

家支援在你身旁，為你加油打氣！

WE ARE HERE, TO SUPPORT YOU IN A POSITIVE WAY!



癌症資訊
Cancer Info



舒緩治療
Palliative Care



健康管理
Health Management



放鬆貼士
Relaxation Tips



安寧服務
Hospice Care



社區資源
Community Resources



營養及治療資訊
Diet Advice



完成閱讀，畫出彩虹
Draw a Rainbow



立即免費下載
DOWNLOAD IT NOW:



「家支援」社區舒緩治療應用程式捐助機構
SUPPORT+ mobile app is funded by



SUPPORT+: a web-based and mobile-app for patients with cancer in the community

「家支援」網頁和手機應用程式：
支援社區癌症病人和照顧者



By Dr. Chan Wing Lok

(HKU Li Ka Shing Faculty of Medicine; Clinical Oncology)

(Project No.: KE-SI-2023/24-43)

Strategic Theme:

Health and Medical Technologies

升級版★ 「家支援」

SUPPORT 家支援

社區紓緩治療應用程式



癌症資訊



紓緩治療



健康管理



放鬆貼士



安寧服務



社區資源



營養及食療資訊



完成閱讀，畫出彩虹



立即免費下載：



家支援在你身旁，為你加油打氣！



HKU Med

School of Clinical Medicine
Department of Clinical Oncology
香港大學臨床腫瘤學系



HKU Med

School of Clinical Medicine
Department of Clinical Oncology
香港大學臨床腫瘤學系

SUPPORT

家支援

- Initiative by Department of Clinical Oncology, HKU
- “**SUPPORT+**” aims to support advanced cancer patients and their families in the local community – in the form of a mobile app.
- **3 Main Functions:**
 - Educational Materials: Cancer Information, Palliative Care, End-of-life Care, Community Resources
 - Symptom Diary: Report their symptoms with IPOS weekly. If score over 3 or above, inform the PC nurses
 - Contact Nurses: for non-emergency uses, similar as whatsapp/ email

家支援在你身旁，為你加油打氣！
WE ARE HERE, TO **SUPPORT** YOU IN A **POSITIVE** WAY!



癌症資訊
Cancer Info



紓緩治療
Palliative Care



健康管理
Health Management



放鬆貼士
Relaxation Tips



安寧服務
Hospice Care



社區資源
Community Resources



營養及食療資訊
Diet Advice



完成閱讀，畫出彩虹
Draw a Rainbow



立即免費下載
DOWNLOAD IT NOW:



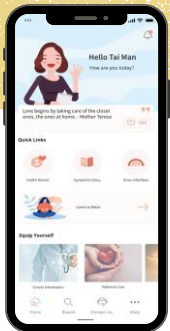
「家支援」社區紓緩治療應用程式，是香港大學李嘉誠醫學院臨床腫瘤科屬下的一個項目，旨在支援社區內的晚期癌症病人和其家庭。

「家支援」提供有關：

- 癌症資訊
- 紓緩治療
- 安寧服務
- 在家護理知識

「家支援」社區紓緩治療應用程式捐助機構
SUPPORT+ mobile app is funded by

Online Platforms



Support+ App (IOS + Android): 48471 downloads



hkusupportplus Facebook



3.4K likes



4.1K followers



hkusupportplus Instagram



1141 posts



710 followers



家支援 SUPPORTPLUS YouTube Channel



Total views: 5038



FB Live Talks on Daily Care



SUPPORT HKU Med 紓緩醫療

紓緩家支援 同行毋忘愛

世界紓緩關懷日分享會

嘉賓：陳道榮醫生 (香港大學醫學院臨床腫瘤科專科醫生) | 梁健年醫生 (香港醫學會專科醫生) | 梁貴明 Roy (護士) | 霍俊輝 Christine (護士)

紓緩家支援 同行毋忘愛 世界紓緩關懷日分享會 (14/10/2023, Views: 10.1K) [Link](#)

主辦機構：SUPPORT HKU School of Clinical Medicine Department of Clinical Oncology 香港大學醫學院

兒童癌病

日期：2024年2月15日 (星期四)
時間：下午5:30pm HKT
地點：家支援SUPPORT+ Facebook

兒童癌病有什麼病徵？
如何診斷和治療？
對將來發展有什麼影響？

嘉賓：廖栢賢醫生 (香港兒童血液及腫瘤科學會主席 香港大學兒科科學系臨床助理教授)

主持：新手媽媽 Yanty

線上直播，隨時收看 更多資訊
Zoom: 10 981 9190 8146

家支援拉闊傾一傾：兒童癌病 (15/2/2024, Views: 447) [Link](#)

