

新界西醫院聯網 病人資源中心

合辦

天水圍醫院 物理治療部

三高與運動



日期：2026年8月6日 (星期四)

時間：下午2時30分至3時30分

內容：講解三高患者如何透過適當的運動來控制血壓、血糖與血脂，培養健康的運動習慣

講者：莫耀聰先生

天水圍醫院 物理治療部 高級物理治療師

梁浩軒先生

天水圍醫院 物理治療部 駐院物理治療師

對象：社區人士

(新界西醫院聯網覆診之人士及其照顧者優先參加)

費用：全免

網上講座



請參加者在講座當日5-10分鐘前加入Zoom會議

Zoom會議ID：961 9771 0165

密碼：2026



Zoom會議網址

查詢：天水圍醫院 病人資源中心

3513 5310



活動推介



惡劣天氣安排