

# 伊利沙伯醫院 病人資源中心

- 伊院服務新動向：思別茶座 - 「平安三寶」
- 病人資源中心活動
- 癌症病人資源中心活動
- 義工服務及活動



2018  
第一期



# 伊院服務新動向

## 思別茶座 — 「平安三寶」

今時今日，很多人都不忌諱談論生死，更積極了解如何為自己的未來作好準備。有見及此，中心舉辦了一場思別茶座，邀請了國際公證人陸文慧律師及伊利沙伯醫院臨床腫瘤科顧問醫生黃錦洪醫生，與參加者在無拘束的情況下談論生死，並分享如何做妥「平安三寶」。「平安三寶」在這裡分別指遺囑（即平安紙）、持久授權書和預設醫療指示，接下來將簡述「三寶」的分別及歸納了常見的問題。

### 第一寶：遺囑（平安紙）

平安紙可以就是我們跟家人傳達的最後訊息，一般來說，我們可以決定把我們的財產如何分配和留給誰，除了如何分配遺產外，平安紙亦可以交代我們想如何安排身後事，只要在平安紙上寫清楚就可以了。任何年滿 18 歲而又精神健全的人士，都可以訂立平安紙。平安紙必須以白紙黑字寫下自己的意願，由兩名見證人同時在場見證下在平安紙上簽名。見證人不一定是律師，可以是朋友、親戚、同事等，只要他們不是遺產受益人便可。我們可以指定一至四個可靠的人，擔任遺產代理人，他們會協助代理財產，直至管理及分發工作完成為止。

**問：如果訂立平安紙之後想更改，可以嗎？**

答：可以。用相同的方法，再訂立一份新的平安紙便可，記得要寫清楚原本那一份已經取消了。

**問：訂立平安紙後，要告訴家人放在哪裡嗎？**

答：可以選擇告訴家人或遺產代理人平安紙放在哪裡，以便他們在我們身後能取出來辦理遺產承辦。也可以把平安紙的影印本交給遺產代理人作為紀錄，只要在辦理遺產承辦時能正本辦理便可。

**問：遺產代理人可以同時是遺產受益人嗎？**

答：可以，只要在平安紙寫清楚便可。

### 第二寶：持久授權書

現今香港社會人口急劇老化，認知障礙症的個案增多，患者精神上會日漸失去照顧自己的能力，需要由別人照顧。同時，失去心智可能會帶來一些財務問題，例如照顧者不能使用患者的財產或患者的財產被侵吞。如果能預先作出安排，既能預防這些財務問題，也能保障患者確診後得到適當的照顧。

一般授權書在患者變為精神上無行為能力時，便會失去效力，但持久授權書在患者喪失精神行為能力後，將「持續」地有效，並賦予權力予受權人，繼續處理患者的財政事務。

持久授權書是一份具法律效力的文件，它需在律師和醫生的見證下辦理，因此在法例上有指定的表格和要求。辦理持久授權書時，適當地尋求法律指導和意見，當然這會花費一定的費用，但為使自己和家人能安心，付出一些代價亦是在所難免。

**問：誰人可擔任受權人？**

答：可以是個人或信託法團。如為個人，必須要年滿 18 歲，沒有破產和精神上有行事能力的。受權人可多於 1 位，這樣受權人之間可互相幫助或監察。

**問：持久授權書什麼時候生效呢？**

答：可以選擇於律師面前簽署後即日生效，或於隨後一個指定日期或事件發生時生效。



### 第三寶：預設醫療指示

預設醫療指示是指患者可就自己的醫療護理決定預先作出指示，在有一位註冊醫生及另一位見證人見證下訂立，說明當病情到了末期或惡化到無可逆轉，生命去到盡頭，並已失去自決能力，變成植物人，就不要用維持生命治療勉強維持生命，例如病危時要否施行心肺復甦；無法進食，要否插胃喉；不能呼吸，要否用呼吸機等。預設醫療指示的範圍不包括基本護理和紓緩治療，即使患者要求拒絕接受任何治療，仍會得到基本護理（如保持個人衛生、餵食等）和紓緩治療（如減低痛楚）。預設的指示不能要求終止生命及不能要求安樂死（在香港是不合法的）。