LIVE 線上即時 Q&A 直播即將開始

家支援醫事講 大腸癌

2024.03.02 (六) 2:30-3:30 PM

嘉賓：林嘉安醫生 (臨床腫瘤科專科) | 傅志聰醫生 (外科專科)

主持：麥詩敏 (Gloria Mak)

全力支持：TAHO

家支援醫事講：大腸癌篇 (2/3/2024, Views: 3.5K) [Link](#)

LIVE 線上即時 Q&A 直播即將開始

家支援醫事講 食道癌

2024.04.20 (六) 12:30-13:30

嘉賓：鄺麗雲教授 (香港大學臨床醫學學院 臨床腫瘤學系臨床教授)

主持：簡采恩 (Joyce Kan)

全力支持：Bristol Myers Squibb

家支援醫事講：食道癌 (20/4/2024, Views: 10.1K) [Link](#)

LIVE 線上即時 Q&A 直播即將開始

家支援醫事講 紓緩安寧服務和預設照顧計劃

2024.6.14 (五) 18:30-19:30

嘉賓：程康偉醫生 (中大及人科專科醫生) | 陳穎樂醫生 (香港大學護理學系臨床助理教授)

主持：霍俊輝 Christine

家支援醫事講：紓緩安寧服務和預設照顧計劃 (14/6/20 24, Views: 7.6K) [Link](#)

主辦機構：SUPPORT HKU Med 紓緩醫療 全力支持：MSD

家支援醫事講 頭頸癌

2024.6.28 (五) 12:30-13:30

地點：家支援及 癌症資訊網 Facebook

嘉賓：顏繼昌教授 (臨床腫瘤科專科醫生 香港大學醫學院臨床腫瘤學系 臨床腫瘤學系主任兼教授)

主持：簡采恩 (Joyce Kan)

家支援醫事講：頭頸癌 (14/6/20 24, Views: 4.7K) [Link](#)

【抗癌防癌 全球視野】 Monthly Live Talk

抗癌防癌 全球視野
Cancer Prevention, Diagnosis and Treatment
乳腺癌怎麼防治?
聽聽這些多學科專家怎麼說!

直播時間: 2023.10.28 (六) 晚上8:00-10:00

Zoom ID: 834 7047 4343

乳腺癌怎麼防治? 聽聽這些多學科專家怎麼說!
(28/10/2023, Views: 2179) [Link](#)

抗癌防癌 全球視野
Cancer Prevention, Diagnosis and Treatment
小細胞肺癌防治
我應該知道什麼? 聽聽多學科專家怎麼說!

直播時間: 2023.11.30 (四) 晚上9:00-10:00

小細胞肺癌防治我應該知道什麼? 聽聽多學科專家怎麼說!
(30/11/2023, Views: 1879) [Link](#)

抗癌防癌 全球視野
Cancer Prevention, Diagnosis and Treatment
肝癌治療新技術, 聽聽多學科專家怎麼說!

直播時間: 2023.12.30 (六) 晚上8:00-10:00

肝癌治療新技術, 聽聽多學科專家怎麼說!
(30/12/2023, Views: 2129) [Link](#)

抗癌防癌 全球視野
Cancer Prevention, Diagnosis and Treatment
胃癌治療新技術, 聽聽多學科專家怎麼說!

直播時間: 2024.01.27 (六) 晚上8:00-10:00

胃癌治療新技術, 聽聽多學科專家怎麼說!
(27/1/2024, Views: 2329) [Link](#)

【抗癌防癌 全球視野】 Monthly Live Talk

鼻咽喉治療新技術，聽聽多學科專家怎麼說！
(24/2/2024, Views: 2410) [Link](#)

子宮頸癌治療新技術，聽聽多學科專家怎麼說！
(28/3/2024, Views: 457) [Link](#)

口腔癌治療新技術，聽聽多學科專家怎麼說！
(27/4/2024, Views: 428) [Link](#)

腦腫瘤治療新技術，聽聽多學科專家怎麼說！
(28/5/2024, Views: 502) [Link](#)

Examples of Videos on Cancer Management and Palliative Care



恆常進行自我乳房檢查可預防乳癌 (29/10/2023) [Link](#)



世界癌症日2024: Close the Care Gap 醫生專訪系列 (2/2024) [Link](#)



照顧者個案故事系列 (3/2024) [Link](#)



齊來減壓：自我穴位按摩療法列 (3/2024) [Link](#)



認識神經病變列 (30/5/2024) [Link](#)

Examples of Recipes for Cancer Patients



海鮮蔬菜燴飯
(7/5/2024, Views: 87) [Link](#)



素彩虹藜麥番茄碗
(7/5/2024, Views: 77) [Link](#)



花生番薯藜麥粥
(24/4/2024, Views: 49) [Link](#)



雞蛋白蘑菇蘿蔔炒椰菜花
(23/4/2024, Views: 24) [Link](#)



