

## 預防勝於治療 - 「保健計劃」

長時間工作、不健康的飲食習慣、缺乏運動和工作壓力等等，都是香港常見都市病的幕後黑手，亦是僱員對醫療服務需求增加的主因。作為關懷僱員的僱主，何不提供一些保健體檢計劃，讓僱員保持身心健康，減低患病機會？現憑宏利醫療卡<sup>^</sup>或保險卡，僱員便可以優惠價參加由香港著名醫療保健中心卓健醫療服務有限公司（「卓健」）舉辦的「保健計劃」，及早預防都市病。

「保健計劃」項目包括：

### I. 飲食治療

醫療中心之註冊營養師會根據個別成員的體重、飲食習慣、生活模式等因素，提供實際有效的膳食建議，以改善其健康狀況。

宏利醫療卡或保險卡成員尊享 每次診症：340 港元

### II. 戒煙計劃

1a. 由註冊醫生提供首次會診（包括尼古丁倚賴程度評估，但不包括任何藥物）

宏利醫療卡或保險卡成員尊享每次診症：165 港元

1b. 由註冊醫生跟進會診（不包括任何藥物）

宏利醫療卡或保險卡成員尊享每次診症：165 港元

2. 吸煙人士健康檢查\*（包括身高、體重及血壓量度、胸部 X-光及測試最大呼氣量）

宏利醫療卡或保險卡成員尊享每次檢查：180 港元

\* 成員如欲進行吸煙人士健康檢查，須先接受註冊醫生首次會診服務。

### III. 壓力管理計劃

壓力是指因外在因素造成精神或心理緊張的狀況。如果壓力得不到舒緩，將會影響個人生理、心理健康，甚至影響正常生活。此計劃透過提供有關資訊及互動活動，協助舒緩緊張的情緒。

宏利醫療卡或保險卡成員尊享每節活動收費：2,500 港元，成員須於活動前繳付有關費用。  
有關詳情須由成員及卓健商議；

計劃細則：

- 每節活動參與人數為 6-8 人；
- 必須於最少四個星期前向卓健預約；
- 如成員須取消已被卓健確實之活動，卓健會按下表收取所需行政費用：

- 於活動日前 4-5 個工作天取消－須收取活動費用總額之 10%
- 於活動日前 1-3 個工作天取消－須收取活動費用總額之 25%
- 於活動當天取消－須收取活動費用總額之 50%

#### IV. 疫苗注射計劃

疫苗種類	優惠價 <sup>#</sup>
子宮頸癌疫苗	
HPV 2 合 1 子宮頸癌疫苗	2,700 港元 (三針)
Gardasil (預防子宮頸癌)	2,700 港元(三針)
甲型及乙型肝炎預防疫苗	
甲型肝炎測試	每次測試 240 港元
甲型肝炎預防疫苗 (成人)	800 港元 (兩針)
甲型肝炎預防疫苗 (小童)	540 港元 (兩針)
乙型肝炎測試	每次測試 270 港元
乙型肝炎預防疫苗 (成人)	520 港元 (三針)
乙型肝炎預防疫苗 (小童)	370 港元 (三針)
甲型及乙型肝炎混合預防疫苗 (成人)	1330 港元 (三針)
甲型及乙型肝炎混合預防疫苗 (小童)	910 港元 (三針)
其他預防疫苗	
水痘預防疫苗 (成人及小童)	每針 440 港元

<sup>#</sup>以上價格並不包括醫生診症費用。成員有可能需要於接受預防疫苗前自負有關醫生診症費用。

#### V. 糖尿病指導計劃

此計劃專為糖尿病人士而設。糖尿病患者必須留意日常生活及飲食習慣，定時運動，並且按時服藥。開始時可能會令人無所適從，但只要依時記錄血糖水平、飲食和運動習慣，就能有效幫助控制病情，令身體更健康。

計劃內容：

- i. 基本糖尿病知識
- ii. 自我監控血糖技巧
- iii. 問題逐個捉 — 戰勝自我管理的障礙 (包括血糖低管理及生病日子管理)
- iv. 個人化餐單設計
- v. 在家烹調與出外用膳小貼士