預設醫療指示能讓患者保留自主權，日後就算不省人事，家人和醫生都了解其意願，避免家人要為患者作出生死攸關的沉重決定。

**問：患者可以撤銷或更改已訂立的預設醫療指示嗎？**

答：只要患者有能力作合理決定，便能隨時撤銷或更改已訂立的預設醫療指示。

**問：由誰人保管簽署好的預設醫療指示？**

答：正本可給家屬保存，當患者昏迷時，家屬出示正本預設醫療指示給醫生。

與家人談論生死，有些人或會感到難於啟齒，忐忑的情緒乃是人之常情。但當我們明白到若能預先為未來做好準備，既可讓病人自主決定，亦可以避免日後家人發生衝突和矛盾。

為推廣生命教育，癌症病人資源中心設有「生命教育圖書閣」，以較低價錢售賣各種生命教育書籍，鼓勵病人及家屬購買閱讀，更能正面面對生死。歡迎大家於中心辦公時間內（星期一至五，上午十時至下午五時十五分），到伊院 R 座 6 樓 601 室閱覽或購買。



參考資料：

香港大學社區法網，《遺產承辦》，<http://www.hkcl.org/tc/topics/probate/>

律政司，《持久授權書》：<http://www.doj.gov.hk/chi/epa/>

醫院管理局，《預設醫療指示》：<http://www21.ha.org.hk/smartpatient/SPW/static/files/ACP-AD-DNACPR-Chi.pdf>

# 病人資源中心活動花絮

4-9月活動簡報

## 抒心。書法工作坊

病人資源中心

書法是中國藝術的一絕，練習書法亦可以訓練人的耐性和專注力。中心自 2017 年 6 月起舉辦「抒心。書法工作坊」，鼓勵病友在學習書法的過程中學習靜心、止念、調息等技巧修養性情，藉以抒發情緒及提升自主能力及掌控感。有別於一般的興趣班，參加者在活動前後皆會參與分享環節，由社工帶領組員在開放及坦誠的氣氛下分享個人得著及情緒變化。有參加者表示練習書法可令他們享受心境平靜、專注其中的一刻，亦漸漸掌握書法技巧而學會欣賞自己，有助建立自信心。



## 健康講座系列

病人資源中心

病人資源中心致力透過疾病預防資訊和病人充權活動，提高社區人士對健康的意識。有見及此，中心於 2017 年 5 月至 9 月期間與營養部、博愛醫院 - 香港浸會大學中醫教研中心（油尖旺）合辦了共 3 場講座，與參加者分享有關亞健康狀態、外出飲食要訣及長者飲食行為及營養飲食的主題，吸引超過 120 人出席。不少參加者認為營養師、中醫師的飲食建議清晰、實用，亦表示會按建議實踐均衡飲食習慣及健康生活模式，期望藉此促進個人健康。



## 病人資源中心開放日 2017

病人資源中心

伊利沙伯醫院病人資源中心和癌症病人資源中心與病友結伴同行二十多年，一直致力提供社會及心理支援，並建立平台，讓病友在康復路上互相支持。兩間資源中心特別於 2017 年 8 月 4 日舉辦開放日——「輕鬆滿 FUN 嘉年華」，讓更多市民認識及體驗中心的核心服務，同時發放正能量，傳達「醫社共你結伴行、義不容辭齊助人」的訊息。當日，伊院管治委員會主席甘博文博士、伊院行政總監盧志遠醫生、各互助組織、地區非牟利社會服務單位代表等一同為開放日揭幕，宣揚資源中心對病友及照顧者支援的重要性，並為病友及醫護人員打氣。活動包括試玩工作坊、攤位遊戲、歌唱表演及展板介紹等，吸引不少市民到場參與，氣氛熱烈。

