

伊利沙伯醫院 病人資源中心

互心 資訊站

2019
第三期

- 伊院義工服務介紹
- 病人資源中心活動
- 癌症病人資源中心活動
- 義工活動



伊院裡的暖流

提起醫院，相信大家都會有不同的印象及感覺，但有一個感覺大家應該都一致同意，就是醫院很「冷冰冰」。幸好在伊院裡，我們有一班熱心的「橙衣人」，她們像是伊院裡的小燭台，將溫暖傳遍，燃起亮光。今期就為大家介紹一下散佈在伊院不同角落的義工團隊。

伊互行

伊互行是伊院的接待大使，別小看這個接待大使的角色啊！她們可是伊院的小百科，只要你讓她知道你想到達的目的地，她們便能準確又清晰地告訴你應該如何走，要到哪一座、哪一層。伊互行除了為病人及家屬引路外，還會解答大家一般的查詢，或協助轉介往相關的負責部門查詢。伊互行在伊院裡日間醫療中心地下、日間醫療中心新翼二樓、C座地下及K座地下均設有服務專櫃，還有在日間醫療中心不同的樓層也會發現她們的蹤影，大家下次經過的時候，不妨跟她們打個招呼啊！



藥物包裝組

在藥劑部的角落裡，也有義工的身影呢！醫院每天也要供應不同藥物予應診人士，背後藥物包裝組的義工可謂居功不少！她們都練得一身好技術，不消一會，便將不同大大小小的藥丸準確地分配，按指定數量包裝好，看似簡單的工作，但她們就是如此認真、熟練，有些義工已在這崗位幫忙逾 20 年，仍每星期默默地幫忙包裝藥物，希望付出自己寶貴的時間及能力，去為病人服務，這份專業的服務態度及精神絕對讓人敬佩。



美好大使

急症室就像是醫院的戰場一樣，要應接不同狀況的病人，而且急症室都經常有很多人輪候著，各人都有不同的需要，美好大使義工們便要按著不同人的情況予以支援，這可是要有很高的處事靈活度，雖然他們不是醫護人員，不能處理診症、治療及護理等工作，但卻能在其他方面關心及支援患者及傷者。由於甚麼類型的情況也會遇到，要決定甚麼時候予以甚麼形式的幫忙，這角色絕不簡單。



以上就是伊院其中部份恆常的義工服務團隊，雖然看下去都是簡單的工作，但實際參與的時候殊不簡單！伊院十分感恩有這班義工堅持服務，將點點的溫暖傳遍伊院每個角落。若大家有興趣參與其中，歡迎你致電或親臨病人資源中心與我們聯絡及查詢，歡迎你成為我們的一份子。

