

東網

NTEC CLUSTER NEWSLETTER聯網刊物—Issue126 第126期

走進年輕人

本期於2025年5月出版

This issue is published in May 2025

《東網》亦載於新界東醫院聯網內聯網站

<http://ntec.home>

本刊物以環保紙印製

P1	封面
P2	目錄
P3	總監的話 新界東擁抱科技 與新世代攜手共進 新界東醫院聯網總監暨威爾斯親王醫院醫院行政總監 鍾健禮醫生
P4	一家一劃 醫校社攜手 學子展潛能
P8	醫校合作
P9	沙田醫院 學生義工
P10	共創明 Teen 計劃 - 攜手威院 啟蒙醫療新力軍 - 新界東 友師訪問
P12	走進醫療新鮮人專訪 - 實習醫生 - 實習護士 - 新晉物理治療師
P14	春季養生飲食原則
P15	聯網動態 新界東醫院聯網 年度火警演習 強化應變協作 守護病人及醫院 威爾斯親王醫院 元宵病房送暖意 200 份玩具為病童帶來驚喜 雅麗氏何妙齡那打素醫院及大埔醫院 醫院行政總監與員工大會 「最好的告別・情永在」質素及安全論壇 白普理寧養中心、沙田慈氏護養院及沙田醫院 「輕嚙料理」：品嚐熟悉味道 重拾飲食樂趣 北區醫院 千顆善心 無懼嚴寒 同行共創 智慧醫院 慈善信託基金慈善步行 2025
P18	感恩有你
P20	恭賀於二零二四年十月至十二月份晉升同事 & 遊戲園地

編輯委員會

主編： 蔣珮琮醫生 Dr Grace CHIANG AHNH

副主編： 林傳進先生 Mr Peter LAM PWH 吳明謙博士 Dr James NG PWH

委員：

岑敏芳女士 Ms Zenobia SHUM PWH	陳麗華女士 Ms CHAN Lai Wa AHNH	李穎恩女士 Ms Emily LI NTEC
楊秀玲女士 Ms Stephanie YEUNG PWH	樊曉榆女士 Ms Silvia FAN TPH	何雅如女士 Ms Agnes HO NTEC
甘世威先生 Mr Leo KAM PWH	林子山醫生 Dr Geoffrey LAM NDH	簡雪敏女士 Ms Tracy KAN NTEC
王子迪先生 Mr Andy WONG PWH	黃栩源先生 Mr Hayden WONG NDH	
陳仕娜女士 Ms Sara CHAN PWH	蔡家棟先生 Mr Colton TSOI SH	
李曼詩女士 Ms Louisa LEE PWH	梁裕恩女士 Ms LEUNG Yue Yan SH	
鄭家欣女士 Ms Christine CHENG AHNH	李永芳女士 Ms Eva LEE Alumni	

新界東擁抱科技 與新世代攜手共進

新界東醫院聯網總監暨威爾斯親王醫院 醫院行政總監 鍾健禮醫生

本期的主題是「走進年輕人」。談到如何與年輕人建立聯繫，不得不提當今炙手可熱、深刻影響各行各業的人工智能(AI)。當代年輕人的成長環境與過去大相逕庭，他們生活在資訊瞬息萬變的時代，習慣透過社交媒體(如 Instagram、X、YouTube、TikTok) 與世界交流，並靈活運用 AI 技術，如 Deepseek、ChatGPT、文心一言、通義千問等。他們的興趣廣泛，涵蓋遊戲、電競、元宇宙、數碼藝術等新興領域，並且對 AI、區塊鏈、AR/VR 等科技瞭如指掌，熱烈擁抱這些正在改變世界的創新技術。

AI 對年輕人而言，不只是輔助工具，更是一場顛覆性的科技革命。從 AI 生成內容、智慧駕駛到自動化醫療，AI 已深入我們的日常生活，並改變了傳統行業的運作模式。

醫療機構如何吸引年輕人？AI 如何影響他們的職業選擇與未來規劃？AI 技術的飛速發展正重新定義醫療行業，涵蓋從智能診斷、機械人手術、個人化醫療方案到醫療數據分析與藥物研發。

AI 如何幫助醫生與護士？AI 並非要取代醫護人員，而是我們的輔助工具。

人工智能可快速分析大量醫學數據，提高診斷準確性。運用 AI 影像識別技術可偵測 X 光、MRI、CT 掃描中的微小異常，提高早期診斷準確度，例如以 AI 技術診斷肺部腫塊或結節、腕部微小骨折及顱內出血等；在急症醫院推行「智能抗生素管理計劃」；試行「人工智能患者風險預警系統」等。生成式人工智能已在威院的麻醉、痛症及圍術期醫學部門進行試驗。AI 聊天機器人用於知識共享，通過回應臨床相關的問題提供指引。

醫護人員每天需處理大量文書工作，生成式 AI 可自動整理病歷、分析患者數據、製作醫療報告、簡化行政流程，提升效率及準確度。此外，AI 輔助機械人手術已在全球多國應用，提升微創手術的精準度並縮短恢復時間。AI 亦能支援遠程醫療，讓偏遠地區患者獲得高質量醫療服務。

AI 如何改善病人治療與護理？AI 的應用不僅提高醫療效率，更讓治療變得個人化。

個人化治療方案：透過 AI 分析患者基因、生活習慣與病歷，醫生可制定更精準的治療方案，提高療效並減少副作用。

智能健康監測：AI 可結合可穿戴設備（如 Apple Watch、Fitbit）監測患者心率、血壓、血糖等健康指標，並在異常時發出警報，預防疾病發作。

心理健康支援：AI 聊天機械人與虛擬心理治療師可即時提供心理支援，幫助患者管理壓力與焦慮。

吸引年輕人加入醫療行業

與年輕醫護人員交流後發現，他們對工作的期望與前輩有所不同。他們不僅重視薪酬，更關心工作價值、成長機會及工作與生活的平衡。有見及此，新界東醫院聯網急症科特意設立獎學金計劃，支持具潛質的員工探索 AI 技術在現時急症科服務中的應用，藉此培養具備 AI 才能的新一代臨床領袖，未來協助引領及推動新界東醫院聯網轄下的急症室的 AI 發展。我們常常要推陳出新，人性化培訓及管理，透過不同形式讓年輕人感受到醫療行業的未來發展潛力，例如：

科技與創新應用：醫療機構須展示如何在日常業務中結合科技，如推行智慧醫院、遠程醫療等。

靈活工作模式：提供彈性工作安排、跨部門培訓計劃及心理健康支援，讓年輕員工在挑戰中找到支援與發展空間。

優化溝通方式：年輕人習慣使用社交媒體，我們可透過 YouTube、Instagram、微信、小紅書等平台，以短片、動畫、Vlog 等方式分享醫護日常，讓年輕人更直觀了解醫療行業的真實面貌。

建立良好的職場文化：年輕人重視職場氛圍與心理健康，可透過 HA Chat 隨時隨地互動、聆聽想法，並提供適切的支援，提升歸屬感。

崛起的 AI 正重塑不同產業，年輕一代將是這場變革的推動者。我們應讓他們體會到，醫療行業不只是「一成不變的傳統職業」，更是充滿科技創新、社會價值與個人成長機會的領域。作為醫療界的一員，我們應積極擁抱科技，與新世代攜手合作，讓 AI 成為提升醫療服務的有力工具，共同塑造更智慧高效、更人性化的醫療未來。

相片：

右上：早前獲邀出席第二屆具身智能醫療科技論壇，致開幕詞。

右下：醫院走進年青人世界，醫校社共融，邀請莘莘學子探訪醫院，體驗醫護工作。

左：喜與醫療科技頂尖學者交流討論

醫校社攜手 學子展潛能

撰文：一家一劃督導委員會

由醫、校、社共同策動的「一家一劃」計劃，秉持著「醫校社攜手 學子展潛能」的宗旨，以「一家」為起點，讓學生與家人分享健康資訊，關懷家人身心健康；以「一劃」為目標，透過計劃舉辦各項活動，醫院參觀及醫護工作體驗，讓學生們及早作好生涯規劃，日後投身醫療服務，回饋社會。