是次活動由醫院同工、病人互助組織及醫院義工攜手合作籌辦，中心期望透過活動讓更多有需要的人認識資源中心並得到適切的服務，同時亦希望有志參與義工服務的市民或團體加入醫院義工服務，為病人及照顧者提供更貼心的服務。



## 「風濕關節炎」中醫講座

遺康社

遺康社於 2017 年 4 月 29 日邀請了博愛醫院 - 香港浸會大學中醫教研中心（油尖旺）註冊中醫師何澤深講解有關治療「風濕關節炎」的方法及介紹健康食療以認識調養身體的知識。



是次講座吸引了超過 70 人出席，在場參加者反應熱烈，踴躍提問，甚至講座後仍有不少參加者向何醫師發出提問，皆得到何醫師詳細解答。參加者在參加講座後認為醫師的講解詳細實用，希望遺康社日後可舉辦多些健康講座增進健康知識。

## 太極防跌十式物理治療工作坊

腦友匯

腦友匯於 2017 年 7 月 15 及 22 日舉辦了兩節「太極防跌十式物理治療工作坊」，邀請了物理治療師與參加者分享太極防跌十式技巧。參加者在參與工作坊時十分專注，事後更有參加者在覆診時向醫護人員表示相關工作坊有助增強抗跌能力。



## 消閒週末小聚 - 中秋聯歡

糖盼樂互協會



糖盼樂互協會於 2017 年 9 月 23 日舉行了消閒週末小聚 - 中秋聯歡活動，當日有遊戲、小手工，大家都投入參與。另外亦準備了應節食品與會員一起慶祝中秋佳節。

## 食得有營烹飪工作坊

愛心天使

愛心天使於 2017 年 8 月 12 日舉行了食得有營烹飪工作坊，教導大家怎麼揀選食材和怎麼烹調才健康，一起學習製作健康又美吃的精美菜式。



## 無糖奶皇月餅班暨健康飲食講座「低糖與你」

伊利沙伯醫院腎友互助會



腎友會於 2017 年 9 月 26 日舉辦了一個健康講座，期望藉這次講座讓腎友會會員對低糖飲食關注。是次講座邀請了伊利沙伯醫院陳海煌醫生主講，講座完結後亦安排會員學做無糖月餅，讓大家可以即時學以致用，完成作品作為大家中秋節記念。



## 會員生日會 (7-12 月份)

伊利沙伯醫院腎友互助會

腎友會於 2017 年 11 月 8 日在君怡酒店舉辦了一個自助餐形式會員生日會，當日問答遊戲環節帶動了熱鬧氣氛，會員之間不時互相問候及影相留念。



## 前列腺癌患者交流分享會

前腺會



伊利沙伯醫院病人資源中心聯同各院泌尿科護士，及不同前列腺癌的病友及義工，於 8 月份合辦了交流分享會，當中彼此認識、交流復康心得，並探討一些有效幫助新症病友的服務。

# 病人資源中心活動一覽

## 病人資源中心

活動名稱	對象	名額	日期	時間	地點	費用	查詢
「素食與健康」營養講座	伊院病人、家屬及有興趣之社區人士	100人	6/1/2018 (六)	上午 10:30-12:00	伊利沙伯醫院 M 座 地下 演講廳	全免	3506 6536
認知障礙症照顧者座談會	認知障礙症患者之照顧者	100人	6/1/2018 (六)	下午 1:30-5:00	伊利沙伯醫院 M 座 地下 演講廳	全免	3506 6536
健康生活新煮意工作坊：豐衣足食素餃子	本院病友及家屬優先；有興趣之社區人士	每班 10人	A 班： 11/1/2018 (三)  B 班： 18/1/2018 (四)	A 班： 上午 10:00-12:30  B 班： 下午 2:30-5:00	伊利沙伯醫院病人資源中心會議室	\$10	3506 6536 (* 曾參與「素食與健康」營養講座之參加者優先)
模擬診症室	患有高血壓或糖尿病患者	40人	12/1/2018 (五)	下午 2:30-4:30	伊利沙伯醫院護士學校地下 G04 室	全免	3506 6536
手「舞」觸動初體驗 - 快樂椅子舞工作坊	初度至中度認知障礙症患者、體弱長者及其家屬優先；有興趣之社區人士	20人	13/1/2018 (六)  10/3/2018 (六)	下午 2:30-4:00  下午 3:00-4:30	伊利沙伯醫院 M 座 地下 2 號室	全免	3506 6536