病人資源中心活動一覽

7-9月活動資訊

報名及查詢：3506 6536

| 活動名稱 | 對象 | 舉辦部門 | 活動內容 | 開始報名日期 | 活動日期 | 時間 | 地點 | 費用 |
|--------------------------|-------------------|---------------------|---|-------------------|---------------------------------------|------------------------------------|----------------------------------|-----------|
| 靜觀身・心・靈 | 伊院覆診之病人、家屬 | 病人資源中心 | 靜觀練習、分享 | 於活動當日直接到病人資源中心便可 | 2019年7月4日至9月26日(逢星期四) | 上午10:00-下午1:00 | 本院日間醫療中心閣樓5室 | 全免 |
| 前列腺癌同路人分享會 | 伊院前列腺癌病人及家屬 | 前腺會、病人資源中心 | 同路人交流分享 | 已開始接受報名 | 2019年7月8日(一) 8月12日(一) 9月9日(一) | 上午11:00-下午1:00 | 本院日間醫療中心閣樓5室 | 全免 |
| 家友愛「家長互助閣」 | 伊院新生嬰兒深切治療病房之嬰兒家長 | 家友愛、病人資源中心 | 同路人交流分享 | 於活動當日直接到C9及E9病房便可 | 2019年7月13日(六) 8月10日(六) 9月14日(六) | 下午4:00-6:00 | 本院C9及E9病房 | 全免 |
| 樂活手創展藝坊：和諧粉彩體驗工作坊 | 伊院病人及照顧者 | 病人資源中心 | 來自日本的和諧粉彩是每個人都能輕鬆上手的藝術，參加者毋須「識畫畫」！只需藉由手指及輔助工具在畫紙上揉揉抹抹便可創造出屬於自己的藝術圖畫，為自己輕鬆減壓，帶來喜悅！ | 已開始接受報名 | 2019年7月19日(五) 8月23日(五) 9月20日(五) | 下午2:00-5:00 | 本院日間醫療中心閣樓5室 | 每位參加者\$20 |
| 醫時鬆一鬆之食得聰明一自助餐篇 | 糖尿病病人及家屬 | 糖盼樂互協會 | 小組分享、社區資源介紹 | 已開始接受報名 | 2019年7月22日(一) | 下午2:30-4:00 | 本院M座地下3號會議室 | 全免 |
| 「中醫體質辨識及調理」中醫講座 | 伊院病人、家屬及有興趣之社區人士 | 病人資源中心 | 1. 從中醫理論了解不同體質的表徵 2. 認識不同體質的養生要訣及保健食療 | 已開始接受報名 | 2019年7月27日(六) | 下午2:30-4:30 | 本院M座地下2號室 | 全免 |
| 「認識糖胖症」講座 | 糖尿病病人及公眾人士 | 糖盼樂互協會 | 內科醫生講解什麼是「糖胖症」及其對健康的影響，如何對抗「糖胖症」等。營養師介紹從飲食方面如何預防及對抗「糖胖症」。 | 已開始接受報名 | 2019年8月10日(六) | 下午2:30-4:30 | 本院D座地下多用途室 | 全免 |
| 遺康社：外展講座—泌尿婦科及盆腔器官垂脫知多少？ | 遺康社社友、海弘社區及公眾人士 | 海弘社區服務協會、伊利沙伯醫院—遺康社 | 由伊院婦產科副顧問醫生陳婉媚醫生講解有關盆腔器官垂脫的類別及預防，並由資深護師范玉湘姑娘講解泌尿婦科的類別及如何治療。 | 已開始接受報名 | 2019年8月10日(六) | 下午3:00-4:30(下午2:15開始入場，歡迎到場參與攤位遊戲) | 香港紅十字會總部1樓103室 地址：西九龍海庭道19號1樓 | 全免 |
| 腦友匯—「無記性，點算好？」醫生講座 | 腦友匯會員及有興趣之社區人士 | 伊利沙伯醫院腦友匯 | 由醫護人員講解記憶能力轉變的原因、評估及訓練方法。 | 已開始接受報名 | 2019年8月11日(日) | 下午2:30-4:30 | 本院M座地下演講廳 | 全免 |