三區精心活動 學生積極參與

「一家一劃」這個由醫、校、社攜手推動的計劃，相信大家並不陌生。計劃自 2024 年推展以來，已在新界東不同醫院舉辦一系列為沙田、大埔及北區區內學生精心設計的活動，讓他們親身體驗醫院提供的醫療服務、了解醫療人員的專業角色及病人需要，並建立正確健康生活模式。整個計劃獲得三區中小學校長會鼎力支持，而學生們踴躍，熱烈及投入的參與，為整個計劃注入無限活力。以下是三區中小學的活動及花絮。

小學活動

沙田區

「醫社共融愛聚沙田」親子填色比賽

- 小一組別，25 間學校共 50 位同學參加
- 小二組別，25 間學校共 50 位同學參加
- 小三組別，25 間學校共 49 位同學參加
- 所有作品於網上進行投票，選出「最具人氣大獎」及「優異人氣獎」

〈銀城三十 樂閱 e 書〉暑期閱讀報告比賽（小四至小六）

- 閱讀報告分「感動人心」及「創意演繹」兩個主題於網上進行投票，選出「最高人氣大獎」及「優異人氣獎」
- 安排參與同學 2024 年 10 月參觀醫院
- 以「長者健康知多少」為主題，由老人科醫生及顧問護師主講，讓同學認識長者健康問題及醫療需要，並關注家中長者健康情況，共建健康生活模式
- 由副醫院行政總監介紹威爾斯親王醫院（威院）服務，並安排同學參觀藥房、物理治療部及職業治療部，直接與醫療人員交流，了解醫療團隊在長者醫療服務上的角色
- 以介紹「積木治療」為主題，透過積木活動讓同學了解如何與家人及長者溝通及輕鬆溫馨地相處
- 參與同學將「一家一劃」活動推廣至其他同學
- 32 間學校共 113 位同學參加

大埔區

「小醫護」計劃

- 安排「小醫護」於 2024 年 10 月期間參觀醫院
- 參觀物理治療部和職業治療部，由治療師擔當導賞員，並由營養師和醫務社工分享他們工作日常
- 安排「10 萬個為甚麼？」環節，讓同學盡情向醫療團隊包括醫生、護士、物理治療師、職業治療師、營養師和醫務社工發問有趣問題，團隊作出深入淺出的回答
- 為培育小學生成為「小醫護」，安排他們參與「學習簡單護老知識」、「學童精神健康」和「HA Go 程式應用」講座，讓他們在 2024 年 12 月 7 日由學校籌辦的「嘉年華會」中，以「小醫護」的角色推廣「HA Go 程式應用」及守護健康訊息
- 提交活動分享報告
- 13 間學校共 140 位同學參加

北區

HA Go 親子海報設計比賽

- 共收到 30 份作品
- 由醫院評審選出冠亞季軍及優異獎

「醫衛專員」計劃

- 安排參與同學於 2024 年 11 月參觀醫院
- 以「長者健康知多少」為主題，由老人科醫生主講，讓同學認識長者健康問題及醫療需要，並關注家中長者的健康情況，共建健康生活模式
- 由醫院行政總監介紹北區醫院服務，並安排同學參觀物理治療部、職業治療部及足病治療部，直接與醫療人員交流，了解醫療團隊在長者醫療服務上的角色
- 以介紹「積木治療」為主題，透過積木活動讓同學了解如何與家人及長者溝通及輕鬆溫馨地相處
- 參與同學將「一家一劃」活動推廣至校內其他同學，並提交活動分享報告
- 21 間學校共 69 位同學參加

中學活動

沙田區

<沙田醫護達人計劃>醫院零距離考察報告比賽

- 安排參與同學於 2024 年 11 月期間到威院及沙田醫院參觀及參與病人關顧服務
- 參與計劃同學必須出席於 2024 年 10 月 31 日在威院舉行的「訓練日」，除介紹威院服務、學習與病人溝通技巧及防感染知識外，也邀請病人分享患病的治療及復康等經歷，讓學生對病人需要有更深刻理解。「訓練日」當日，新界東醫院聯網總監鍾健禮醫生更出席整個活動，為同學打氣支持
- 完成訓練後，同學分 3 組於 11 月期間到威院及沙田醫院參觀及參與病人關顧服務。在早上威院參觀活動當中，同學走訪了心臟外科及影像及介入放射科，透過醫護人員的講解，令他們了解病房的日常運作，亦了解到 X 光、超聲波、CT 和 MRI 等技術的應用，明白到各式各樣的新科技如何提升及應用在病人醫療照顧。在下午沙田醫院的活動中，醫護人員講解醫院對病人零約束及防止病人跌倒措施；亦給予同學機會去嘗試給吞嚥困難病人進食加添了凝固粉的食物，之後同學們一起製作小禮物送給住院病人。在探訪過程中，同學有機會與病人進行交流及分享患病的感受，加深了他們對病人的理解，並令他們明白到對人關懷及同理心的重要性。最後的歷程是到殮房及追思會堂參觀，對同學來說可能是第一次如此近距離接觸生死，這次經歷能為他們開啟生命教育課題，亦給予他們反思生命價值的機會
- 同學提交考察報告，由醫院評審選出金銀銅獎及優異獎
- 35 間學校共 163 位同學參加

大埔區

「一家一劃」醫校合作計劃

- 安排參與同學於 2024 年 10 至 11 月期間到雅麗氏何妙齡那打素醫院（那打素醫院）參觀及參與病人關顧服務
- 參觀醫院「文物廊」，同學不但可認識到那打素醫院的歷史，更可了解到醫療科技和服務近百年來的演變
- 參觀物理治療部和職業治療部，由治療師擔當導賞員，還有營養師和醫務社工分享他們的工作日常。除以上的專職醫療部門外，更安排醫生和護士與同學交流，當中由護士指導學生學習急救技巧，醫生分享作為醫生的使命，讓有志將來加入醫護團隊的學生作好心理和「醫涯規劃」的準備

大埔區

「一家一劃」醫校合作計劃 (續)

- 健康資源中心為同學提供義工基礎訓練和簡介 HA Go 程式的應用，同學們於 12 月期間被安排到那打素醫院參與義工服務，包括為住院病人預備聖誕節探訪禮物和 HA Go 幫助站等，以義工身份體驗服務病人的經驗
- 提交活動分享報告給院方作評審，並選出冠、亞、季軍及優異獎
- 14 間學校共 70 位同學參加

北區

「醫護行業知多少」到校講座

- 2024 年 9 月至 10 月期間，北區醫院安排來自不同專科的護士及專職醫療人員，到區內九間中學舉行「醫護行業知多少」講座，分享入行經歷及各醫療行業例如護理、物理治療、職業治療、言語治療、放射診斷等職業發展，參與講座的同學超過 1800 人，由於部分講者是該校校友，同學聽著師兄師姐分享倍感親切之餘，實用的內容讓同學及早定立目標開始職涯規劃

「北區一家一劃學生大使-醫護工作全接觸」工作坊

- 安排「一家一劃學生大使」參與同學於 2024 年 11 月期間到北區醫院，進行為期一日的工作體驗
- 醫院特別協調 28 個臨床及支援部門安排兩次工作坊。工作坊內容豐富，同學除學習急救及使用自動心臟除器（俗稱 AED 機）的技巧，也透過講座認識感染控制知識及醫護溝通秘訣，中央廚房、支援服務部及殮房的團隊還特地安排學生深入「禁地」了解日常運作。學生更有機會親身穿起全副裝備進行模擬手術，以及到各臨床部門體驗醫護工作日常，同學在活動過程中感到新鮮有趣外，更深感醫護人員的專業精神和工作辛勞
- 提交工作報告給院方作評審，並選出冠、亞、季軍及優異獎
- 11 間學校共 52 位同學參加