活動名稱	對象	名額	日期	時間	地點	費用	查詢
絲網花初階： 賀年花藝裝飾	本院病友 及家屬優 先；有興 趣之社區 人士	10人	16/1/2018- 23/1/2018 (二)	下午 2:30-5:00	伊利沙伯 醫院病人 資源中心 會議室	\$20	3506 6536 (未曾參 與2017年 6月份舉 辦之「絲 網花初 班」之人 士優先)
「舌尖上的 幸福味道」 中醫講座	伊院病人 、家屬及 有興趣之 社區人士	100人	3/3/2018 (六)	上午 10:30-12:00	伊利沙伯 醫院 M 座 地下 演講廳	全免	3506 6536
舒緩疲勞 伸展操	本院病友 及家屬優 先；有興 趣之社區 人士	40人	31/3/2018 (六) (暫定)	下午 2:00 - 4:30 (暫定)	伊利沙伯 醫院 D 座 地下多用 途室	全免	3506 6536

## 糖盼樂互協會

活動名稱	對象	日期	時間	地點	費用	查詢
消閒週末小聚	糖盼樂會 員及家屬	24/3/2018	下午 2:30 - 4:00	伊利沙伯醫院 M 座地下 2 號室	\$10	3506 6536 楊小姐





# 癌症病人資源中心活動花絮

4-9 月活動簡報

## 「無懼復發」支援小組

癌症病人資源中心

中心加強對復發或擴散的癌症患者的支持，設立了「無懼復發」支援小組。此開放式治療小組每兩月舉行一次，每次聚會以不同形式及主題進行，包括社工教授平靜身心的實用放鬆技巧、「與中醫師對話」、臨床心理學家講解如何面對癌病復發的恐懼等，讓面對復發或擴散的癌症患者與同路人互助支持，分享抗癌康復心得，學習調適自己心情，讓生命活得更有意義。



## 未完的約會 - 舞蹈 / 動作治療延伸班

癌症病人資源中心

中心於 5 月至 6 月期間舉辦了「未完的約會 - 舞蹈 / 動作治療延伸班」，由專業註冊舞蹈 / 動作治療師帶領，透過遊戲、動作、角色扮演等，提高參加者的自我認識，並提供健康途徑表達情緒，增強抗逆能力，藉以提高個人力量，改善癌症帶來的困擾。



## 戲劇治療工作坊之大人都要玩

癌症病人資源中心



中心於 6 月至 7 月期間舉辦了「戲劇治療工作坊之大人都要玩」，由註冊戲劇治療師透過遊戲與演戲，引導參加者釋放心中的陰霾，拉近人與人之間的關係。參加者能藉著嬉戲與角色扮演，學習專注，重拾生活的喜悅與流動的力量。

## 「忙裡偷閒」照顧者加油站

癌症病人資源中心

為加強對照顧者的支援，中心分別於 6 月及 9 月舉辦了兩次「忙裡偷閒」照顧者加油站，透過不同聚會的主題凝聚家屬。社工與家屬一同製作天然牙膏，一邊分享處理問題、照顧患者的心得，從而互相支持及鼓勵；並學習靜觀呼吸，放鬆自己的情緒，調適身心。



## 「笑都要學」大笑瑜伽體驗班

癌症病人資源中心

中心於7月份舉辦了三節大笑瑜伽體驗班，社工以趣味的方式，透過結合瑜伽呼吸、伸展和各種笑的動作，與參加者一同大笑，學習身體放鬆法及進行瑜珈式呼吸練習。



## 「玩藝術 · 減下壓」工作坊

癌症病人資源中心



9月份中心舉辦了「玩藝術 · 減下壓」工作坊，由註冊表達藝術治療師透過放鬆舞動、簡單畫作、圖象聯想、音樂默想和心得分享等，協助促進參加者的個人成長，增加對自己的認識，放鬆情緒和改善健康。

