效促進醫院與社區的聯繫和溝通。



擴建計劃第五屆地區諮詢委員會

擴建計劃第五屆地區諮詢委員會第二次會議已於15/9(一)舉行，委員會主席暨本院臨床毒理部主管謝萬里醫生、行政事務總經理符致彬先生與策劃及籌備部高級經理馮冠勛醫生在會上向各委員簡介擴建進度及未來十年再擴建計劃，各委員亦就大眾關心的事項提出查詢。會上的意見和交流，都能讓擴建工程及日後發展，更順利及完善。在此，多謝各委員及市民對工程的體諒和包容。



督印人：陳少楓

編輯委員：林淑冰、鄭家佩、李美嬌、邱國權、鄭晞僑、陳嘉玲、王雪儀、朱穎欣、嚴迦銘、楊倩茹、徐少琴



基督教聯合醫院
UNITED CHRISTIAN HOSPITAL

社區參與及義工服務部 編印

2025年第四季 第105期

網上平台及實體活動
刊於P.10-11
敬請留意!

印刷品

Printed Matter

九龍觀塘協和街130號基督教聯合醫院O座2樓

社區參與及義工服務部

電話：3949 4746

傳真：2949 6771



本期印刷數量：2200份