啟動禮溫馨感人 見證學子成長

「一家一劃」計劃於今年 3 月 1 日舉辦了一場溫馨而隆重的啟動禮。主禮嘉賓陣容鼎盛，包括教育局副局長施俊輝博士、衛生署助理署長何理明醫生、新界鄉議局主席劉業強先生、立法會議員（教育界）朱國強議員、沙田鄉事委員會主席莫錦貴先生、健康促進學校諮詢委員會主席龐愛蘭女士、陳啟泰醫生等。眾主禮嘉賓一同主持啟動儀式，象徵醫校社三方攜手推動健康教育及培育醫療人才的承諾。當日亦有邀請校長、教師、中小學生、家長、醫院同事及社區夥伴等嘉賓，共同見證這項極具意義的活動。

而啟動禮當日，還特別安排了「一家一劃」計劃得獎學生表揚儀式，向積極參與及表現優秀的學生頒發證書，肯定他們的努力和參與。

活動震撼心靈 激發學子夢想

對許多學生而言，參觀醫院不僅是一場學習之旅，更是一場觸動心靈的深刻體驗。

有參與的同學人生首次踏足醫院殮房，內心既緊張又好奇。當她親眼看見存放遺體的冰櫃時，內心受到極大衝擊，第一次真切感受「生與死」的距離是如此接近：「那情景以前只能在電視看到，但當我真正站在那裡時，感覺完全不同。這讓我更珍惜生命，也更尊重醫護人員在生死之間所肩負的責任。」

活動震撼心靈 激發學子夢想 (續)

另一位同學則分享參觀急症室後，對醫護人員的辛勞有了全新理解。她感受到醫護人員爭分奪秒搶救病人，當中每個程序都展現出專業與無私奉獻的精神。「透過這次參觀，令我更確定自己的目標——要努力讀書，將來加入醫護行列，幫助更多有需要的人。」從她堅定的眼神中，能感受到這次體驗已在學生心中埋下種子。

在探訪住院病人過程中，同學們有機會與病人進行交流，了解他們患病的感受，加深對病人的理解，並明白關懷他人及同理心的重要性。其中一次探訪中，同學們得知一位病友生日將至，便一起為他唱生日歌，場面十分感人。

對於甚少接觸醫院環境的小學生來說，參觀醫院是一場開闊視野的奇妙旅程。同學們興奮地表示，他們從未想過醫院裡有這麼多不同部門。「我以為醫院只是醫生看病的地方，但今天參觀了藥房、物理治療部、職業治療部，甚至還學習了長者的健康問題和需要，真是大開眼界！」同學們又笑說，回家後會與家人分享新知識，讓身邊更多人了解醫療世界的知識。

「一家一劃」主題曲 傳遞關愛健康幸福信念

活動的另一亮點，是由音樂人林慕德與朱國強議員共同創作的「一家一劃」主題曲，歌詞傳遞著關愛，健康與幸福的信念，為有志投身醫療界的學子訂立明確生涯規劃目標，加強對服務病人的承擔。

醫校社攜手 為醫療服務點燃希望與未來

「一家一劃」計劃凝聚醫、校、社三方力量，透過一系列多元化活動，讓學生深入了解醫療行業，同時加強關顧病人的承擔及提升家庭與社區的健康意識。在新界東醫院聯網總監鍾健禮醫生的帶領下，加上各醫院行政總監、管理層及各部門的鼎力支持，計劃得到全面推展，並同時得到各中小學校長會攜手同行，共同實踐理念。啟動禮的成功舉辦，標誌著計劃進入新階段，未來將持續推動更多活動，讓更多學生有機會親身體驗醫護工作的專業與使命，點燃未來成為醫護人才的夢想，攜手建構更健康、更關懷的社區。相信「一家一劃」計劃必定為新界東醫院聯網注入具承擔、高質素的新血！

掃描 QR code 觀看「一家一劃」主題曲



香港生活節奏急促，凡事講求效率，生活在這個繁忙而擠迫的都市，確實讓許多人感到壓力沉重。其中，學生的精神健康問題，更是香港社會長期關注的焦點。

根據精神健康檢討委員會的建議，醫管局、社會福利署和教育局於 2016/17 學年推行了「醫教社同心協作計劃」。這項創新的計劃，由醫務衛生局、醫院管理局、教育局和社會福利署共同推動，冀透過精神科護士、臨床心理學家、助理社會工作主任、專責教師、教育心理學家和學校社工的協作，建立一個跨專業的支援網絡，為學生提供全面的精神健康支援，從而及早識別和介入學生可能面臨的精神健康問題，使他們能夠在一個關懷和支持的環境中健康成長。

在新界東醫院聯網，一共有 16 間小學和 26 間中學參加計劃，由巫綺文醫生帶領醫療跨專業團隊，何詩韻顧問護師帶領護士團隊，包括副顧問護師、精神科資深護師和精神科註冊護士共約 14 名護理人員提供服務。團隊每年透過轉介和問卷方式篩選出需要關注、跟進的個案，作出早期介入，改善他們的精神健康，避免問題惡化。在學校，有情緒問題的學生會由受過訓練的老師和學校社工團隊專責處理，經過簡單但專業的評估後，醫療和學校跨專業團隊會將合適的個案作出進一步評估。與此同時，團隊亦會向學校教育人員講解兒童精神健康的重要性，提升他們的意識。

何詩韻護師指出，有些學生經過評估後，發現他們的行為及情緒問題並非源於精神疾病，而是由於他們的學習需要或人際關係問題未得到及時處理所致。例如，一些有讀寫障礙和學習困難的學生，往往需要額外的時間和資源去幫助學習，但當學校和家庭未能察覺他們的學習需要時，他們往往會趕不上學習進度，導致成績進一步低落、自信心受挫，甚至不願上學和社交。這些學生有時會被誤解為懶惰或不合群，甚至與家人發生衝突，產生情緒困擾。針對這些情況，團隊會與學校和家長合作，優化學生的學習和成長輔導安排，並轉介合適的學習支援措施和社區資源，以滿足他們的特殊學習需求。經過早期介入，許多學生的情緒問題得到了顯著改善。

談到團隊面臨的挑戰，何詩韻護師表示，香港社會普遍對學業要求高，許多家長為子女安排了大量的課外學習和補習，導致學生缺乏足夠的遊戲和休息時間，壓力倍增，甚至影響睡眠質量和腦部發展。此外，部分家長因誤解，擔心子女被標籤為精神病人而拒絕尋求專業協助。她呼籲家長們能明白兒童腦部發展的重要性，並理解「求學不是求分數」的道理，多與子女溝通，以他們的理解水平出發，給予他們更多的關懷和支持，幫助他們在健康的環境中成長。她亦期望未來有更多學校提高教育團隊的意識和策略，加入這個協作計劃，讓更多家庭和學生受惠。

相片:

左 1: 護士焦慮小組培訓

左 2: 循證實踐分享會

右 1: 部門運作經理與護士團隊舉行臨床會議

右 2: 護士團隊臨床會議

受訪者：盧紫翹小姐

撰稿：蔡家棟

這次很高興邀請到沙田醫院一名學生義工盧紫翹成為我們的受訪者，紫翹現就讀於英基沙田學院，正積極準備國際文憑（IB）公開試，她一直以來的願望和目標就是成為一名醫生，她表示日前已經收到好消息，獲得了來自香港大學和香港中文大學醫學士的「有條件取錄」，正一步一步邁向目標、實現夢想。

紫翹自 2024 年 1 月起便投入沙田醫院義工服務，至今已超過一年，當初是自發性參與，她一直想成為一名醫生，因此希望透過在醫院做義工，可以提早「走進」醫院，親身了解醫院環境，近距離與病人互動。她每個月大概都會有一至兩次機會到沙田醫院做義工，而令她印象深刻的義工活動包括推廣 HA Go 及今年一月舉辦的新春攤位活動「閃耀同樂日」。

她認為 HA Go 是一款具備多功能的應用程式，能夠方便病人和病人家屬有效管理就醫安排及護理健康，而相比成人或長者義工，學生義工其中一個優勢是對科技及電子產品更為熟悉，在推廣 HA Go 的過程中，能夠更清楚介紹 HA Go 的功能和使用方法。

