

沿途有妳 - 不同階段之乳癌護士診所及服務

根據香港癌症資料統計中心顯示，2019 年乳癌繼續成為女性癌症第一位，新症個案超過 4700 宗。過去 10 年病發率有上升趨勢，而 5 年相對存活率高達 84%，以致乳癌護理服務的需求日趨龐大。而患者無論在確診初期、治療期間以致康復階段都有著不同的需要，所以威爾斯親王醫院腫瘤科希望透過各種服務幫助乳癌患者順利過渡每一階段。

回顧現有服務 - 腫瘤科乳癌個案經理及專科護士診所

醫管局於 2010 年開展「癌症個案經理計劃」，以優化患者的治療過程並提供適時服務，腫瘤科乳癌個案經理會跟進術前化療病人治療期間的情況並與北區醫院乳科醫護團隊協調覆診及手術安排，同時亦會為病人安排教育講座、轉介專職醫療服務、定時跟進患者服用抗荷爾蒙藥的情況，以及提供電話查詢服務等。

化療和電療是常見術後輔助治療。專科護士會在化療輔導診所為乳癌患者在治療前作全面評估，針對相關副作用教導所需護理、提醒患者日常生活注意事項。而為了使電療得以順利進行，電療新症護士診所會評估患者術後上肢活動能力、傷口及淋巴水腫情況，並從中給予護理及指導。護士亦會為患者量度淋巴水腫指數、教導如何預防及紓緩電療常見副作用。對於高風險或現有淋巴水腫患者，會提供個別運動指導。此外，護士會替出現治療副作用患者進行護理，教導患者如何減輕不適。

展望未來- 乳癌復康診所

即使完成治療，乳癌患者在康復階段亦會面對各種問題，例如如何適應治療相關的長期副作用：手術後皮膚拉緊、淋巴水腫及荷爾蒙治療引起的關節痛等。同時亦要面對不同程度的心理困擾，包括外觀上改變、伴侶關係、工作能力、經濟問題及癌症會否復發等。醫管局在 2022 年將會開展綜合模式乳癌康復診所，由專科護士為康復者作臨床評估，制定治療及護理計劃，教導患者改善長期副作用，妥善管理健康，例如維持健康體重、良好飲食習慣、運動建議及預防其他癌症等。

麥瑋智

威爾斯親王醫院

臨床腫瘤科資深護師

圖一

圖二

圖三

活動一覽

1. 新症講座

乳癌放射治療新症講座 (視像)

內容	講解有關放射治療及治療期間之護理、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	2022年7月6日、8月3日、9月7日(星期三)
時間	下午2時30分至3時30分

由放射治療部轉介

癌症化學治療新症講座 (視像)

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	2022年7月11日、8月8日、9月19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

前列腺癌新症講座暨同路人分享 (視像)

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	2022年7月7日、8月4日(星期四)
時間	下午2時30分至3時30分

由泌尿科護士轉介

鼻咽癌放射治療新症講座暨同路人分享 (視像)

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	2022年7月21日、8月18日、9月15日(星期四)
時間	上午10時30分至中午12時

由放射治療部轉介

膀胱癌新症講座暨同路人分享 (視像)

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、明朥會義工
日期	2022年9月1日(星期四)
時間	下午2時30分至3時30分

由泌尿科護士轉介

2. 同路人分享

乳癌同路人分享會 (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 乳癌病人及照顧者
講者	本中心社工、義工
日期	2022年7月4日、7月18日、8月8日、8月22日、9月5日、9月19日(星期一)
時間	上午10時30分至11時30分

午間小聚 (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 血癌、淋巴癌、骨髓瘤病人及照顧者
講者	本中心社工、心血會義工
日期	2022年7月14日、7月28日、8月11日、8月25日、9月8日、9月22日(星期四)
時間	下午2時至3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	2022年7月21日、8月18日、9月15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	2022年7月26日、8月30日、9月27日(星期二)
時間	下午2時30分至3時30分

P2

3. 復康治療

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) 黃翠萍註冊營養師
日期	2022年7月8日(星期五)
時間	下午2時30分至4時
名額	30名(額滿即止)