腰果紅蘿蔔蝦仁炒西蘭花
(13/4/2024, Views: 52) [Link](#)

Examples of Education Materials (Mingpao Articles)



紓緩治療 ≠ 不做治療 安寧療護 臨終不受苦

[Link](#)



癌治準繩：醫了癌症，壞了心臟？

[Link](#)



供不應求：全球調查：僅14%病人獲紓緩治療

[Link](#)



「我的健康，我的權利」 人生倒數階段 自決醫療方式 [Link](#)



癌治準繩：生酮抗癌 營養失衡得不償失

[Link](#)



關於年輕人患癌的4個問題 九成人患白血病、淋巴瘤、乳癌等9類癌症 [Link](#)

Examples of Support+ @ Q&A

Q 鹼性水或食物對癌症有幫助嗎？

目前為止，還沒有證據證明鹼性飲食可以預防或治療癌症等疾病。

- 一些研究指腫瘤是酸性的，這酸性可能有助腫瘤生長，所以有些人以為吃鹼性食物或喝鹼性水可以幫助預防或治療癌症。
- 但我們身體的酸鹼值不會輕易受到水或食物的酸鹼度所影響。

鹼性水或食物對癌症有幫助嗎？

[Link](#)

Q 什麼是肌少症？

- 肌少症(sarcopenia)是指隨著年紀老化所引起的肌肉質量的減少，肌肉力量與體能表現會因而衰退與下降。
- 臨床上肌少症評估主要透過以下3大項目來鑑別：
 1. 男士手握力低於28公斤，女士則低於18公斤；
 2. 步行速度低於每秒1米距離；
 3. 電腦掃描檢查或從其他檢測儀器量度出男士肌肉量每平方米低於7公斤，女士則每平方米低於5.7公斤。

什麼是肌少症？

[Link](#)

Q 氣炸鍋會致癌嗎？

- 把食材加熱超過120度高溫會產生「丙烯酰胺」(acrylamide)
- 「丙烯酰胺」現被評定為「可能令人類致癌」(第2A組)
- 使用高溫而少水的方式烹調食物(如煎炸、燒烤或烤燻)會產生較多「丙烯酰胺」
- 由於氣炸鍋的烹調時間比油炸更長，也需要更高的溫度，所以過程中會產生更多「丙烯酰胺」

氣炸鍋會致癌嗎？

[Link](#)

Q 針灸能否舒緩病人因抗癌治療而引起的不適？

可以！針灸治療在舒緩癌症病人不適方面應用廣泛，是一種有效的選擇。

- 針灸能有效舒緩因癌症及相關治療引起的疼痛，與一般止痛藥物具有協同效應。
- 除了疼痛外，針灸也能治療因化療藥物而引起的副作用。針灸治療可減輕荷爾蒙藥物所引致的肌肉和關節疼痛，也能清熱生津、通絡止痛，能應對化療引起的口腔潰瘍。
- 針灸對癌症本身和治療過程中引起的各種副作用也有幫助，如乏力、失眠、嘔吐、腹瀉等。

針灸能夠舒緩病人因抗癌治療而引起的不適？

[Link](#)

Q 癌症病人可以食益生菌嗎？

當然可以

- 癌症病人在接受化療或電療期間，可能會出現腹瀉、脫水和營養不良等副作用；
- 有研究指出，益生菌能顯著地降低電療引起的腹瀉。
- 因此，若在接受治療時同時補充益生菌，可以舒緩療程帶來的不適，減輕副作用。

癌症病人可以食益生菌嗎？

[Link](#)

Q 生蛇有什麼症狀？

有些人有可能有嚴重併發症或長期痛症：

- 散播性生蛇
- 急性病毒腦炎
- 喪失視力
- 後遺神經痛
- 留下疤痕
- 喪失聽力

生蛇有什麼症狀？

[Link](#)

Social Services

- 14 DHC talks across 7 districts (Wong Tai Sin, Kowloon City, Kwai Tsing, Tuen Mun, Sheung Shui, Yuen Long, Kwun Tong DHC)
- Health talks for other organizations (e.g. HK Caritas and Pink Volunteer)



Health Booth



World Cancer Day Booth (New Year Fai Chun Writing)
29/1/2024 – 1/2/2024 [Link](#)



HKU Alumni Day Booth (Tea Tasting)
16/3/2024 [Link](#)



Booth at Tuen Mun Hospital
3/5/2024 [Link](#)



【守護你健康推廣日】 Booth
11/5/2024 [Link](#)



Exhibition



The Gerontech and Innovation Expo
cum Summit (GIES) Booth
23/11/2023 – 26/11/2023

[Link](#)



S+ Summit cum Expo
3/5/2024

[Link](#)



17th Health Expo
14/6/2024 – 16/6/2024

[Link](#)



KE Outcomes and Impacts



The primary objective of the "SUPPORT+" initiative is to provide support to cancer patients, caregivers, and the general public through the mobile application "SUPPORT+." From October 2023 to June 2024, SUPPORT+ successfully engaged with a user base of over 50,000 individuals across its five online platforms, including the iOS and Android apps, website, Facebook, Instagram, and YouTube. These interactions have resulted in over 333,000 user engagements.