而在「閃耀同樂日」當天，紫翹的角色更像是一位陪伴者，從病房帶病人到醫院大堂的攤位，陪同病人一起聊天遊玩，照顧他們的需要。能夠在農曆新年陪伴著病人，與他們分享快樂，感受節日氣氛，讓她感到非常溫馨和別具意義。

在這一年來的義工服務中，她獲益良多，有不同的體會和領悟。例如沙田醫院有很多病人是長者，在陪伴他們的過程中發現，很多時候未必能夠僅僅透過言語去溝通，她便會因應病人個別情況和實際需要，嘗試用文字或身體語言去進行交流，這樣反而能夠表達彼此的意思，而怎樣有效與病人進行溝通交流，亦是她將來成為一名好醫生必修的課題。

紫翹作為一名大學預科生，又如何兼顧繁重的課業，同時抽空參與義工服務呢？她分享說合理分配時間尤為重要，除了學習以外，她會選擇善用自己的休息時間，透過彈鋼琴和拉小提琴放鬆心情，亦會到醫院做義工充實自己，累積經驗，成為義工不但讓她結識了一眾志同道合的朋友，還令她學會溝通技巧、承擔照顧病人的責任心，這些都是課本以外的寶貴經歷，終生受用。

最後，紫翹分享了自己的人生座右銘 — 永不放棄。她激勵一眾年輕人大膽追夢，不必做選擇題，相信自己的可能性，思考如何透過改變自己的行為達成目標，得到想要的結果。她更呼籲年輕人在學習以外，亦可以抽空做義工或有意義的事，從中探索人生價值。

相片：

1. 紫翹(左一)陪伴病人參與「閃耀同樂日」
2. 結識一眾志同道合的義工朋友
3. 享玩新春攤位遊戲贏取獎品
 - a. 紫翹(中間)
 - b. 紫翹(左一)

撰文：陳仕娜

由香港政府於 2022 年首次舉辦的「共創明『Teen』」計劃，是專門為來自弱勢社群家庭的中一至中四學生設計的成長計劃，透過為期一年的密集基礎計劃，推動學員開闊眼界，加強自信，建立正向人生觀，並為自己未來定下目標，力爭上游。

新界東醫院聯網一直致力支持青少年發展，尤以啟發他們對本地醫療服務及行業的興趣為目標。作為計劃的支持機構之一，威爾斯親王醫院(威院)於 2024 年就接待超過 40 名參與「共創明『Teen』計劃」的學員，舉行了一次內容豐富且別具意義的醫院參觀活動，由創傷及矯形外科部門顧問醫生何百昌醫生穿針引線，並由副醫院行政總監張漢明醫生代表迎接學員。

參觀過程中，學員先後參觀急症室、創傷及矯形外科部、微生物科及專職醫療部（職業治療部），並由各部門的專業同事詳細講解和演示醫療工作內容。學員們更親身體驗了模擬心肺復甦法等醫療技術，對醫療行業的專業性和多樣性有了更深刻的理解。同時，學員與威院同事熱烈交流及討論，了解工作經驗及醫療行業的發展前景，令活動極富啟發性及意義。

威院於今年一月舉行的「共創明『Teen』計劃」第二期畢業典禮中，榮獲「支持機構大獎」。頒獎典禮於啟德體藝館舉行，由政務司司長陳國基先生作為主禮嘉賓，並獲得勞工及福利局局長孫玉菡先生、教育局局長蔡若蓮博士、民政及青年事務局局長麥美娟女士等到場見證學員的畢業儀式。該獎項嘉許威院在支持青少年發展方面的付出。這份殊榮是威院上下的榮譽，充分肯定了醫院多年來在推動青少年多元發展及促進醫療行業傳承方面的不懈努力，希望為醫院全體員工帶來鼓舞與榮耀。

威院參與「共創明『Teen』計劃」的目的，不僅讓學員接觸醫療服務，更期望藉此啟發他們的職業志向，激勵年輕一代成為醫療界的新力軍。榮獲「支持機構大獎」不僅是一份榮譽，更是鼓勵，讓我們繼續肩負培育新世代的使命，共同為醫療行業的未來發展努力。期待在不久的將來，能看到這些年輕學員成為我們當中的一份子，共同守護市民健康！

相片：

右 1: 威爾斯親王醫院於「共創明『Teen』計劃」第二期畢業典禮中，榮獲「支持機構大獎」。

右 2: 參觀各部門過後，一眾同事與中學生們面對面暢談，討論工作上的點滴及職業前景，討論氣氛熾熱

右 3: 參與「共創明『Teen』計劃」第二期的學員，於參觀威爾斯親王醫院後，與各部門同事與相關機構代表合照留念

左 1: 學員們參觀微生物科，了解樣本檢測的工作

左 2: 專職醫療部（職業治療）部同事向學員分享部門工作，更讓學員親身體驗工作流程

左 3: 學員於急症室內模擬進行心肺復甦法，現場的學員們爭相嘗試，表現雀躍

掃描QR Code觀看活動當日的現場氣氛



新界東 友師訪問

受訪者：北區醫院資深職業治療師 鄭敏慧姑娘

撰文：吳明謙

鄭敏慧姑娘（Wanne）於 2023 年底獲醫管局總辦事處提名，成為「共創明『teen』計劃」的友師之一。

「透過計劃，我認識到一位中四學生，她年紀輕輕就對醫療行業充滿濃厚興趣，和我一拍即合，我可以善用自已的經驗，帶領這位同學認識醫療工作的多重面向。」鄭姑娘分享。

在過去的一年之間，鄭姑娘和學員不下十次透過定期會面和參與不同活動，建立起互信關係。

「我會帶領學員做 job shadowing，讓她初步了解職業治療師的工作，在整個醫療團隊中的角色，以及認識病人的復康的進程等，希望幫助她了解醫療工作的日常和重要性。」鄭姑娘表示。

回憶初次見面的時候，鄭姑娘說學員通常都會比較拘謹。

「特別是對青少年，關係及信任的建立要一步步來，每次見面都比上一次好，當學員有所得著，就更願意繼續會面溝通，事情才能會做得成，做得好。」鄭姑娘細說著自己的心得。「透過參加活動，醫院義工服務等等，大家慢慢建立起共同的回憶，這樣對建立信任非常重要。」

作為友師，鄭姑娘不僅是學員的同行者，帶領她參與不同的社區活動，還會為學員提供生涯規劃、甚至理財意見。

「計劃會提供一筆資助，供學員與友師一同商議如何善用來增值自己。」鄭姑娘說。

「經過商議後，我們決定運用資助報讀醫護相關課程，例如急救課程。這是一個很好的切入點，因為急救知識在日常生活中也能派上用場。」鄭姑娘說。除此之外，資助亦有用於購買平板電腦，以幫助學員學習各類網上課程，「現在有很多知識和技能都可以在網上自學，這是一個學習的新趨勢，我們要與時並進。」

「共創明『teen』是一個極具意義的計劃，能幫助有需要的學員建立正確的價值觀和人生觀，發展興趣及專長。」鄭姑娘分享道。「友師在為學員有需要的時候給予扶持和幫助，指明方向，讓學員把握機會增值自己，轉化成為日後改變人生的機會，為未來開創更多可能。我非常感謝醫管局總辦事處給我機會參與這個計劃，真的很有意義!」

這只是人生旅程的起點，未來還有很長的路要走，在此祝願學員前程似錦。

從初次接觸檢查病人，到向高級醫生交代個案情況，甚至參與手術和監察治療進度，實習醫生的角色可以說是醫院病房內前線中的前線。這是一個充滿挑戰的崗位，為未來成為獨當一面的醫生提供了一個在短時間內快速成長的黃金機會。

