



心滿意築

通訊

22



本港社區健康新模式： 遙距健康監察， 科技賦能全人關顧



隨著香港人口老化，慢性疾病漸趨普遍。香港政府統計處2020 — 2022報告，65歲或以上及70歲或以上人士患有高血壓分別為44.7%及51.8%，至於糖尿病患的普遍率亦分別為18.4%及21.4%。高血壓及糖尿病均能在不知不覺中持續損害全身的血管和器官，增加心血管疾病、中風、腎功能損害等疾病的風險。所以這近年來政府亦積極透過地區康健中心推廣慢性疾病篩查，以達致早發現，早治療效果。

然而在忙碌的現代生活中，健康管理往往被忽略，直至問題出現時就措手不及。遙距健康監察服務及平台，正正為社區健康提供了一個創新模式解決方案，讓科技成為我們健康的守護者，並提升市民於社區中建立自我健康管理意識及付上當盡的責任。

這些平台透過智能裝置（如手環、血壓計、血糖儀等）實時收集健康數據，並上傳至雲端系統。用家可隨時透過手機應用程式查看趨勢報告，而異常數據更會觸發自動警示，提醒用家及家人及早關注。更令人安心的是，部份較全面的平台，更兼備專業醫護團隊進行監測，一旦發現異常，會主動聯絡使用者提供建議，甚至安排進一步跟進，實現貼身守護。對於暫時無病徵的人士，亦可及早發現身體毛病，並於需要時能及早治療；而對於長期病患者或長者，這服務不僅提供持續監測，更減輕照顧者的壓力，讓他們無需時刻陪伴在側，也能透過遠端更新，了解親人即時狀況，在必要時才介入，大大降低照顧者的焦慮與負擔。

科技讓健康管理變得主動、便捷且全面。擁抱遙距監察，就是為自己與家人實踐全人關顧，以智慧方式結合科技與專業醫療支援，守護每一刻安康。在創新科技與主動醫護團隊協助下，能輕鬆管理自身的健康，為基層健康帶來新領域，並創造更健康的社區。

備註

Dr POM Medical Care Limited

邦醫生醫健有限公司成立於2023年，由一群有承擔有抱負的專業醫護和創科專家團隊所組成，他們有心志善用創新科技產品和技術來服務社會。透過在社區推動主動預防照護措施，讓每個人都能輕鬆獲得及時、安心的健康護理環境，讓大家在預防與自我管理中過上更健康、更安心的生活。

公司的最獨特之處就是除了使用創新儀器產品之外，率先成立了經驗豐富的護理團隊，在前線負責監測工作並配合創科醫療儀器的應用，為用家提供適時的健康管理方案！

在目前全香港同類市場裏面實在仍然屬於極少數的先行者！





以下跟大家分享1/7/2025 - 30/9/2025 的活動概況：

活動項目	活動內容	參加人次	負責人/講者
1 健康市集	量度體高、量度體重、BMI、 脂肪、肌力、量血壓、止痛與運動、 檢測血糖指標、量度手握力、 健康諮詢	參加者:78人次 義工:31人次	羅姑娘 義工團
2 血糖檢測 (個別預約)	量血壓、驗血糖、健康諮詢	72人次	羅姑娘
3 健康講座	講座：共8次 心中有痛？有出路 / 識飲識食 在患病中得力 / 關節痛怎辦 覆診須知 / 健康與運動	209人次	羅姑娘
4 暑期活動	課堂：共6次 內容：童話、魔術、扭氣球、黏土製作 1) 成人組 2) 少數族裔親子組	69人次	導師、羅姑娘
5 社區關懷	對象：1) 癌症病患者及其照顧者 2) 長期病患者 方式：家訪、中心約見、護老院探訪、 醫院探病 提供服務：病情解說、健康評估、 康復運動、情緒 / 信仰支援、 家照顧者支援、哀傷關懷 諮健康詢、介紹社區資源、 個別指導檢測量度血糖	40人次	羅姑娘、義工團
6 長者小組	分享、學習生命成長	123人次	羅姑娘
7 運動小組	1) 齊齊學習北歐健步行 2) 八段錦	65人次	Pauline、燕妮
8 老師會客室	成立少數族裔學生小組 溫習中文/數學、集体活動、桌遊練習	29人次	義工團
9 藝萃坊	學習串珠的技巧 作各項穿珠飾物	45人次	仁姐、瑞芬
10 義工剪髮	免費長者剪髮	2人次	義工

請支持我們：

1. 郵寄支票

支票抬頭 “心築協會有限公司”
or “Hearten Groups HK Limited”，
並將支票郵寄至沙田博康邨博康商場
地下五號舖 (SHOP 5, POK HONG
COMMERCIAL CENTER, POK
HONG ESTATE, SHA TIN NT)



2. 銀行過戶

直接到銀行或網上轉數至本會
下列戶口「恒生銀行」戶口
769- 307216- 883；
戶口名稱：心築協會有限公司
Hearten Groups HK Limited

3. 轉數快「FPS」ID 166 96 2621

4. 現金捐款 放入捐款箱或遞交捐款封

收支概況(1/7/2025—30 /9/2025)

收入	HKD	支出	HKD
捐款	14,202.00	經常費	13,778.00
活動費	7,128.00	活動費用	6,828.40
銀行利息	2,208.34		
合共收入	23,538.34	合共支出	20,606.40



心築協會網址：

www.heartengroups.org

Instagram：Hearten_gps

地址：沙田博康邨博康商場地下五號

電話及whatsapp：9728 4180

* 本協會為政府註冊慈善機構 (R88號碼：91/16456)
港幣壹佰元或以上的捐款可申請免稅。



如欲了解更多本會資訊及最新
活動詳情可瀏覽本會網站掃描
以上QR CODE (二維碼)