| 活動名稱 | 對象 | 舉辦部門 | 活動內容 | 開始報名日期 | 活動日期 | 時間 | 地點 | 費用 |
|--|---|--------------------|--|-----------------------|-------------------------------------|------------------------|----------------------|-------------------|
| 樂活手創 展藝坊： 中秋燈籠 製作 | 由伊院 病人及 照顧者 | 病人 資源中心 | 讓參加者透過親手製作 燈籠獲取滿足感及發揮 創意，訓練手指靈活度， 讓心靈得到滿足之餘又可 將製成品贈予他人傳遞 祝福。 | 已開始 接受報名 | 2019年 8月15日(四) | 下午 2:00-5:00 | 本院日間 醫療中心 閣樓5室 | 每位 參加者 \$30 |
| 前列腺癌 新症講座 | 伊院前列 腺癌病人 及家屬 | 前腺會、 病人資源 中心 | 由泌尿科及腫瘤科醫生講 解前列腺癌的治療安排， 以及病友分享治療及康復 歷程及心得，癌協社工 介紹社區資源。 | 已開始 接受報名 | 2019年 8月17日(六) | 上午 10:00- 下午1:00 | 本院R座 6樓 603室 | 全免 |
| 痛症紓緩 瑜伽 工作坊IV | 受腰背痛、 肌肉勞損 困擾並於 伊院骨科/ 痛症科覆 診之病友 (*所有報 名必須經 職員核實 及確認報 名資格) | 病人 資源中心 | 由專業義務瑜伽導師帶領 參加者利用椅子協助練習 瑜伽伸展操及呼吸法， 期望參加者透過持續練習 舒緩腰背痛困擾！ 導師以英語授課為主， 助教會提供粵語翻譯。 | 已開始 接受報名 | 2019年 8月21日至 10月23日 (逢星期三) | 下午 2:30-3:30 | 本院日間 醫療中心 閣樓5室 | 每位 參加者 \$30 |
| 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 | 病人資源 中心 | 參加者可安坐輪椅或在 椅子上透過舞步並伴以耳 熟能詳的音樂輕鬆做運 動，並透過互動環節與 其他參加者齊齊做個 Friend，從而改善身心 狀態 | 已開始 接受報名 | 2019年 8月24日(六) | 下午 2:30-4:00 | 本院 D座地下 多用途室 | 全免 |
| 家友愛 週年大會 | 伊院新生 嬰兒深切 治療病房 之嬰兒家長 | 家友愛、 病人資源 中心 | 聚餐、遊戲、家長分享 | 待定 | 2019年 8月24日(六) | 下午 2:00-5:00 | 本院S座 員工 康樂室 | 全免 |
| 腦友匯 - 物理治療 工作坊： 神經外科及 中風患者之 照顧者照顧 技巧訓練 | 腦友匯 會員 及家屬 | 伊利沙伯 醫院 腦友匯 | 由伊院物理治療師講 解臥床者照顧方法、被 動式運動、正確扶抱及 轉移技巧、助行器的選 擇及使用等內容，提升 照顧者的技巧及能力， 使患者得到適切的復 康照顧。 | 2019年 7月30日 (二) | 2019年 8月25日(日) | 下午 2:30-4:30 | 本院 D座地下 多用途室 | 全免 |
| 腦友匯 - 扭七彩 氣球班 | 腦友匯 會員及 家屬 | 伊利沙伯 醫院 腦友匯 | 學習基本扭氣球技術 及製作多拉A夢、水仙 花等 | 已開始 接受報名 | 2019年 7月26日(五) | 上午 12:00- 下午1:30 | 本院日間 醫療中心 閣樓5室 | 全免 |
| 中醫痛症 紓緩穴位 按摩工作坊 | 正於伊院 痛症科 覆診之 病友 | 病人 資源中心 | 由註冊中醫師講解肩 頸背痛及勞損的成因， 並透過教授按摩手法， 令參加者掌握紓緩痛 症的手法。 | 2019年 7月30日 (二) | 2019年 9月7日(六) | 上午 10:00- 12:00 | 本院 M座地下 2號室 | 全免 |
| 腦友匯 - 周年大會 | 腦友匯 會員 及伊院 神經內、 外科病友 | 病人資源 中心/ 腦友匯 | 慶祝腦友匯成立26周 年、會務及財務報告、 執位選舉、修改會章、 精彩綜藝表演、抽獎 | 2019年 7月30日 (二) | 2019年 9月22日 (日) | 下午 2:30-5:00 | 本院 M座地下 演講廳 | 全免 |