- vi. 了解食品標籤的意思
- vii. 食物熱量代換

計劃共有 4 節，每節 30-45 分鐘（2 節由護士主理，2 節由註冊營養師主理）；並需於 3 個月內完成，時間可按個人需要作彈性安排。

宏利醫療卡或保險卡成員尊享優惠價：每次活動(共四節)1,450 港元

## **VI. 高血壓基本檢查計劃**

本計劃專為有可能患心臟血管疾病或血壓偏高的人士而設。透過此計劃，成員可藉著佩帶腕錶設計之24小時動態血壓監測器以監測血壓 (BPro)，有關測試結果將由註冊普通科醫生為成員分析及講解。24小時動態血壓監察將有助成員有效地監測血壓和減低患上心臟病及中風的風險。

計劃內容：

- 血壓、體重、身高及身高體重比例指數量度
- 以BPro 進行24 小時動態血壓監測
- 普通科醫生診症1次以解釋BPro 測試結果

宏利醫療卡或保險卡成員尊享 優惠價：每次活動 790 港元

## **VII. 女士及男士健康檢查服務**

### **1. 女士基本檢查計劃 (CS Code MNP8)**

- 婦科檢查問卷
- 體格檢查（包括乳房及盆骨檢查）
- 腎功能檢查
- 柏氏子宮頸細胞抹片檢查
- 驗身報告
- 醫生解釋報告

宏利醫療卡或保險卡成員尊享 優惠價：每次檢查 440 港元

### **2. 男士基本檢查計劃 (CS Code: MNP7)**

- 健康評估問卷
- 國際前列腺症狀問卷
- 體格檢查（包括直腸檢查）
- 尿液常規檢查

- 前列腺癌檢驗
- 血脂肪：膽固醇、高密度膽固醇、低密度膽固醇、三酸甘油酯
- 心臟病風險評估：心電圖
- 驗身報告
- 醫生解釋報告

宏利醫療卡或保險卡成員尊享 優惠價： 每次檢查 760 港元

**預約方法：**

戒煙計劃	致電指定卓健醫療中心
飲食治療	
壓力管理計劃	致電卓健 2975 2389
疫苗注射計劃	致電卓健熱線 8301 8301
女士及男士健康檢查服務	致電卓健熱線 8301 8301
糖尿病指導計劃	致電卓健 iWell Centre 熱線 2890 3118
高血壓基本檢查計劃	致電卓健 iWell Centre 熱線 2890 3118

**條款及條件：**

1. 優惠有效期以於 **2011 年 1 月 1 日至 2011 年 12 月 31 日**內接受診症／檢查／接受服務為準。
2. 是次向宏利人壽保險（國際）有限公司（“宏利”）合資格成員提供有關優惠產品、服務及資訊之卓健醫療服務有限公司（“卓健”）為主事人，宏利無須對卓健於提供醫療服務時的任何失責承擔責任。
3. 成員必須致電有關之醫療中心預約方能接受以上服務。
4. 如成員接受以上保健計劃以外之服務，卓健將以該項服務之原價向成員提供服務，並於診症時直接向成員收取所需費用。
5. 以上所有服務之費用由成員直接支付予卓健醫療中心。
6. 成員必須於卓健醫療中心出示宏利醫療卡或宏利保險卡方可享有優惠。卓健醫療中心之職員可能會要求成員出示其他身分證明文件（如香港身分證）以確認其身分。
7. 優惠不得轉讓，亦不可兌換現金、其他貨品或折扣，亦不得與其他推廣優惠、折扣、優惠券、現金券同時使用（除特別註明外）。
8. 卓健或會就個別優惠附加額外條款及細則。卓健有權拒絕為成員提供以上服務，有關額外條款及細則，請向卓健查詢。
9. 宏利及卓健有權隨時更改或終止優惠及隨時修訂優惠之細則及條款。
10. 如對是次優惠有任何爭議，宏利及／或卓健保留最終決定權。

^ 宏利醫療卡服務只於專業僱員保障計劃及 FlexiCare 計劃內提供。專業僱員保障計劃及 FlexiCare 計劃由宏利人壽保險（國際）有限公司核保發出。有關計劃細則，請參閱保單條款。