朱俊彤醫生 (Kenneth)
威爾斯親王醫院 實習醫生
2025 年 1-3 月外科
2025 年 4-6 月骨科

劉璧鎮醫生 (Peggy)
威爾斯親王醫院 實習醫生
2024 年 7-9 月骨科
2025 年 1-3 月外科
2025 年 4-6 月內科

在最近的三個月實習期中，Dr. Peggy 和 Dr. Kenneth 分別在威爾斯親王醫院(威院)肝膽胰外科實習了一個半月，另外一個半月則接觸其他外科專科。這段時間不僅讓他們有機會在臨床實踐中磨練技能，更能親身參與到不同的醫療程序，為未來行醫之路打下堅實基礎。

從學習到實踐

來自香港大學的 Kenneth，此前已在瑪嘉烈醫院內科及腫瘤科完成實習。Kenneth 分享道：「威院作為一間教學醫院，不僅需要專注於臨床服務，還要兼顧科研發展，因此能夠跟隨不同的醫生教授學習，機會難得。」他補充說，病房的工作量非常大，但這種忙碌的環境反而成為了他磨練臨床基本功的重要契機。「每天都有新挑戰，正是這些挑戰讓我們成長得更快。」來自香港中文大學的 Peggy 亦表示非常認同。

早前已在威院骨科以及將軍澳醫院兒科實習的 Peggy，回憶起初次以實習醫生身份在手術室參與手術工作的感受：「以前作為醫學生，我們只能以觀察者身份學習。如今，終於能夠親身參與到手術過程，甚至第一次看到自己的名字出現在病人的手術記錄上，那一刻的責任感讓我感覺任重道遠。」

這份責任感成為他們前進的動力，也讓他們更加珍惜每一次學習的機會。「能夠親眼見證自己學習多年的知識如何幫助病人，這種成就感無法用言語形容。」不難在兩位實習醫生的分享感受到熱血和熱誠。

在忙碌中的成長與友情

工作雖然繁忙，但 Kenneth 和 Peggy 都難忘與其他實習醫生並肩奮鬥的時光。「我們一起工作時總是互相尊重、互相扶持。」Kenneth 說道。

經過一整天的高強度工作後，和戰友們吃一頓簡單便飯，成為了他們紓解壓力的方式之一。「雖然時間很短促，但這些溫馨的時光足以給我們動力，迎接下一個挑戰。」

兩位醫生也提到，在病房中不分彼此的協作氛圍讓他們受益匪淺。「我們每個人都有自己的長處，互相學習、互相補足，這種共同進步的感覺真好，令人鼓舞。」

展望未來：心懷熱誠，砥礪前行

在外科實習的經歷雖然只有短短幾個月，但對 Kenneth 和 Peggy 而言，這段時間的所見所聞、所學所得已經深深印刻在他們心中。「無論將來在哪一個專科行醫深造，這些經驗都會成為我心中的一顆種子，幫助我們成為一個更加全面的醫生。」Kenneth 說道。

「作為醫生，學習是永無止境的，但這幾個月的實習讓我們更加堅定了自己的信念。我希望未來無論面對什麼挑戰，都能保持這份熱忱，幫助更多病人。」Peggy 續說：「展望將來，希望自己能夠保持初心。現在作為實習醫生，要好好向資深醫生學習，例如外科部門主管(COS) Dr. LOK，即使工作再繁忙，他對每一位病人都很有耐性。期望自己能夠成為一位像他們一樣的優秀醫生。」

陳心妍醫生 (Sabrina)
威爾斯親王醫院 實習醫生
2024 年 10-12 月兒科
2025 年 5-6 月外科

來自香港中文大學的 Dr. Sabrina，分享在威院兒科實習時，體會到小朋友和大人在面對醫療程序時反應上的分別。小朋友往往會特別緊張，反應較大，再加上有時候會有家長在旁，令 Sabrina 學懂怎麼沉穩冷靜處理好每個個案。

「在短時間內打好基本功，是實習醫生快速成長的通道。」Sabrina 分享道。「每一個召喚我處理的個案，難免都會表示很緊急，作為醫生要學懂怎樣處理優次，分緩急先後。」

除了要感謝實習期間遇到的一眾同事前輩們的指導，Sabrina 亦想感謝同期的實習醫生隊友們。「走過這一年，感謝大家的陪伴。縱使難免有挫敗的時候，可能當下自己會感到很沮喪，但在經歷時間的沉澱和洗滌後，日後都會總結成寶貴的經驗，令我們成長，讓我們更清晰自己行醫志向，成為更好的醫生。」

在病人面對疾病時的共情

展望將來，Sabrina 期望自己能成為一個富同理心、與病人共情的醫生。「隨著自己經驗越來越豐富，有些病情可能已經見過很多次，但對病人來說，卻是人生的第一次面對這個情況。希望自己可以保持著這份同理心，理解關顧病人的感受和需要。」

接下來 Sabrina 會在今年 5 - 6 月回歸威院在外科實習，在此先祝願 Sabrina 在威院工作順利。

結語

行醫之路漫長，現在只是剛剛開始。正正是這階段的珍貴經歷，讓這群年輕醫生在日後的挑戰中迎難而上，蛻變成爲更堅韌、更能力的醫生。感謝他們的分享，願這些經歷和回憶在他們心中埋下的種子悄然萌芽。日後回望，不忘初心，貢獻社會。

實習護士專訪 - 葉懷謙 (Jack)

撰文：吳明謙

葉懷謙 (Jack) 現時是護理科學碩士（註冊前）課程畢業班學生，2024 年初加入威爾斯親王醫院（威院）並一直在 11B 內科病房擔任 TUNS 實習職位。

Jack 未入行前有多重豐富經歷，大學本科在澳洲修讀傳理系，在當地政府電台做過節目主持，後來加入航空公司成為空中服務員。由在機艙服務世界各地不同旅客，到在病房照顧有需要病人，他的心路歷程是怎樣的呢？

「在機艙服務期間，每當遇到有醫療需求的乘客，在聯絡醫療團隊後，我總會思考：若具備護理專業知識，我便能為他們提供更全面的幫助。」Jack 回憶起從前做「空中飛人」的經歷。

細聽 Jack 的分享，才知他與醫護行業的緣份可追溯至更早。他曾參與紅十字會青年團護理培訓課程，在香港取得泳池及沙灘救生員資格，新冠疫情期間亦積極參與於社區檢測中心及檢疫酒店協助防疫工作。「這些看似零散的經歷實則環環相扣，引領我走向今日的專業選擇。每段歷程皆有其獨特意義，成就了現在的我。」Jack 語氣堅定地說道。

記得第一個星期在威院實習，Jack 遇到一個深刻的危急個案。「那是我首次直接面對如此緊急情況，印象極為深刻。」回憶當時情景，Jack 仍感慨萬分：「目睹同事們齊心協力、全力以赴搶救病人生命的專業態度，我被他們的熱誠與團隊精神深深感動，亦堅定了我對這份職業的嚮往。」

「展望未來，我期望自己會成為一位盡責、專業、有同理心的護士，毋忘初心 — 為病人提供最好的護理服務。」

「這都是有賴病房裡一眾前輩們以身作則的教導。」在 11B 服務的這一段日子，Jack 深受同事們「做好自己，以身作則」文化的薰陶。「從病房經理、資深護師到護士及其他學生，以至病人服務助理，每位同事都展現出非凡的團隊協作精神。大家秉持『病人為本』的信念，無分彼此，協力同心。」Jack 笑著回應。

儘管仍處實習階段，Jack 已將威院視為他的第二個家。「即使在節慶假日，我也樂意回到醫院協助工作，每當見到病人康復出院，那份成就感就是無可比擬的回報，從中亦獲得對醫院的歸屬感。」

除了在醫院實習外，Jack 現時亦在地區康健中心實習，推動基層醫療的理念，拓展其社區護理經驗。

衷心祝願 Jack 在學業與事業發展上一帆風順，早日成為一位專業素養兼備的護理人才，為醫療界注入新動力，服務更多病人。

新晉物理治療師 - 呂令晴 (Stephy)