癌症病人資源中心活動一覽

7-9月活動資訊

報名及查詢：3506 5393

| 活動名稱 | 對象 | 舉辦部門 | 活動內容 | 開始報名日期 | 活動日期 | 時間 | 地點 | 費用 |
|--------------------|-------------------|----------|---|---------|--|--|---|--------|
| 治癌須知 | 預備接受癌症治療的病人及家屬 | 癌症病人資源中心 | 介紹臨床腫瘤科部門、癌症治療及復康心得；醫生答問時間；社區資源介紹。 | / | 2019年 7月13日(六) 8月3日(六) 9月7日(六) | 上午11:00-1:00 | 本院R座 6樓603室 | 全免 |
| 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 | 癌症病人資源中心 | 放射治療介紹、護理須知及參觀放射治療部。 | / | 2019年 7月25日(四) 8月29日(四) 9月26日(四) | 上午11:30-12:30 | 本院R座 6樓603室 | 全免 |
| 「平安紙與財產管理」講座 | 本院癌症病人及家屬 | 癌症病人資源中心 | 由律師講解平安紙的訂立及法律效用、無訂立遺囑去世者的遺產分配、嚴重病況病人的財產管理。 | 已開始接受報名 | 2019年 7月20日(六) | 上午10:30-12:30 | 醫管局大樓閣樓研討室(一) | 全免 |
| 「煮出幸福的味道」工作坊 | 本院癌症病人及家屬 | 癌症病人資源中心 | 工作坊(一)：由營養師與正在接受治療的您，分享如何選取營養食材及煮食心得和樂趣。 工作坊(二)：透過過來人分享、活動與您和家人一同了解壓力來源和尋找處理方法。 工作坊(三)：於醫院以外環境，一同製作從伊院編製「煮出幸福的味道」揀選的有營食譜。 | 已開始接受報名 | 工作坊(一)：2019年 7月20日(六) 工作坊(二)：2019年 7月24日(三) 工作坊(三)：2019年 7月26日(五) | 工作坊(一)：上午10:00-12:00 工作坊(二)：下午2:30-4:30 工作坊(三)：下午3:00-5:00 | 工作坊(一)及(二)：伊院R座6樓603室 工作坊(二)：九龍灣廚樂體驗館(德國寶) | 每位\$30 |
| 「義乳之選擇與配戴」 | 本院乳癌病人 | 癌症病人資源中心 | 介紹義乳的種類及功能、胸圍及義乳的選擇及社區資源介紹。 | 已開始接受報名 | 2019年 7月29日(一) | 下午2:00-4:00 | 本院R座 6樓601室 | 全免 |
| 療程伴您鬆一鬆之剪影燈擺設 | 本院癌症病人(正接受治療病人優先) | 癌症病人資源中心 | 本院癌症病人(正接受治療病人優先) | 已開始接受報名 | 2019年 8月2日(五) | 上午11:00-1:00 | 本院R座 6樓601室 | 全免 |
| 如何分辨自己體質與中醫保健」講座 | 本院癌症病人及家屬 | 癌症病人資源中心 | 從中醫角度講解不同體質的保健方法。 | 已開始接受報名 | 2019年 8月3日(六) | 上午10:00-12:00 | 本院M座地下演講廳 | 全免 |
| 戲劇治療工作坊之大人們都要玩 | 本院癌症病人 | 癌症病人資源中心 | 透過遊戲及演戲，釋放心中的陰霾，學習專注及放鬆身心。 | 已開始接受報名 | 2019年 8月5日至 8月26日 (逢星期一) | 下午2:00-4:00 | 本院R座 6樓601室 | 全免 |
| 音樂鬆弛工作坊之輕輕鬆鬆、齊放鬆 | 本院癌症病人 | 癌症病人資源中心 | 音樂治療師將透過音樂活動配以呼吸法，如音樂律動、音樂想像法、發聲按摩法等，協助參加者發掘內在的能力來放鬆並轉移心情，使焦慮或緊張的情緒得以舒緩，獲得平靜、自在、愉悅的心境。 | 已開始接受報名 | 2019年 8月16日至 9月13日 (逢星期五) [9月6日暫停] | 下午2:30-4:30 | 本院R座 6樓601室 | 全免 |
| 「彩色生命圓滿人生」正向心理互助小組 | 本院女性癌症病人 | 癌症病人資源中心 | 透過藝術創作去認識自己；學習鬆弛練習和靜觀練習，放鬆身心；與同路人分享處理問題的心得。 | 已開始接受報名 | 2019年 8月21日至 9月25日 (逢星期三) [9月4日暫停] | 上午11:00-1:00 | 本院R座 6樓601室 | 每位\$30 |

