

香港港安及荃灣港安醫院 成爲全港首間「健康促進醫院」

〔香港，2012年10月17日〕香港港安及荃灣港安醫院深耕社區有成，於今年（2012年）5月獲「世界衛生組織－健康促進醫院」（WHO-HPH）證書，乃全港澳區首兩間加入健康促進醫院（HPH）國際醫療網絡的醫院。香港港安及荃灣港安醫院院長楊銘澧表示：「多年來，兩間醫院一直致力推廣和促進健康。這證書無疑肯定了我們就病人、員工及社區三個層面上的努力和付出。在未來的日子，兩間醫院將會更積極向社區、病人和員工推廣促進健康和預防疾病的理念。」

HPH 是由世界衛生組織（WHO）創始的官方網絡，提倡並協助醫療機構推廣 WHO 的健康促進理念，將之推展到世界各地。

如欲加入此國際醫療網絡，必須推行三個或以上可持續發展的健康促進計劃逾四年，並且證明醫院就病人、員工和社區三個層面上，積極幫助促進健康，及獲審批。港安醫院所呈交的爲「新起點健康實踐計劃」（NEWSTART）、健康企業計劃和健康社區計劃。三個計劃均已舉辦多年，成績矯人，其中「新起點健康實踐計劃」更深受讚賞。

針對都市人需要的「新起點健康實踐計劃」，主張通過重整生活模式來重拾健康、控制慢性病、預防疾病。

這計劃源自美國「威瑪學院」，對患糖尿、肥胖、高血壓、高血脂的人士有莫大幫助。歷年都有不少人因參加此計劃而重拾健康，回復掌控自己身體狀況的信心。參加者會入住健康中心，結合課堂、示範和實習，從生理、心理、社交和靈性各個層面重整生活模式。

近年積極推動針對維護員工身心健康的「健康企業計劃」，提倡健康和安全的工作間，得到不少大型企業和機構的支持。

通過針對企業個別需要而度身設計課程，由一小時至全天工作坊及活動，教導和幫助企業員工面對繁重工作壓力的同時，兼顧身心健康，其中，體重控制計劃乃最受歡迎和成效顯著的計劃之一。有關課程強調生活模式和生活態度的轉變來控制體重，如適當和定期運動、充足均衡的營養、節制飲食等。

以健康連繫社區的「健康社區計劃」，通過與不同團體合作，將訊息散發到社區不同角落，多年來已舉辦數百場健康講座、工作坊、烹飪班等活動。

港安醫院一直與社區領袖和組織維持緊密的連繫，積極通過不同的途徑，連串講

座、運動班、烹飪示範等等，深化社區居民對健康的認識。荃灣港安醫院更自 2010 年開始舉辦「荃城健康巡禮」，這是全港首個連續性的大型社區健康推廣活動；香港港安醫院亦與灣仔區議會和非牟利機構合作，如夥拍「綠色星期一」(Green Monday)、聖雅各福群會和循道衛理等機構舉行健康講座，又參與「世界心臟日」的活動，向公眾推廣心臟健康訊息等等。

於院內推動恆常運動、勞逸結合、提倡素食，保持身心狀態，促進員工和病人健康。

除了落力建設健康社區外，對院內的病人和員工，港安醫院亦毫不放鬆。如由香港港安醫院所組織健體班 (Fitness Club)，乃歷史悠久的本地長跑會，一向鼓勵病人和員工參加。香港和荃灣港安醫院更是全港第一間及唯一一間提供健康素食的醫院。

此外，兩間醫院每年均不定期籌辦各項活動，好讓員工能勞逸結合，如舉辦乒乓球、羽毛球和籃球比賽、退修會、全院旅行日等，一方面提倡做運動的好處，另一方面也幫助員工紓壓，以保持心境的健康。

推廣健康 實踐使命

HPH 的意義，在於不單醫治疾病，還希望推動社區、病人和員工的健康；不只幫病人治病，更要使人健康——這正是港安醫院一貫的理念。楊院長表示：「對能夠成爲全港首間 HPH 的醫院，香港及荃灣港安醫院深感鼓舞，且會更積極推廣健康訊息，幫助病人、員工和社區居民在生活中實踐各健康理念，以強健體魄和預防疾病，一起建立健康社區。」

甚麼是「健康促進醫院」(HPH)？

HPH 由世界衛生組織 (WHO) 創始，旨在提倡並協助醫療機構推廣其健康促進理念。欲成爲其中一分子，必須推行三個或以上可持續發展的健康促進計劃逾四年，並證明在病人、員工和社區三個層面上，都積極幫助促進健康，及獲得審批。如欲進一步了解 HPH，請瀏覽下列網址：

<http://www.euro.who.int/en/what-we-do/health-topics/Health-systems>

傳媒查詢：

麥女士

香港港安醫院

電話：(852) 3651 8838

傳真：(852) 3651 8834

電郵：brenda_mak@hkah.org.hk