撰文: 林傳進

呂令晴 (Stephy) 於 2023 年加入威爾斯親王醫院 (威院)，過去一年分別在門診及病房擔任物理治療師一職。早在香港理工大學就讀期間，Stephy 已對威院心生嚮往，不僅因為威院作為教學醫院及創傷中心，能讓她接觸到各種類型的病例，累積豐富的臨床經驗，更因為這裡的物理治療部導師們用心教學的態度深深吸引了她。

談及從學生轉變為物理治療師的最大挑戰，Stephy 毫不猶豫地指出：「最大的挑戰是從課本理論轉向實戰應用。」她解釋，課本上的知識和病例往往較為單一，而現實中的病人通常同時面對多個問題。作為物理治療師，必須根據情況分清優先次序，決定先處理哪一個問題，並為病人制定合適的康復計劃。這些都是課本上未曾提及的，遇到複雜的個案時，有時確實會讓她感到頭痛，不知從何入手。

面對這種挑戰，Stephy 分享了一個秘訣，就是要敢於發聲 (speak up)。她認為，只有保持謙虛、敢於向前輩請教，才能逐步克服困難，提升自己的專業能力。她坦言，有時我們會因為害怕被別人質疑自己的知識或能力，而猶豫是否該尋求幫助。但當大家將焦點放在事情本身，而非個人時，就會明白尋求協助只是為了把事情做好，最終讓病人受益。此外，威院亦安排了資深物理治療師指導每位新晉同事，及時解答他們的疑難，讓新人在專業道路上更有信心和方向。

Stephy 也分享了如何保持工作的熱誠及動力，其中一個關鍵就是與病人建立良好的關係 (rapport)。她提到早前在門診工作時，一位小妹妹病友得知她將轉到病房工作，特意畫了一幅畫送給她，令她十分感動。這讓她深刻體會到，自己的付出和努力是會被病人記住的，是有意義的。她希望每位同事都能在工作中保持初心，並在繁忙的醫院環境中能夠彼此支持、同行，共同為病人提供最優質的服務。

相片:

右: 兒科病人送給 Stephy 的畫

春季氣候和暖，萬物復甦，人體的氣血運行也隨之活躍起來，合適的飲食搭配能幫助我們適應季節變化，增強體質，使人陰陽平衡、氣血調和。而春季養生尤其著重調養中醫五臟六腑的肝和脾。

春季屬木，與肝相對，著重疏肝理氣

黃帝內經《四氣調神大論》：「春三月，此謂發陳，天地俱生，萬物以榮，夜臥早起，廣步於庭，被髮緩形……此春氣之應養生之道也。逆之則傷肝，夏為寒變……」

上文指出春季時天地的陽氣上升，萬物生長發育，由於人體的陽氣也會跟隨着環境一同改變，所以此時身體的陽氣也會趨向上升、發散、更活躍地在全身流動，我們應配合早起床，多運動，使陽氣流動更通暢，否則陽氣運行不暢，鬱阻不通，便會使身體局部陽氣供應不足，出現「虛寒」的症狀，例如手足冰冷、頭痛、背部怕冷怕風、打噴嚏、流鼻水和胃痛等。

此外，由於陽氣向上升發，一些過敏性的病症也較容易被引發出來，例如氣管敏感、哮喘、過敏性鼻炎、皮膚過敏、濕疹等等。加上春天潮濕悶熱，亦加重了皮膚的負擔。因此春季時很多人都會出現大大小小不同的過敏性症狀。

「少酸多甘」

春季飲食應遵循「少酸多甘」的原則。中藥藥性「味酸」的食物有「收斂」的功效，與春季時身體陽氣舒展發散相反，不利於陽氣活動，因此應少食偏酸的食物，例如檸檬、果醋和梅等。

肝木剋脾土，需注意保護脾胃。

五行中肝屬木，脾屬土，木剋土，肝剋脾。春季肝氣旺盛，容易剋伐脾土，導致脾胃虛弱，出現食慾不振、腹脹、便溏等常見症狀。唐代醫家孫思邈：「省酸增甘，以養脾氣。」因此多食「甘」味食物，例如山藥、紅棗、蓮子、南瓜和蜂蜜等，以補益脾胃之氣。同時，應避免生冷油膩之物，以免損傷脾胃陽氣。黃帝內經《生氣通天論》：「味過於酸……脾氣乃絕」，指出飲食多酸，會傷脾臟。因此春季少食酸多食甘，既有利肝氣舒發，又健脾養胃，可謂一舉兩得。

以下推薦兩款簡單易做的食譜，助您順應春生之氣，調和肝脾，以達陰陽平衡、氣血調和之效：

1. 玫瑰紅棗補氣茶

材料：紅棗 2 枚、花旗參 9 克、乾玫瑰花 6~8 枚。

煮法：紅棗洗淨，所有材料放入杯中沖泡 300-500 毫升熱水，靜置 5 分鐘後即可飲用。

特點：玫瑰花性溫，可理氣解鬱、疏經通絡，美容養顏；花旗參補氣養陰；紅棗健脾益氣血，三者同時沖泡服用，有補氣養血潤膚的功效。

2. 山藥芡實排骨湯

材料：排骨 300 克(預先川燙去血水)、新鮮山藥 250 克(切塊)、蓮子 50 克、芡實 15 克、茯神 15 克、薑 3-5 片、少許鹽、米酒調味。

煮法：首先將山藥、蓮子、芡實、茯神洗淨。然後把所有食材放入鍋中，加適量水，大火燒開後，再轉小火煮大約一小時，最後加入鹽、米酒調味即可。

特點：豬肉性平，味甘，可滋陰潤燥，補虛強身；山藥可健脾益胃、補肺益腎；蓮子、芡實可養心安神；健脾止瀉，補腎固精；茯神健脾安神祛濕。春天飲用此湯水可以益氣養陰，健脾祛濕，增強體質。

*以上湯水僅供調理體質之用。如有身體不適，或其他疑問，請尋求註冊中醫師的專業意見。

新界東醫院聯網每年舉辦跨部門火警演習，強化同事突發事故應對能力。雅麗氏何妙齡那打素醫院、威爾斯親王醫院、北區醫院及沙田慈氏護養院，早前模擬不同的消防情境進行演習，加強跨部門協作。

雅麗氏何妙齡那打素醫院：手術室高風險疏散演練

雅麗氏何妙齡那打素醫院去年 11 月 9 日演習模擬手術室火警，測試重點是緊急疏散全身或半身麻醉病人，以「橫向疏散」（同層安全區）方式轉送他們到同層日間手術中心，其他病人則以「垂直疏散」（樓梯撤離）至地面，消防員並架設雲梯營救天台被困者。演練獲消防處和警務處全力支援，另外，大埔區防火委員會主席蔡錦光先生、大埔醫院醫院管治委員會成員李細燕女士、以及醫院社區關係委員會主席文春輝先生和眾成員親臨觀察指導。

威爾斯親王醫院：應用新科技 強化危機處理

威院跨部門演習於去年 12 月 7 日舉行，逾 300 名同事及 10 多個部門參與演習模擬手術室起火及持續蔓延，更首次應用消防機械犬檢測及處理不明氣體洩漏，並模擬進行「橫向疏散」及「垂直疏散」程序。沙田民政事務專員代表鄭綺婷女士、沙田區防火委員會主席唐學良先生，以及消防處及警務處代表親臨指導，鞏固醫院安全運作基礎。

北區醫院：跨部門協作 測試事故控制

北區醫院於去年 12 月 3 日舉行年度火警演習，模擬外科病房茶水間微波爐起火後並蔓延，先後啟動「橫向疏散」及「垂直疏散」模擬撤離病人至安全位置，醫院亦啟動重大事故控制中心統籌應變，是次演習加強醫院與消防、救護及警方等跨部門溝通協作，提升社區對醫院應變能力的信心。此外，消防人員在演習後，示範如何以無人機及滅火機械人等新技術協助救援工作。當日，北區防火委員會副主席楊文聰先生、北區醫院管治委員會葉奕成先生及高耀章先生亦親臨指導。