| 活動名稱 | 對象 | 舉辦部門 | 活動內容 | 開始報名日期 | 活動日期 | 時間 | 地點 | 費用 |
|----------------|-------------------------|----------|---|---------|-------------------------------|------------------|--------------------|-------------------------------------|
| 大笑瑜伽俱樂部 | 本院癌症病人及家屬 | 癌症病人資源中心 | 結合瑜伽呼吸、伸展和各種笑的動作，以趣味的方式一同大笑，學習身體放鬆法及進行瑜珈式呼吸練習。 | 已開始接受報名 | 2019年 8月22日(四) | 上午 11:00 - 12:30 | 本院 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。) |
| 療程伴你鬆一鬆之迷你黏土月餅 | 本院癌症病人(正接受治療病人優先) | 癌症病人資源中心 | 義務導師將教授用樹脂黏土製作母迷你月餅。 | 已開始接受報名 | 2019年 8月30日(五) 及9月6日(五) | 上午 11:00 - 1:00 | 本院R座 6樓 601室 | 全免 |
| 天然染髮工作坊 | 本院已完成化療之癌症康復者(只接受首次參加者) | 癌症病人資源中心 | 教授用天然的方法製作染髮染料。 | 已開始接受報名 | 2019年 9月6日(五) | 下午 2:30 - 4:00 | 本院R座 6樓 601室 | 全免 |
| 「玩藝術・減下壓」工作坊 | 本院癌症病人及家屬 | 癌症病人資源中心 | 放鬆舞動、簡單畫作、圖象聯想、音樂默想和心得分享等。 | 已開始接受報名 | 2019年 9月7日(六) | 下午 2:30 - 5:30 | 本院R座 6樓 603室 | 全免 |
| 茶禪 | 本院癌症病人及家屬 | 癌症病人資源中心 | 透過茶禪活動放鬆身心。 | 已開始接受報名 | 2019年 9月19日(四) | 上午 11:00 - 12:30 | 本院R座 6樓 601室 | 全免 |
| 大笑瑜伽俱樂部 | 本院癌症病人及家屬 | 癌症病人資源中心 | 結合瑜伽呼吸、伸展和各種笑的動作，以趣味的方式一同大笑，學習身體放鬆法及進行瑜珈式呼吸練習。 | 已開始接受報名 | 2019年 9月20日(五) | 上午 11:00 - 12:30 | 本院R座 6樓 601室 | 全免 |
| DIY 環保酵素工作坊 | 本院癌症病人 | 癌症病人資源中心 | 教授如何利用果皮造成天然清潔劑。 | 已開始接受報名 | 2019年 9月20日(五) | 下午 2:30 - 4:00 | 本院R座 6樓 601室 | 全免 |
| 「我要戒口嗎」營養講座 | 本院癌症病人及家屬 | 癌症病人資源中心 | 由本院營養師講解食物與癌症的關係，拆解戒口的迷思，讓病人了解適當食物攝取及營養的重要性，並介紹一些合適的食療。 | 已開始接受報名 | 2019年 9月21日(六) | 上午 10:00 - 12:00 | 本院M座 地下演講廳 | 全免 |
| 「義乳之選擇與配戴」講座 | 本院乳癌病人 | 癌症病人資源中心 | 介紹義乳的種類及功能、胸圍及義乳的選擇及社區資源介紹。 | 7月29日起 | 2019年 9月25日(三) | 下午 2:00 - 3:30 | 本院R座 6樓 601室 | 全免 |
| 認識「音樂治療」工作坊 | 本院癌症病人 | 癌症病人資源中心 | 簡介音樂治療是甚麼、音樂初試探及玩奏樂器。 | 8月1日起 | 2019年 9月27日(五) | 下午 2:30 - 4:30 | 本院R座 6樓 601室 | 全免 |
| 認識「戲劇治療」工作坊 | 本院癌症病人 | 癌症病人資源中心 | 介紹戲劇治療的原理、說明應用在癌症病人身上的療效、講解戲劇治療小組的內容。 | 8月1日起 | 2019年 10月2日(三) | 上午 11:00-1:00 | 本院R座 6樓 601室 | 全免 |