「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	2022年7月9日(星期六)、7月23日(星期六)、8月27日(星期六)、8月31日(星期三)、9月7日(星期三)及9月24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

營養講座：乳癌飲食迷思與脂肪控制 (視像)

內容	講解乳癌患者飲食迷思、脂肪與乳癌，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) 黃翠萍註冊營養師
日期	2022年7月29日(星期五)
時間	下午2時30分至4時

淋巴水腫講座 (視像)

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	2022年8月23日(星期二)
時間	上午10時30分至11時30分

紓緩電療及化療不適--中醫食療講座 (視像)

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 癌症病人及照顧者
講者	歐國賢博士 (香港中文大學 香港中西醫結合醫學研究所專業顧問及註冊中醫師)
日期	2022年8月24日(星期三)
時間	上午10時30分至11時30分

如何改善失眠講座 (視像)

內容	了解認識睡眠衛生，並學習簡單的安睡穴位按摩，改善睡眠
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) 社工
日期	2022年8月26日(星期五)
時間	下午2時30分至4時

營養講座：彩虹飲食 (視像)

內容	講解什麼是彩虹飲食法、彩虹飲食法的好處及如何預防癌症，並淺談營養補充劑
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	2022年9月9日(星期五)
時間	下午2時30分至4時

各區癌症病人資源中心聯合舉辦 ---「自主晚晴路」 - 預設醫療指示及社區寧養服務簡介 (視像)

內容	講解『預設醫療指示』及其應用情況，以及簡介瑪麗醫院寧養服務計劃及社區寧養服務
對象	新界東醫院聯網 癌症病人及照顧者
講者	袁國強醫生 (瑪麗醫院 臨床腫瘤科部門主管) 及 何美玲女士 (瑪麗醫院 醫務社會工作部 (醫院管理局) 助理社會工作主任)
日期	2022年9月20日(星期二)
時間	下午2時30分至4時
名額	20個 (額滿即止)

最新活動資訊，請向中心職員查詢

報名及查詢電話 3505 4030

WhatsApp 9092 9770

P3

3. 復康治療

抗癌養生工作坊 – 主題：飲食及運動 (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	2022年9月23日、9月30日(星期五)
時間	下午2時30分至4時

認識義乳及假髮知識講座 (視像)

內容	1) 認識如何選擇及配戴義乳 2) 認識如何選擇及清潔假髮
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)社工
日期	2022年9月26日(星期一)
時間	下午2時30分至4時

4. 心靈紓緩服務

安心方程式 (視像)

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	2022年7月18日、8月15日、9月19日(星期一)
時間	上午10時30分至中午12時

Circle Painting 圓圈繪畫減壓工作坊 (視像)

內容	透過學習 Circle Painting，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	本中心社工
日期	2022年7月26日(星期五)

時間	下午 2 時 30 分至 4 時
----	------------------

癌症病人加油站（青草地）（視像）

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	2022 年 7 月 28 日、8 月 25 日、9 月 22 日(星期四)
時間	上午 10 時 30 分至 11 時 30 分

DIY 手指畫工作坊（視像）

內容	透過製作手指畫，幫助癌症病人紓緩壓力，學習放鬆
對象	新界東醫院聯網 癌症病人及照顧者
講者	本中心社工
日期	2022 年 9 月 13 日(星期二)
時間	上午 10 時至 11 時 30 分

5. 社區支援服務

社區藥房藥物資助資訊（視像）

內容	介紹社區藥房服務、申請資格、流程及注意事項
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

由腫瘤科護士轉介

社區資源介紹及提供癌症資訊

內容	中心職員介紹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

6. 臨床心理服務

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

7. 社區合作伙伴資訊

聖雅各福群會 惠澤社區藥房



<https://charityservices.sjs.org.hk/charity/pharmacy>

香港防癌會 · 賽馬會「攜手同行」癌症患者支援計劃



<https://jccsc.hkacs.org.hk/zh/>

香港癌症基金會



<https://www.cancer-fund.org/>

香港乳癌基金會



<https://www.hkbcf.org/zh/>

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