沙田慈氏護養院：高空射水及濃煙搜救

針對病房火警情境，沙田慈氏護養院同事於演習中執行「橫向疏散」轉移病人，消防處出動升降台模擬高空射水，並於濃煙中演示搜救技術。沙田消防局局長暨小瀝源消防局（署理）局長胡錦宏先生親身示範滅火設施操作，提升同事使用消防喉輓等設備的熟練度。

新東人秉持「居安思危 防患未然」理念，演習透過真實情境測試疏散流程、滅火操作及跨部門協作，讓我們秉持專業精神，時刻保持警覺，共同維護醫院和病人的安全！

同事可掃描QR code 重溫各醫院消防演習片段



威爾斯親王醫院

元宵病房送暖意 200 份玩具 為病童帶來驚喜

正月十五元宵佳節是闔家團圓的日子，威爾斯親王醫院(威院)兒科病房在今年元宵佳節也迎來一場特別的「團圓」。當天新界東醫院聯網總監暨威爾斯親王醫院醫院行政總監鍾健禮醫生、醫院管治委員會成員張子賢先生、副醫院行政總監張漢明醫生、新界東醫院聯網護理總經理郭美玲女士、兒科部門主管馮麗華醫生及義工團隊，陪同專程帶同 200 多份精美玩具到訪威院的沙田體育會主席何日明先生，一起到兒科病房探望病童及派贈禮物，令在醫院裡度過元宵的小朋友亦能感受節日溫暖。

在元宵當日接到善長親手送贈的玩具，小朋友們都非常驚喜。一名即將接受手術的男童接過恐龍玩偶後，笑容燦爛地說：「我很勇敢，不怕做手術！」亦有病童收到救護車模型時興奮表示將來也要成為醫生。病房孩子們天真的歡笑聲此起彼落，像是冬日的一縷陽光，溫暖了彼此的心頭。

新界東醫院聯網多年來獲沙田、大埔及北區各界支持，許多古道熱腸的社會賢達以至一些企業，一直以不同形式捐獻聯網各醫院，並在相關的領域發揮影響力，默默幫助醫院與病人。他們以赤誠之心，回饋社會，造福病人，是醫護的好夥伴。這些連繫亦反映出醫社協作的重要性，讓社區人士多了解醫院服務，得到他們的理解及支持，會對醫院的服務帶來種種意想不到的正面影響。

相片：

1. 沙田體育會主席何日明先生（上左三）與威院管理層及義工於元宵節當日為病童送上精美玩具，為他們打氣。
2. 小朋友收到玩具非常欣喜，病房內歡笑聲此起彼落。
3. 沙田體育會主席何日明先生聯同醫院管理層與義工，帶同 200 多份精美玩具探訪威院兒科病房，讓留院小朋友感受節日溫暖。
4. 沙田體育會主席何日明先生親手將玩具送到病童手中。

雅麗氏何妙齡那打素醫院及大埔醫院 醫院行政總監與員工大會

兩院 2025 年 2 月 25 日舉辦醫院行政總監與員工大會，邀得威院微生物科副顧問醫生郝文婷醫生講解「對抗耐藥性金黃葡萄球菌－以攻為守」，分析院內感染個案，並介紹感染控制措施，提醒同事切記 Bare Below Elbow。另外，新界東醫院聯網醫院策劃及設施管理高級經理馬國輝先生，介紹兩院之間的行人通道改善計劃及工程安排，以期為病人及訪客提供更安全行人道，理順病人運送安排，並加強員工職安健需要。那打素醫院亦進行升降機更換工程，以提升病人、訪客和員工體驗。

相片：

左 1: 郝文婷醫生提醒同事要 Bare Below Elbow 及正確潔手，以對抗耐藥性金黃葡萄球菌

左 2: 馬國輝先生講解醫院設施改善工程

右: 那打素醫院及大埔醫院舉辦醫院行政總監與員工大會

「最好的告別·情永在」質素及安全論壇

雅麗氏何妙齡那打素醫院及大埔醫院 2 月 11 日舉辦質素及安全論壇，主題為「Advance Care Planning Advance Directives 最好的告別·情永在」。

論壇邀得新界東醫院聯網舒緩治療顧問護師關蕙敏博士、那打素醫院內科舒緩治療服務副顧問醫生鄧恆醫生和質素及安全副服務統籌黃國強醫生分享，讓同事了解如何通過預設照顧計劃（Advance Care Planning）和預設醫療指示（Advance Directives），幫助病人和家屬作合適決定，並提倡提前規劃護理計劃，以確保病人在關鍵時刻獲得符合其意願的照顧。

賽馬會「安寧頌」計劃的職員亦於論壇上分享在社區及安老院舍推行安寧服務，旨在為晚期病患及長者提供支持，幫助他們在充分了解的情況下做出臨終護理選擇。他們表示，提前規劃能夠減輕病人和家屬壓力，促進醫療團隊與病人之間溝通，為「善終」作更好安排。

論壇吸引了逾 80 位同事出席，不僅提供交流經驗機會，亦鼓勵同事思考如何在日常醫療及護理中實踐理念，攜手推動以病人為本的晚期照顧安排。

相片：

1. 聯網及醫院同事鼎力支持質素及安全論壇
2. 論壇邀請多位講者分享有關舒緩治療、預設照顧計劃和預設醫療指示的資訊
3. 同事們專心聽取講解，以期幫助病人和家屬作合適決定

白普理寧養中心、沙田慈氏護養院及沙田醫院

「輕嚙料理」：品嚐熟悉味道 重拾飲食樂趣

輕嚙料理亦稱「軟餐」，為針對長者、體弱病患或吞嚥困難人士在膳食方面的特別需要而研製，製作方式是將食物搗碎成糊，然後將食物糊黏合起來變為固體，再為其製作造型，所以軟餐既有容易吞嚥的質感，又保留了原有食材的樣貌。

適逢農曆新年，白普理寧養中心及沙田慈氏護養院分別於 2025 年 1 月 21 日及 24 日推出新春活動，活動當天安排了義工裝扮財神爺，與醫院行政總監及醫院管理層到醫院探訪院友，提早與院友聚享團年飯，迎接新一年，希望他們可以感受到濃厚的新春氣氛。而在輕嚙料理的款式上，更精心挑選了迷你盆菜、京都骨和豉油雞脾給院友，病房經理、護士及病人服務助理亦於現場悉心餵食、照顧行動不便的病人，讓那些平常只可食用糊餐，長期失去食慾的病人，藉此機會重嚐家常便飯的熟悉味道，以及重拾飲食樂趣。

1 月 12 日星期日早上，天文台發出寒冷天氣警告，但上千人卻無懼嚴寒，在北區醫院停車場聚集，等候着北區醫院慈善信託基金慈善步行 2025 開步，以火熱善心及堅毅行動力，力撐北區醫院。主禮嘉賓鳴響笛聲後，活動正式開始，嘉賓們率領參加者經過起點的充氣拱門，浩浩蕩蕩前往步行場地。幸得天公造美，陽光和煦，一眾參加者在綠草如茵的自然景色中，寓慈善於健步。

北區醫院慈善信託基金成立於 2007 年，蒙善長多年來的熱心支持，醫院運用基金善款先後成立乳科中心、泌尿外科檢測中心以及開展智慧手術室等項目，造福病人及大眾。慈善步行是基金其中一個大型籌款活動，對上一次舉辦已是 2017 年。事隔數年，地區團體及伙伴對醫院支持有增無減，紛紛響應這次以「醫社攜手同行 共創智慧醫院」為主題的慈善步行。活動獲 47 個團體鼎力支持，參加者超過 1400 名，人數打破以往記錄，籌得善款超過 140 萬港元，將用於支持北區醫院發展智慧醫院項目。北區醫院醫院行政總監蘇詠儀醫生感謝各善長和機構的支持，「今次活動的參加人數和善款數字，反映出大家對基金及醫院的肯定和認同，醫院將會竭盡所能，延續善長的善心，將善款全數用於提升醫院服務，使病人受惠。」