| 活動名稱 | 對象 | 舉辦部門 | 活動內容 | 開始報名日期 | 活動日期 | 時間 | 地點 | 費用 |
|----------------|--------------------------------|----------|---|--------|-------------------------|---------------|------------|--------|
| 音樂治療小組之「音樂玩奏賞」 | 本院癌症病人(必須先參加9月27日之認識「音樂治療」工作坊) | 癌症病人資源中心 | 音樂初體驗、音樂/歌曲欣賞、唱歌、玩奏樂器、音樂與想像鬆弛法、Music Holding、發聲按摩 | 9月27日起 | 2019年10月4日至12月20日(逢星期五) | 下午2:30-4:00 | 本院R座6樓601室 | 每位\$60 |
| 「疲勞的中醫調理」講座 | 本院癌症病人及家屬 | 癌症病人資源中心 | 講解如何從中醫角度，處理癌症治療後出現的疲憊及食欲不振，如何透過中醫飲食調理的方法，去舒緩疲勞及增強體質。 | 8月1日起 | 2019年10月5日(六) | 上午10:00-12:00 | 本院M座地下演講廳 | 全免 |
| 「與自己對話」戲劇治療小組 | 本院癌症病人(必須先參加10月2日之認識「戲劇治療」工作坊) | 癌症病人資源中心 | 透過戲劇治療師所引導的戲劇活動，身體展現、聲音釋放、戲劇投射、角色扮演及即興創作等等，幫助參加者表達內心感受，增加彼此之間的支持，藉以提高個人力量，有助面對癌病所帶來的困擾。 | 10月2日起 | 2019年10月9日至11月27日(逢星期三) | 上午11:00-1:00 | 本院R座6樓601室 | 每位\$40 |
| 「斷捨離」表達藝術小組 | 本院癌症病人 | 癌症病人資源中心 | 透過藝術創作從中了解、放下和接納依附，加強自理自愛的能力。參加者無需任何藝術經驗。 | 8月1日起 | 2019年10月14日至12月2日(逢星期一) | 上午10:00-12:30 | 本院R座6樓601室 | 每位\$40 |

