



## 癌症病人資源中心

### 走過驚濤駭浪



▲ 穴位按摩 - 紓緩痛症講座  
中醫師介紹如何透過穴位按摩舒緩痛楚

心靈舞蹈 - 減壓工作坊 ▲  
一齊跳，一齊傾，一齊笑，暫時把煩惱忘掉

否認、憤怒、煩惱和憂慮等等的情緒，幾乎每位剛確診的癌症病人都曾經感受過。病人和照顧者除需要接受治療外，身心亦需要得到支援，讓他們裝備好，以應付癌症帶來一連串的挑战。

雅麗氏何妙齡那打素慈善基金會與四間慈善機構合作，透過香港賽馬會慈善信託基金的資助，於2015年9月開始推出「攜手同行」癌症家庭支援計劃，為癌症患者及其家人提供全方位的支援服務。

計劃為癌患者的家庭，尤其較為年長的患者及家庭照顧者，提供適時、切合需要且持續性的支援服務。計劃由專業團隊領導，強調以人為本的全人照顧，積極推動社區外展服務，以能力導向為基礎，協助癌症家庭積極地面對癌症，改善生活。

癌症病人資源中心亦與「攜手同行」合辦各類活動支援本院的癌症病人，讓病人在診斷期、治療期和復康期都得到支援。例如由營養師主講的飲食講座，令病人和照顧者認識化療及電療期間的營養知識。減壓工作坊幫助療程中的病人和照顧者，透過活動紓緩焦慮情緒和學習減壓方法。另外，癌症病人在治療後常被痛症所纏擾，病人和照顧者可以透過紓緩痛症工作坊學習紓緩方法，以改善痛症，提昇生活質素。

癌症雖可怕，但你並不孤單，只要積極治療，認識及使用醫院及社區提供的支援，必能走過驚濤駭浪！如希望得到更多資訊，請隨時與我們聯絡。

認識更多「攜手同行」癌症家庭支援計劃，可瀏覽以下網頁或掃瞄二維碼：  
<https://jccsc.hkacs.org.hk/zh/>



☎ 報名及查詢電話 3505 4030 | 📞 WhatsApp 9092 9770

沙田威爾斯親王醫院 包玉剛爵士癌症中心三樓  
癌症病人資源中心

星期一至星期五 上午九時正至下午五時三十分  
星期六、星期日及公眾假期 休息

### 乳癌放射治療新症講座暨同路人分享 (視像及實體)

**內容** 講解有關放射治療及治療期間之護理、並由同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務及社區資源

**對象** 新界東醫院聯網 乳癌病人

**講者** 本院臨床腫瘤科放射治療師、護士、本中心社工

**日期** 2023年7月5日、8月2日、9月6日(星期三)

**時間** 下午2時30分至4時

\* 由放射治療部轉介 \*

### 頭頸癌新症講座 (實體)

**內容** 由護士講解有關頭頸癌成因與治療，並由營養師分享適合癌症病人的飲食方案，和社工介紹癌症支援服務及社區資源

**對象** 新界東醫院聯網 頭頸癌病人

**講者** 本院臨床腫瘤科護士、註冊營養師、本中心社工

**日期** 2023年7月6日、7月13日、7月20日、7月27日、8月3日、8月10日、8月17日、8月24日、8月31日、9月7日、9月14日、9月21日、9月28日(星期四)

**時間** 上午9時15分至11時

\* 由醫護人員轉介 \*

### 癌症化學治療新症講座 (視像及實體)

**內容** 講解有關化學治療旅程之準備、介紹癌症支援服務及社區資源

**對象** 新界東醫院聯網 癌症病人

**講者** 本院臨床腫瘤科護士、本中心社工

**日期** 2023年7月10日、8月14日、9月11日(星期一)

**時間** 下午2時30分至3時30分

\* 由臨床腫瘤科轉介 \*

### 鼻咽癌放射治療新症講座暨同路人分享 (視像及實體)

**內容** 講解有關放射治療及治療期間之護理、並由同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務和社區資源

**對象** 新界東醫院聯網 鼻咽癌病人

**講者** 本院臨床腫瘤科放射治療師、護士、本中心社工、健樂社義工

**日期** 2023年7月20日、8月17日、9月21日(星期四)

**時間** 上午11時至下午12時30分

\* 由放射治療部轉介 \*

### 腸癌新症講座暨同路人分享 (視像)

**內容** 講解腸癌成因與治療、並由同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務和社區資源

**對象** 新界東醫院聯網 腸癌病人

**講者** 本院護士、本中心社工、義工

**日期** 2023年7月24日、8月28日、9月25日(星期一)

**時間** 下午3時至4時30分

\* 由醫護人員轉介 \*

### 前列腺癌新症講座暨同路人分享 (實體)

**內容** 講解前列腺癌成因與治療、並由同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務和社區資源

**對象** 新界東醫院聯網 前列腺癌病人

**講者** 本院泌尿科護士、本中心社工、前腺聯盟義工

**日期** 2023年7月6日、8月10日(星期四)

**時間** 下午2時30分至4時

\* 由泌尿科護士轉介 \*

## 膀胱癌新症講座暨同路人分享 (實體)

**內容** 講解膀胱癌成因與治療、並由同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務和社區資源  
**對象** 新界東醫院聯網 膀胱癌病人  
**講者** 本院泌尿科護士、本中心社工、明暎會義工  
**日期** 2023年9月7日(星期四)  
**時間** 下午2時30分至4時