這次活動包括 2 公里關愛健步行及 4 公里慈善深度行，起點為北區醫院，終點為康文署粉錦公路公園及哥爾夫球場。醫務衛生局局長盧寵茂教授、醫院管理局主席范鴻齡先生以及醫院管理局行政總裁高拔陞醫生親臨主持開步禮，並連同其他主禮嘉賓頒發多個籌款獎項，感謝善長對基金的慷慨支持。活動特設「愛心寵物獎」，鼓勵參加者與寵同行，與它們一同享受為善最樂的氛圍。同時，醫院邀請到香海正覺蓮社佛教陳式宏學校活力跳繩隊以及香港警務處警犬隊安排新紮警犬 Rich 擔任表演嘉賓，為大家帶來活力十足的表演項目，將現場氣氛推至高峰。

醫院員工、義工及病友亦各出奇謀，有錢出錢，有力出力支持慈善步行，不讓善長專美，其中分別有同事、義工和病友組隊為活動籌款，健康資源中心義工花了數日為大會預備參加者禮物包，不同部門員工出任工作人員，另外物理治療部同事花心思編排熱身操，帶領參加者拉拉手，動動腳，讓身體暖起來準備起步。

相片：

左 1: 醫院物理治療部同事花心思編排了熱身操，帶領參加者一同熱身，準備起步

左 2: 北區醫院健康資源中心的義工「密密pack」，花了數日為參加者預備禮物包

左 3: 北區醫院醫院行政總監蘇詠儀醫生感謝各界對北區醫院的支持，使活動得以圓滿舉行

右 1: 主禮嘉賓進行簡單而隆重的起步儀式，隨即率領參加者出發

右 2: 不少參加者帶同寵物支持慈善步行，在綠草如茵的優美環境下與寵同行，共襄善舉

同事可掃描二維碼，重溫慈善步行花絮影片



病人和家屬對我們醫療團隊的讚賞和認可，是我們持續進步，不斷提升專業水平的動力。讓我們懷着更大的信心和決心，為需要我們的病人提供更優質的醫療服務。

同事可掃描二維碼，內有更多感謝信跟大家分享。



威爾斯親王醫院	雅麗氏何妙齡那打素醫院	沙田醫院
醫療職系	專職醫療職系	專職醫療職系
楊文轟、黃琨朗、莊景皓、郭曉慧、馮啟菓、劉昀綸、張永樂、譚皓汶、麥詠欣、甘嘉豪、蔡芷熹、蘇智德、楊會明、吳子敬、劉力鋒、吳家晴、何昭良、甘嘉維	黃燕儀、莫梓麟、梁殷裕、李佩兒、呂沛詩	何熙彤
護士職系	文書，秘書及支援服務職系	文書，秘書及支援服務職系
	鄒雋杰、吳文琪、陳莉林、祁嘉璋、陳雅玉、郭細金、王君、曾錦崇、陳仕榮、唐詠兒、潘光忠、林陽春、馬俊熙、郭漢文	鄭樹煒、王莉、王文聰、陳愷琳、熊文、梁志榮、林麗君
	北區醫院	大埔醫院
	醫療職系	醫療職系
詹琬琳、李美寶、貝安怡、蘇麗明、汪聖琪、蘇煒怡、莫珮姿、蘇務晶、羅重朝、周詠嵐、馮紫雲、黃詠蓉、周嘉瑤、梁晞彤、黃穎兒、陳妍君	吳偉贊	黃曉恩
專職醫療職系	護士職系	護士職系
蘇錦光、高漢義、湯琛銘、樊德健、李家旻、梁志豪、陳慧淇、葉子洋、葉容瀚	梁嘉倫、鍾碧怡、胡雅玲、陳鈞朗、顏明權、劉慧珍、方凱霜、池亮沂、陳美玲、楊珮瑜、黃希揚、彭美婷、李家儀	蔡子鳴、廖潔萍、冼栢榮、陳承開、柯欣妍、郭頌妍、葉韻琴
文書，秘書及支援服務職系		文書，秘書及支援服務職系
劉明忠、羅巧君、歐陽綺霞、趙志僑、劉慧芳、黃婉蓉、王靖怡、盧嘉欣、史潤香、李婉彤、李嘯晨、簡敏言、胡娜、鍾雅雯、方玥瑩、文偉玲、黃曼倫、朱春梅、梁雲英、游承軒、鄭樂詩、翁淑儀、黃樹基、關麗珍、楊雪芬、姜琳琳、吳翠儀、楊德宜、曾萍、黃芷躡、楊朝霞、盛泰豐、葉淑嫻、成淑儀、趙必康、張惠芬、李艷萍、張綺薇、謝連娣、廖秋苑、顏敏	專職醫療職系	文書，秘書及支援服務職系
雅麗氏何妙齡那打素醫院	王詩惠	王懿珊、雷鄧、蘇詠雯、白禮紅、張群利、牛之花、廖少怡、黃寶萱、何敬能
	文書，秘書及支援服務職系	新界東聯網
	朱尉靈、陳麗森、冼惠玲、黎淑玲、鄒娜娟、張禧翹、魏寶儀、陳綺文、馮志明、陳靄儀、朱惠伶、林詠雯、勒小菊、蔡漢賢、張麗、陳月英、謝詩敏、黃振邦、吳毅敏、吳凱儀	管理及其他專業職系
	沙田慈氏護養院	余海欣、陳志昂、李樂妍、簡雪敏、梁詠彤、馮佩賢、楊耀中、林明鑫
醫療職系	護士職系	護士職系
劉定宜、陳泓謙、梁家偉、吳紹豐、謝冰姣	梁禎君、林慧敏	陳善婷
護士職系	專職醫療職系	文書，秘書及支援服務職系
	葉津秀	梁浩文、盧偉堂、陳漪琳、范梓洋、李銀花、嚴民傑、伍岳威、方武仙、戴禮傑、鄧錦榮、李秋雄、曾凱欣、馮嘉盈、邱嘉馳、吳志威、丘國桑、曾寶如、鄺啟揚、葉文杰、蘇美玲、謝國樑、孫朗暉、劉晞旻、藍國傑、梁美玉、汪秋蓮、盛居安、舒象偉、鄒浩揚、李錦輝、李偉濤、林小蓮、余倩彤
趙永恩、葉巧華、林翦、李敏慧、譚羽晴、曾綽穎、吳倩嵐、郭鳴榮、林卓男、劉雅文、黃少娟、趙麗珊、霍曉柑	沙田醫院	
	護士職系	
	黃凱濂、胡震楠、陳澤鈞、袁秉熙、陳穎忻、李嘉莉	

同事可掃描二維碼，2024 年 10 月至 12 月首長級及管理人員任命名單。



遊戲園地

1. 在新界東醫院聯網的年度火警演習中，威爾斯親王醫院在哪天進行了火警演習？
答: (年/月/日)
2. 雅麗氏何妙齡那打素醫院及大埔醫院在哪天舉辦了「Advance Care Planning Advance Directives 最好的告別·情永在」質素及安全論壇？
答: (年/月/日)
3. 北區醫院於 2025 年 1 月 12 日舉辦的「醫院慈善信託基金慈善步行 2025」的主題是什麼？
答:

完成後請填上個人資料並剪下表格，於 2025 年 6 月 30 日前，寄「沙田醫院 D 座 1 樓聯網人力資源部東網」收，每名新界東醫院聯網同事限參加一次。

姓名：	職員編號：
醫院：	部門：
電話：	職級：
日期：	簽名：

上期遊戲答案

年糕, 蘿蔔糕, 開心果, 油角, 笑口棗

恭喜以下得獎者，得獎者各得禮品一份

263223	283298	162034	241070	195811
279367	255024	149507	168454	240046
277015	275926	269735	119749	273824
189520	189587	277056	294037	291810
284378	171383	147845	275397	259038
103276	245614	231765	161384	137646
154787	171563	151617	294312	238211
206688	243273	178235	125813	217939
234258	205103	254555	208177	245838
226233	244976	253764	223788	251898