



香港中文大學  
那打素護理學院



博群社會服務計劃

# 少數族裔婦女健康促進計劃 預防乳癌

陳傲霜小姐  
護理哲學博士學生  
香港中文大學那打素護理學院



香港中文大學  
那打素護理學院



博群社會服務計劃

## 計劃背景

1. 癌症：全球及本港排名首位的致命疾病
2. 乳癌：女性最常見的癌症
3. 患乳癌的人數有上升趨勢 (香港癌症資料統計中心, 2012)
4. 預防措施與乳癌的早期檢測方法：
  - 保持健康的生活方式
  - 乳房自我檢查
  - 臨床乳房檢查
  - 乳房X光檢查



## 計劃背景

### 5. 香港：多元文化，多種族社會

- 6% 少數族裔
- 大部分是南亞裔人士 (政府統計處, 2012)
- 南亞婦女：弱勢社群
  - 教育程度較低
  - 低勞動力參與：大部分是家庭主婦
  - 較少使用疾病預防服務
  - 癌症知識不足，例如風險因素，病徵，檢測方法
  - 婦女的傳統習俗和文化信仰 (Bottoroff, 1998; 政府統計處, 2012)



香港中文大學  
那打素護理學院



博群社會服務計劃

## 計劃背景及個人體驗

1. 參與那打素護理學院, 癌症及紓緩護理研究小組的研究計劃:  
少數族裔人士對防癌服務的認知: 服務需求和應用的影響 (So et al., 2013)

- 初步結果: 普遍南亞婦女缺乏癌症知識, 對預防癌症服務缺乏認識

2. 個人體驗:

- 與南亞婦女傾談: 對癌症缺乏認知及存有誤解, 經濟困難, 溝通障礙

- 南亞婦女渴望獲取癌症相關資訊

- 走進社區, 協助有需要人士, 改善她們的健康

3. I·CARE博群計劃理念

1+2+3+教授的建議, 支持及指導

→ 舉辦與癌症相關健康促進計劃



香港中文大學  
那打素護理學院



博群社會服務計劃

## 計劃目的

建基於護理知識及以促進健康，預防癌症為目標：

1. 提高少數族裔婦女對預防乳癌措施的意識
2. 提高南亞婦女之間的互助
3. 對健康促進計劃的有效性進行評估
4. 提高護理學生對香港少數族裔的了解，體察他人健康需要
5. 培育學生的公民責任感及貢獻社會的心志



香港中文大學  
那打素護理學院



博群社會服務計劃

# 計劃內容

主辦：



香港中文大學  
那打素護理學院



協辦：



新家園協會



資助：



博群計劃



香港中文大學  
那打素護理學院



博群社會服務計劃

## 計劃內容 (流程)

### 1. 籌備計劃內容及準備物資

(計劃顧問及那打素護理學院專業顧問及講師)



### 2. 張貼宣傳海報

(新家園協會及那打素護理學院)



### 3. 培訓工作坊

(那打素護理學院講師及護理學生，新家園協會同工，南亞婦女大使)

### 4. 健康講座

(本人及新家園協會同工)



### 5. 乳房自我檢查示範及身體檢查

(那打素護理學院專業顧問，講師及護理學生，新家園協會同工，南亞婦女大使)



### 6. 派發小冊子

(那打素護理學院護理學生)



香港中文大學  
那打素護理學院



博群社會服務計劃

## 準備工作



服飾



與巴基斯坦籍女孩聊天及晚膳



食物







香港中文大學  
那打素護理學院



博群社會服務計劃

## 計劃內容

Organized by:  
The Chinese University of Hong Kong  
The Nethersole School of Nursing

Co-Organized by:  
HOME Centre of New Home Association

### Ethnic Minority Women's Health Promotion Program Breast Cancer Prevention (I-CARE Programme Service Project)

**Aim:** To raise awareness among ethnic minority women of breast cancer & the available preventive measures in Hong Kong

**Program Contents:**

1. Health talk
2. Demonstration of breast self-examination & other preventive measures
3. Leaflets distribution

**Date:** 3 August, 2013 (Saturday)  
**Time:** 1:45 pm to 3:30 pm  
**Venue:** Mongkok Community Hall, L2, Mongkok Complex, 557 Shanghai Street, Mongkok.