\* 由泌尿科護士轉介 \*

## 午間小聚 (實體)

**內容** 分享面對治療之心理壓力、學習處理壓力的方法、同路人分享抗癌歷程  
**對象** 新界東醫院聯網 血癌、淋巴癌、骨髓瘤病人及照顧者  
**講者** 心血會義工  
**日期** 2023年7月13日、7月27日、8月10日、8月24日、9月14日、9月28日(星期四)  
**時間** 中午12時30分至下午2時

## 肺癌同路人分享會 (視像)

**內容** 分享面對治療之心理壓力、學習處理壓力的方法、同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務和社區資源  
**對象** 新界東醫院聯網 肺癌病人及照顧者  
**講者** 本中心社工、義工  
**日期** 2023年7月20日、8月17日、9月21日(星期四)  
**時間** 下午2時30分至3時30分

## 腸癌同路人分享會 (視像)

**內容** 分享面對治療之心理壓力、學習處理壓力的方法、同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務和社區資源  
**對象** 新界東醫院聯網 腸癌病人及照顧者  
**講者** 本中心社工、義工  
**日期** 2023年7月25日、8月29日、9月26日(星期二)  
**時間** 下午2時30分至3時30分

## 前列腺癌同路人分享會 (實體)

**內容** 分享面對治療之心理壓力、學習處理壓力的方法、同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務和社區資源  
**對象** 新界東醫院聯網 前列腺癌病人及照顧者  
**講者** 本中心社工、前腺聯盟義工  
**日期** 2023年9月21日(星期四)  
**時間** 下午2時30分至4時

## 膀胱癌同路人分享會 (實體)

**內容** 分享面對治療之心理壓力、學習處理壓力的方法、同路人分享抗癌歷程及社工介紹癌症支援服務和社區資源  
**對象** 新界東醫院聯網 膀胱癌病人及照顧者  
**講者** 本中心社工、明暎會義工  
**日期** 2023年9月28日(星期四)  
**時間** 下午2時30分至4時