## 預囑生命之旅之生前、身後

癌症病人資源中心

中心於7月29日與病友參觀東華三院鑽石山殯儀館、鑽石山火葬場及「花園葬」紀念花園；並於8月5日邀請了仁濟醫院外科部副顧問醫生范寧醫生講解「預設醫療指示」，伊利沙伯醫院殮房主任林明輝先生介紹醫院安寧堂服務。另外，中心同事於8月19日帶領病友參觀環保海葬，讓病友體驗海上撒灰服務。



## 伴你治療鬆一鬆

癌症病人資源中心

中心分別於 2017 年 5 月 26 日、8 月 11 日及 9 月 13 日舉辦了「非常粽」、「黏土髮夾製作」及「樹枝扎作」，由義工教授製作手工粽裝飾、黏土髮夾及樹枝擺設，讓病友能一邊製作小手工，一邊與同路人分享及交流。



## 乳癌醫生分享會

癌症病人資源中心



中心與臨床腫瘤科於 7 月 15 日合辦乳癌醫生分享會之「醫生與你」，邀請臨床腫瘤科顧問醫生梁偉濂醫生為乳癌病友解答疑問，分享乳癌治療的疑難。梁醫生細心回答病友的提問，使病友們獲益良多。

## 「營養湯水話您知」講座

癌症病人資源中心

6 月 10 日，中心與醫院營養部合作，邀請註冊營養師郭美寶小姐為病友舉辦「營養湯水話您知」講座，講解如何選擇健康又高營養的食物。



## 中醫保健講座

癌症病人資源中心



中心與博愛醫院 - 香港浸會大學中醫教研中心於 5 月 13 日及 8 月 12 日合辦「癌症病人的春夏食療與保健」中醫講座及「中醫湯水與養生」講座，從中醫角度分享癌症病人的食療及保健之道。

# 癌症病人資源中心活動一覽

活動名稱	對象	日期	時間	地點	費用	查詢
放射治療護理講座之「何謂放射治療？」	所有初次接受放射治療病人及家屬	18/1/2018(四) 22/2/2018(四) 15/3/2018(四)	上午 11:30-12:30	伊利沙伯醫院 R座 603 室	全免	3506 5393
治癌須知	預備接受癌症治療的病人及家屬	13/1/2018(六) 10/2/2018(六) 17/3/2018(六)	上午 11:00-1:00	伊利沙伯醫院 R座 603 室	全免	3506 5393
大笑瑜伽俱樂部	本院癌症病人及家屬	12/1/2018(五) 9/2/2018(五) 9/3/2018(五)	中午 12:00-1:00 中午 12:00-1:00 上午 11:30-12:30	伊利沙伯醫院 D座地下多用途室	全免 (活動不適合孕婦、嚴重心臟病及六個月內動過手術人士參加。)	3506 5393
「義乳之選擇與配戴」講座	本院乳癌病人	24/1/2018(三)	下午 2:00-3:30	伊利沙伯醫院 R座 603 室	全免	3506 5393
認識「音樂治療」工作坊	本院癌症病人	5/1/2018(五)	下午 2:30-4:30	伊利沙伯醫院 R座 603 室	全免	3506 5393
音樂治療小組之「音樂演奏賞」	本院癌症病人(必須參與認識「音樂治療」工作坊)	13/4/2018(五) [16/2/2018及 30/3/2018暫停]	下午 3:00-4:30	伊利沙伯醫院 R座 603 室	每位 \$60	3506 5393