**Target Participants:** Ethnic Minority Women (Indians, Pakistanis, Nepalese)

**Gathering Time:** 1:15pm at HOME Centre (with transportation)  
**Registration Deadline:** 26 July, 2013

Should you wish to participate the captioned program, please register at New Home Association, HOME Centre (YTM), Shop B, G/F & 1/F, Sun Wah Building, 71 Battery Street, Yau Ma Tei, Kowloon. Or if you need more information, please contact Ms. Dorothy Chan at 39438165 or email dorothychn@cuhk.edu.hk

宣傳海報



培訓工作坊





香港中文大學  
那打素護理學院



博群社會服務計劃



健康講座

計劃  
內容



乳房自我檢查示範



現場翻譯





香港中文大學  
那打素護理學院



博群社會服務計劃



身體檢查



活動開始前大合照

花絮



參加者利用人體模型練習



香港中文大學  
那打素護理學院



博群社會服務計劃

# 花絮



派發小冊子



兒童玩樂區



派發紀念品



香港中文大學  
那打素護理學院



博群社會服務計劃

## 貢獻

- 增加乳癌相關知識及現有預防措施的認識
  - 乳房自我檢查技巧
  - 消除對乳癌的誤解
- 減輕對乳房X光檢查及乳房自我檢查的恐懼及焦慮
- 提高南亞婦女間的互助
- 增加護理學生對少數族裔的認識及服務社會的使命感
- 增強大學與服務地區少數族裔機構(例如:新家園協會)的合作



## 困難？對策！

### 1. 預訂場地

- 預備所需文件，提早申請

### 2. 物資，儀器，模型

- 由那打素護理學院提供

### 3. 義工及參加者招募

- 配合上課及考試時間，常規事務，節慶

### 4. 工作及崗位編配

- 按能力，知識，興趣

### 5. 語言：英語，烏都語，尼泊爾語

- 現場及文字翻譯，身體語言

### 6. 照顧孩子

- 兒童玩樂區：玩具，圖書，畫畫

### 7. 交通安排

- 安排旅遊巴士接載

### 8. 私隱

- 利用展版設立私隱區

### 9. 3群少數族裔對接收資訊的反應略有差異

- 以耐心及配合參加者接收訊息的速度

### 10. 禁忌

- 拍照：遮掩面貌，只拍側面

### 11. 時間管理

- 根據現場情況調節每節時間



## 我所得到的：

- 本計劃對南亞婦女的影響
  - 例如，改變她們對乳癌的觀感，願意執行乳房自我檢查
- 了解文化及宗教對南亞婦女恆常保持乳房健康的影響
- 適合南亞婦女的健康促進策略
  - 例如，語言，人體模型，小冊子，用詞顯淺
- 南亞婦女的正面回應
  - 肯定計劃成效及反映對不同癌症健康促進計劃的訴求
- 學以致用，貢獻社會
- 加強人際關係和溝通技巧，團隊合作精神
- 籌備推展下一回更大型，涵蓋更多地區，服務更多少數族裔的健康促進計劃



香港中文大學  
那打素護理學院



博群社會服務計劃

## 鳴謝

- 計劃顧問
  1. 陳葉詠嫻（教授，香港中文大學那打素護理學院）
  2. 薛詠紅（副教授，香港中文大學那打素護理學院）
  3. 蘇愾慧（副教授，香港中文大學那打素護理學院）
- 那打素護理學院導師及護理學生
- 新家園協會同工及南亞婦女大使
- 社康護士黃小姐
- 參與翻譯工作同工
- 博群社會服務計劃





香港中文大學  
那打素護理學院



博群社會服務計劃

多謝!