義工活動一覽

7-9月活動資訊

報名及查詢：3506 6536

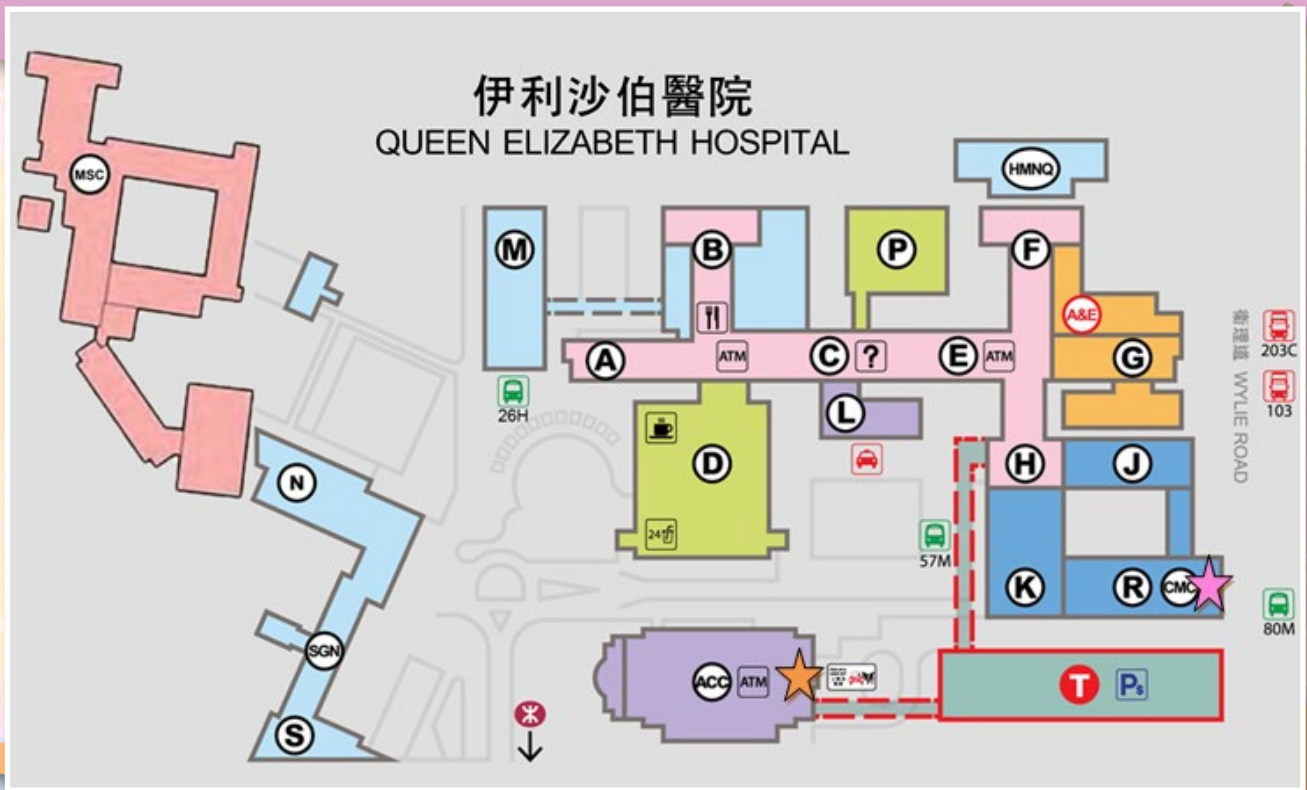
| 活動名稱 | 對象 | 舉辦部門 | 活動內容 | 開始報名日期 | 活動日期 | 時間 | 地點 | 費用 |
|-----------------|------------|----------|---|-------------------------------|---------------|-------------|--------------|-----------|
| 義工充電活動之桌面生態魚瓶 | 本中心癌症服務之義工 | 癌症病人資源中心 | 製作桌面生態魚瓶，與其他義工交流服務心得。 | 已開始接受報名 報名電話： 3506 5393 | 2019年8月9日(五) | 下午2:00-3:30 | 本院R座6樓601室 | 全免 |
| 季度義工興趣班：手工月餅工作坊 | 本院義工 | 病人資源中心 | 與義工透過親手製作月餅共慶中秋佳節，並透過茶聚時間一同品嚐成品，一邊交流服務心得，為大家減壓、打打氣。 | 已開始接受報名 | 2019年8月29日(四) | 下午2:00-5:00 | 本院日間醫療中心閣樓5室 | 每位參加者\$20 |



伊利沙伯醫院 病人資源中心

2019
第三期

在此貼上
郵票
Stamp Here



★ 病人資源中心

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 室
 中心電話：3506 6434
 傳真：2332 4585

★ 癌症病人資源中心

中心地址：九龍加士居道 30 號
 伊利沙伯醫院
 R 座 6 樓 601 室
 中心電話：3506 5393
 傳真：3506 5392

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 室
 中心電話：3506 6434
 中心傳真：2332 4585
 中心網址：<http://kccprp.ha.org.hk/html/index.htm>



本期印刷數量：1000 份