活動名稱	對象	日期	時間	地點	費用	查詢
「中醫治療麻痺」講座	本院癌症病人及家屬	20/1/2018(六)	上午 10:30-12:30	醫院管大樓閣樓演講廳	全免	此活動與其他癌症病人資源中心合辦，請於12月20日起致電3506 5393索取門票。
伴你治療鬆一鬆之利是封裝飾	本院癌症病人(正接受治療病人優先)	2/2/2018(五) 及 9/2/2018(五)	上午 11:00-1:00	伊利沙伯醫院R座603室	全免	3506 5393
「無懼復發」支援小組-「春節保健知多少」中醫講座	本院五年內癌症擴散或復發之病人及家屬	6/2/2018(二)	下午 2:30-4:30	伊利沙伯醫院R座603室	全免	3506 5393

# 義工服務及活動花絮

## 義工季度興趣班

病人資源中心

為推動義工之間的聯繫和互動，中心分別於 2017 年 3 月及 7 月舉辦了義工季度興趣班，邀請義工擔任義務導師帶領其他義工一同分享手工藝及烹飪之趣。有參加活動之義工表示參與興趣班讓他們認識不同崗位的義工，透過他們的分享可以了解醫院不同部門的運作情況及服務技巧，對他們投入義工服務有幫助。



## 迎端午義工聯歡

病人資源中心



中心特別於 2017 年 5 月 21 日舉行「迎端午義工聯歡」，偕同中心超過 60 位義工共慶端午節，分享節日喜悅。中心同事特別向每位義工派發端午紙糰、設計了團體遊戲及端午問答環節，務求與義工在歡樂氣氛下一同共享佳節。

## 暑期學生義工計劃 R.I.G.H.T Scheme 2017

病人資源中心

每年暑假，病人資源中心都會舉辦為期四星期的「暑期學生義工計劃 R.I.G.H.T Scheme」，旨在為有志投身醫護行業之青少年透過參與個人成長工作坊、義工訓練及醫院各部門之參觀及工作體驗增加對醫院服務的認識及促進個人成長。本年度之暑期學生義工計劃共有 70 名學生參與，不少義工在計劃結業禮上表示參與是次義工計劃是生命中難忘的經驗，在短短數星期中不單了解醫院不同專業人士的工作，更重要是引發他們對個人目標、生命意義等有反思。有超過八成的義工在參與計劃後均表示希望繼續成為伊利沙伯醫院的義工，善用學校的長假期繼續為病人提供服務。



## 朋輩關懷義工訓練

癌症病人資源中心

為加強對腫瘤科病友及家屬的支援，中心招募了 19 位病友及家屬，參與為期四節的義工訓練，並於七月至十月期間進行實習。新義工分別參與臨床腫瘤科門診關懷服務、病房探訪、同路人支援小組及新症分享等，與病友分享復康心得，提供支援。中心期望能繼續招募更多過來人為腫瘤科病友及家屬提供支援，歡迎有志服務癌症病人的癌症康復者或家屬參與！



## R 座伊互行聚會

癌症病人資源中心

中心同事分別於七月及九月與 R 座伊互行義工舉行聚會，透過遊戲增加彼此間的認識、分享及交流服務心得，更為 7 至 9 月份生日的義工慶祝生辰。



## 製作門診及病房探訪小禮物

癌症病人資源中心



中心於今年七月開始新增臨床腫瘤科門診關懷服務，受訓的朋輩關懷義工在門診大堂關懷到診的病友及家屬，互相傾談及派發相關的資訊。為此，一眾熱心的義工協助中心製作小禮物，於門診關懷及病房探訪時送給病友及家屬，為他們打打氣！

# 義工服務及活動一覽

## 病人資源中心

活動名稱	對象	日期	時間	地點	費用	查詢
義工季度興趣班： 羊毛篤篤迎復活	伊利沙伯醫院義工	2018 年 3 月 ( 待定 )	待定	伊院病人 資源中心 會議室	待定	3506 6536



伊利沙伯醫院 病人資源中心

2018

在此貼上  
郵票  
Stamp Here

中心地址 : 九龍加士居道30號伊利沙伯醫院日間醫療中心閣樓5號室  
中心電話 : 3506 6434 傳真 : 2332 4585

本期印刷數量: 1000份