**「乳」你有約健康講座 (視像)**

**內容** 讓乳癌病人全面增加對治療、護理及復康的知識，從而更有信心地面對及過渡乳癌治療

**對象** 新界東醫院聯網 乳癌病人

**講者** 陳頌詩姑娘 (新界東醫院聯網 乳科顧問護師)、香港大學賽馬會癌症綜合關護中心註冊護士 及 北區醫院健康資源中心社工

**日期** 2023年7月8日(星期六)、8月2日(星期三)、9月2日(星期六)

**時間** 上午10時至11時 **報名及查詢** 電話: 2683 7515 或 WhatsApp: 6295 2263

**認識淋巴水腫講座 (視像及實體)**

**內容** 教授預防及紓減淋巴水腫的方法

**對象** 新界東醫院聯網 乳癌病人 **講者** 香港乳癌基金會 註冊護士

**日期** 2023年7月12日(星期三) (實體)、8月15日(星期二) (視像)、9月13日(星期三) (實體)

**時間** 上午10時30分至11時30分 (視像)、上午10時至11時 (實體)

**營養講座：充足營養撐住你 — 挺過癌症治療(視像)**

**內容** 由營養師分析當癌症病人進行化療或電療時，應該實行的營養餐單

**對象** 新界東醫院聯網 接受化療或電療的癌症病人及照顧者

**講者** 賽馬會「攜手同行」癌症患者支援計劃(新界東中心) 註冊營養師

**日期** 2023年7月14日(星期五) **時間** 下午2時30分至4時 **名額** 15人

**營養講座：乳癌飲食迷思與脂肪控制 (視像)**

**內容** 講解乳癌患者飲食的迷思，並提供控制脂肪之飲食方法

**對象** 新界東醫院聯網 乳癌康復病人及照顧者

**講者** 賽馬會「攜手同行」癌症患者支援計劃(新界東中心)註冊營養師

**日期** 2023年7月19日(星期三) **時間** 下午2時30分至4時 **名額** 15人

**癌症專題網上講座-癌症治療新趨勢 (視像)**

**內容** 專科醫生簡介癌症最新治療的方法及效用，剖析現時本地的應用情況及治療新趨勢

**對象** 新界東醫院聯網 癌症病人及照顧者 **講者** 關仲江醫生 (臨床腫瘤科顧問醫生)

**日期** 2023年7月20日(星期四)

**時間** 上午10時至11時30分 **名額** 30人

**抗癌養生工作坊(視像)**

**內容** 由本計劃之註冊護士以中西醫角度分享抗癌養生知識，並破解癌症治療和飲食上常見謬誤，講解運動對癌症病人的好處

**對象** 新界東醫院聯網 癌症康復病人及照顧者

**講者** 賽馬會「攜手同行」癌症患者支援計劃(新界東中心) 註冊護士

**日期** 2023年8月4日(星期五) **時間** 下午2時30分至4時 **名額** 15人

**營養講座：癌症與抗氧化飲食 (視像)**

**內容** 坊間流行抗氧化飲食，認為可以抗癌。營養師講解各種抗氧化食物及當中營養素與預防癌症之關係。

**對象** 新界東醫院聯網 癌症康復病人及照顧者

**講者** 賽馬會「攜手同行」癌症患者支援計劃(新界東中心)註冊營養師

**日期** 2023年8月11日(星期五) **時間** 下午2時30分至4時

**名額** 20名 (如報名人數超額，將以抽籤形式處理)

**紓緩電療化療不適 — 中醫食療講座 (視像及實體)**

**內容** 由註冊中醫師講解電療及化療期間的養生食療，以紓緩電療及化療引發之不適  
**對象** 新界東醫院聯網 接受化療或電療的癌症病人及照顧者  
**講者** 香港中文大學 香港中西醫結合醫學研究所註冊中醫師  
**日期** 2023年8月25日(星期五) **時間** 下午2時30分至4時

**造口病人飲食需知 (視像)**

**內容** 1)介紹造口病人飲食要注意之事項 2)同路人分享  
**對象** 新界東醫院聯網 接受化療或電療的癌症病人及照顧者  
**講者** 註冊營養師  
**日期** 2023年8月31日(星期四)  
**時間** 下午2時30分至3時30分 **名額** 15人

**認識義乳及假髮知識講座(實體)**

**內容** 由社工及專業試身人員講解 1)戴義乳的原因 2)如何選擇義乳 3)認識義乳配合專用胸圍 4)認識如何選擇及清潔假髮  
**對象** 新界東醫院聯網 乳癌病人  
**講者** 賽馬會「攜手同行」癌症患者支援計劃(新界東中心) 社工  
**日期** 2023年9月20日(星期三) **時間** 下午2時30分至4時 **名額** 15人

**減壓工作坊 — 香薰石製作 (實體)**

**內容** 透過製作香薰石，從而幫助癌症病人紓緩壓力，專注當下  
**對象** 新界東醫院聯網 癌症病人及照顧者  
**講者** 賽馬會「攜手同行」癌症患者支援計劃 (新界東中心) 職員  
**日期** 2023年7月7日(星期五) **時間** 上午10時30分至12時  
**名額** 15人 (如報名人數超額，將以抽籤形式處理)

**癌症病人加油站 (青草地) (視像及實體)**

**內容** 詩歌、見證、訊息分享 **對象** 新界東醫院聯網 癌症病人及照顧者  
**講者** 新界東醫院聯網心靈關顧服務 基督教院牧部 沙田區醫院院牧事工  
**日期** 2023年7月11日、8月8日、9月12日(星期二) **時間** 上午10時30分至12時

**安心方程式 (視像及實體)**

**內容** 1) 禪修系列: 紓解身心壓力、培養慈心自愛  
 2) 講座系列: 透過短片、問答、分享等，建立正面心態  
**對象** 新界東醫院聯網 癌症病人及照顧者 **講者** 新界東醫院聯網心靈關顧服務 佛教院侍部  
**日期** 2023年7月17日、8月21日、9月18日(星期一) **時間** 上午10時30分至中午12時

**減壓工作坊 — 和諧粉彩畫製作 (實體)**

**內容** 透過製作和諧粉彩畫，從而幫助癌症病人紓緩壓力，專注當下  
**對象** 新界東醫院聯網 癌症病人及照顧者  
**講者** 賽馬會「攜手同行」癌症患者支援計劃(新界東中心) 職員  
**日期** 2023年9月22日(星期五) **時間** 下午2時30分至4時30分  
**名額** 15人 (如報名人數超額，將以抽籤形式處理)

## 臨床心理服務

**內容** 由威爾斯親王醫院臨床心理學家提供臨床心理服務

**對象** 因癌症令情緒、思想或行為上受困擾的癌症病人  
(需於威爾斯親王醫院臨床腫瘤科覆診)

\* 由醫生及醫護人員轉介 \*

## 社區藥房藥物資助資訊及癌症病人服務資源介紹

**內容** 中心職員介紹社區藥房服務、癌症病人服務資源及申請方法

**對象** 威爾斯親王醫院 癌症病人

**日期 / 時間** 請與中心職員聯絡

\* 社區藥房藥物資助資訊 由腫瘤科護士轉介 \*

**最新活動資訊，請向中心職員查詢**