In addition to the online platforms, "SUPPORT+" has organized 30 public events, such as talks, booths, and workshops, to promote our application within the local community. We have collaborated with different organizations, including District Health Centers, social service groups, and non-governmental organizations (NGOs), to enhance the reach and impact of our efforts.

The community has responded positively, providing us with valuable feedback. They firmly believe the "SUPPORT+" mobile app is a highly beneficial tool for supporting advanced cancer patients and their families. Furthermore, it has played a crucial role in raising awareness about cancer and overall health among the general public.



知識交流的成果和影響



「家支援」項目的目標是透過手機應用程式「SUPPORT+」來支持癌症患者、照顧者及市民。自2023年10月，「SUPPORT+」已經在其五個線上平台上（包括應用程式、網頁、Facebook、Instagram和YouTube）接觸了超過50,000名用戶，並與他們產生了超過333,000次互動。

「家支援」舉辦了30個公眾活動，包括講座、攤位和工作坊，以推廣我們的應用程式。我們與不同的機構合作，包括地區康健站、社會服務機構和非政府組織（NGO）。社區大眾對我們的應用程式和服務提供了大量正面反饋。他們認為「SUPPORT+」手機應用程式能支持晚期癌症患者及其家人，並提高一般大眾對癌症和健康的認識和關注。



我們需要您的支持 =)

We Need Your SUPPORT =)

Please download the App now!!

請立即下載「家支援」應用程式!!



家支援應用程式
SUPPORT+ APP

家支援
HKU Med SUPPORT
專為癌病患者和家人設計
Designed for cancer patients and carers

家支援在你身旁，為你加油打氣！

WE ARE HERE, TO SUPPORT YOU IN A POSITIVE WAY!



癌症資訊
Cancer Info



舒緩治療
Palliative Care



健康管理
Health Management



放鬆貼士
Relaxation Tips



安寧服務
Hospice Care



社區資源
Community Resources



營養及食療資訊
Diet Advice



完成閱讀，畫出彩虹
Draw a Rainbow



立即免費下載
DOWNLOAD IT NOW:



Download on the
App Store

GET IT ON
Google Play

EXPLORE IT ON
AppGallery

「家支援」社區舒緩治療應用程式捐助機構
SUPPORT+ mobile app is funded by

中國銀行(香港)
BANK OF CHINA (HONG KONG)

我們需要您的支持 =)

We Need Your SUPPORT =)

1. Like our Facebook:



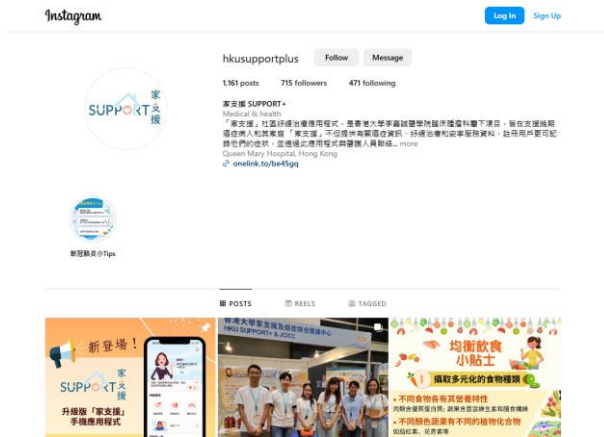
<https://www.facebook.com/hkusupportplus>



2. Follow our IG:



<https://www.instagram.com/hkusupportplus/>



為你加油!!!



家支援 SUPPORT

家支援應用程式 SUPPORT+ APP

HKU Med SUPPORT 家支援
專為癌病患者和家人設計
Designed for cancer patients and carers

家支援在你身旁，為你加油打氣！
WE ARE HERE, TO **SUPPORT** YOU IN A **POSITIVE** WAY!



癌症資訊
Cancer Info



紓緩治療
Palliative Care



健康管理
Health Management



放鬆貼士
Relaxation Tips



安寧服務
Hospice Care



社區資源
Community Resources



營養及食療資訊
Diet Advice



完成閱讀，畫出彩虹
Draw a Rainbow



立即免費下載
DOWNLOAD IT NOW:



「家支援」社區紓緩治療應用程式捐助機構
SUPPORT+ mobile app is funded by



大感謝



SUPPORT+ 家支援