如欲參閱宏利之私隱政策，閣下可瀏覽宏利網站，網址為 [www.manulife.com.hk](http://www.manulife.com.hk)。閣下並可要求宏利避免使用閣下的個人資料作直接促銷用途。如有此需要，請致函宏利的個人資料主任，地址為香港九龍觀塘偉業街 223-231 號宏利金融中心 22 樓，或致電客戶服務熱線 21081188。

卓健醫療中心地址

1. 飲食治療

- a) 九龍尖沙咀漢口道 28 號亞太中心 6 樓 608-612 室 (電話：2367 3011)
- b) 香港銅鑼灣軒尼詩道 555 號東角中心 13 樓 1301 室 (電話：2895 1163)
- c) 新界沙田白鶴汀街 10-18 號新城市商業大廈 9 樓 905-907 室 (電話：2698 9378)

2. 戒煙計劃

- a) 九龍佐敦道 23 號新寶廣場地下 1 號舖 (電話：2781 2171)
- b) 新界馬鞍山西沙路 608 號馬鞍山廣場 210 號舖 (電話：2631 6992)

3. 疫苗注射計劃；女士及男士健康檢查服務

請參閱背頁之卓健體格檢查中心。

4. 糖尿病指導計劃；高血壓基本檢查計劃

卓蒼體健中心：銅鑼灣世貿中心 24 樓 2405-06 室 (電話：2890 3230)

卓健體格檢查中心

**Quality HealthCare Physical Centres**

**HONG KONG ISLAND 香港島**

**Admiralty**

Unit 1605-09, 16/F Admiralty Centre Tower 1,  
18 Harcourt Road, Admiralty, HK  
Tel: 2529-8666

**Causeway Bay**

Room 1301, 13/F East Point Centre,  
555 Hennessy Road, Causeway Bay, HK  
Tel: 2895-1163

**Central (Crawford House)**

Room 706-709, Crawford House,  
70 Queen's Road Central, HK  
Tel: 2525-9800

**Sheung Wan**

1/F 303 Des Voeux Road Central, Sheung Wan, HK  
Tel: 2975-2328

**金鐘**

香港金鐘夏愨道 18 號海富中心第 1 期 16 樓 1605-09  
室  
電話: 2529-8666

**銅鑼灣**

香港銅鑼灣軒尼詩道 555 號東角中心 13 樓 1301 室  
電話: 2895-1163

**中環 (卡佛大廈)**

中環皇后大道中 70 號卡佛大廈 7 樓 706-709 室  
電話: 2525-9800

**上環**

香港上環德輔道中 303 號 1 樓  
電話: 2975 2328

**KOWLOON 九龍**

**Kowloon Bay**

Block I, G/F Telford Gardens, Kowloon Bay,  
Kowloon  
Tel: 2750-0782

**Mong Kok**

8/F Wai Fung Plaza, 664 Nathan Road,  
Mong Kok, Kowloon  
Tel: 2390-3398

**Tsim Sha Tsui**

Room 608-613, 6/F HK Pacific Centre,  
28 Hankow Road, Tsim Sha Tsui, Kowloon  
Tel: 2367-3011

**九龍灣**

九龍九龍灣德福花園 I 座地下  
電話: 2750-0782

**旺角**

九龍旺角彌敦道 664 號惠豐中心 8 樓  
電話: 2390-3398

**尖沙咀**

九龍尖沙咀漢口道 28 號亞太中心 6 樓 608-613  
室  
電話: 2367-3011

**NEW TERRITORIES / LANTAU ISLAND 新界 / 離島**

**Shatin**

Room 905-907, 9/F New Town Tower,  
10-18 Pak Hok Ting Street, Shatin, NT  
Tel: 2698-9378

**Tseung Kwan O**

Shop 234-236, Level 2, Metro City Plaza 1,  
Tseung Kwan O, NT  
Tel: 2623-7200

**Tsing Yi**

Shop Unit 308D, Level 3, Maritime Square,  
33 Tsing King Road, Tsing Yi, NT  
Tel: 2431-0230

**沙田**

新界沙田白鶴汀街 10-18 號新城市商業大廈 9 樓  
905-907 室  
電話: 2698-9378

**將軍澳**

新界將軍澳新都城中心一期商場二樓 234-236 號  
舖  
電話: 2623-7200

**青衣**

新界青衣青敬路 33 號青衣城 3 樓 308D 號舖  
電話: 2431-0230