



# 香港防癆心臟及胸病協會 林貝聿嘉健康促進及教育中心

## 第二屆家庭健康大使培訓計劃

### 重聚日及健康講座(二) 「腎」防多一點及中醫夏季保健養生

無節制地使用止痛藥？

夜生活頻繁？

常常「捱夜」？



根據醫院管理局智友站資料顯示，現時本港有 7,000 多名末期腎衰竭病者，人數較 10 年前上升近九成。而事實上，腎臟是泌尿系統的一部分，負責過濾血液中的雜質、維持體液和電解質的平衡，一旦出現問題，會直接影響健康。而且，腎病有很多併發症，嚴重時需要進行腎臟移植。腎病很多時是並無徵兆的，確診時往往已為末期，對於腎病患者來說，居家照護更是非常重要，關心你及你家人的腎臟健康，一起行動吧！

日期: 2016 年 7 月 9 日(星期六)

時間: 上午 10:00 至下午 12:30

內容: 認識腎病成因、  
治療及預防方法  
抗病經歷之分享  
中醫夏季保健養生

夏季暑熱當令，容易造成心陽旺盛，煩躁不安，機體免疫功能也較為低下。因此，要順應節氣的變化，保養調理，防癆會註冊中醫師將為你講解夏季保健養生之道！



#### 講座地點

香港防癆會林貝聿嘉健康促進及教育中心演講室  
(香港灣仔皇后大道東 266 號地下)

#### 查詢/報名留位

電話: 2834 9333 (蕭姑娘)

電郵: [hpc@antitb.org.hk](mailto:hpc@antitb.org.hk)

費用全免  
除家庭健康大使外，亦  
歡迎有興趣會員及市民  
參與

座位有限  
報名從速