



## *Kabanata 7: Pangangalaga sa Kalusugan sa Hong Kong*

### **Ang Hospital Authority ng Hong Kong**

Ang Hospital Authority (HA) ng Hong Kong ay responsable sa pangangasiwa sa lahat ng lokal na mga pampublikong ospital sa Hong Kong. Ang kawani ng HA ay maaaring makipag-usap sa wikang Chinese (karaniwan nang diyalektong Cantonese) at / o English. Kapag kailangan ang interpretasyon sa ibang mga wika, ang HA ay gagawa ng makatwirang pagsisikap upang magsaayos ng mga libreng serbisyo ng interpretasyon para sa pasyente na ibinibigay ng mga ikatlong partido / consulate.

Ang impormasyon tungkol sa HA, kabilang ang mga detalye kung paano makokontak ang mga pampublikong ospital, ay makikita sa website nito sa [www.ha.org.hk](http://www.ha.org.hk). Ang impormasyon tungkol sa mga Departamento para sa Aksidente at Emergency at mga Pangkalahatang Klinika pra sa mga Out-patient ay mababasa rin sa walong wika, sa Bahasa Indonesian, Hindi, Nepali, Punjabi (Indian), Punjabi (Pakistani), Tagalog, Thai, Urdu sa website.

### **Mga medikal na serbisyo para sa aksidente at emergency**

Ang mga serbisyong para sa Aksidente at Emergency (A&E) ay ibinibigay ng 18 pampublikong ospital sa ilalim ng HA. Naghahatid ang mga iyon ng may mataas na kalidad na serbisyo para sa mga may kritikal na sakit o para sa mga tao na nasugatan na nangangailangan ng agad-agad na atensyong medikal. Nagbibigay din ang mga iyon ng suportang medikal para sa mga biktima ng mga sakuna. Upang matiyak na ang mga pasyente na may mas seryosong kondisyon ay bibigyan ng mas mataas na prayoridad sa medikal na paggagamot, ang HA ay magpapatupad ng isang sistemang triage kung saan kaklasipikahin ang mga pasyenteng pumupunta sa mga Departamento ng A&E sa limang kategoriya ayon sa kanilang kondisyong klinikal: kritikal, emergency, nagmamadali, medyo nagmamadali o hindi nagmamadali. Ang mga pasyente na hindi nangangailangan ng asikasong emergency ay kailangang magpagamot sa mga pampubliko o pribadong klinika.

Hospital	Address	Telephone	Service Hours
Alice Ho Miu Ling Nethersole Hospital	11 Chuen On Road Tai Po, NT	2689-2000	24 hours
Caritas Medical Centre	111 Wing Hong Street Sham Shui Po, Kowloon	3408-7911	
KwongWah Hospital	25 Waterloo Road Kowloon	2332-2311	
North District Hospital	9 Po Kin Road Sheung Shui, NT	2683-8888	
North Lantau Hospital	1/F, 8 Chung Yan Road Tung Chung, Lantau, NT	3467-7000	
Pamela Youde Nethersole Eastern Hospital	3 Lok Man Road Chai Wan, Hong Kong	2595-6111	
Pok Oi Hospital	Au Tau, Yuen Long, NT	2486-8000	
Prince of Wales Hospital	30-32 Ngan Shing Street Sha Tin, NT	3505-2211	
Princess Margaret Hospital	2-10 Princess Margaret Hospital Road Lai Chi Kwok, Kowloon	2990-1111	
Queen Elizabeth Hospital	30 Gascoigne Road Kowloon	3506-8888	
Queen Mary Hospital	102 Pokfulam Road Hong Kong	2255-3838	
Ruttonjee Hospital	266 Queen's Road East Wan Chai, Hong Kong	2291-2000	
St. John Hospital	Cheung Chau Hospital Road Tung Wan, Cheung Chau	2986-2100	
Tin Shui Wai Hospital	11 Tin Tan Street Tin Shui Wai, NT	3513-5000	Senin – Minggu 8:00 - 20:00
Tseung Kwan O Hospital	2 Po Ning Lane, Hang Hau Tseung Kwan O, NT	2208-0111	24 hours
Tuen Mun Hospital	23 Tsing Chung Koon Road Tuen Mun, NT	2468-5111	

United Christian Hospital	130 Hip Wo Street Kwun Tong, Kowloon	3949-4000	24 hours
Yan Chai Hospital	7-11 Yan Chai Street Tsuen Wan, NT	2417-8383	

## General out-patient na mga klinika

Ang HA ay nagbibigay ng mga pangunahing serbisyong pangangalaga na nakabatay sa komunidad sa pamamagitan ng kanyang mga pangkalahatang klinika para sa mga out-patient o general out-patient clinic (GOPCs). Upang makatiyak sa isang appointment sa mga GOPC para sa mga pasyente na may sakit na umaatake o episodic na sakit, magagamit ng pasyente ang Telephone Appointment Service sa pamamagitan ng pagtawag sa itinalagang numero ng booking ng klinika. Ang paunang rehistrasyon ay iniaatas sa mga karapat-dapat na tao upang magamit ang Telephone Appointment Service. Kung ang kondisyong medikal ng pasyete ay mangangailangan ng appointment upang ma-follow-up, ibibigay ito sa panahon ng konsultasyong medikal.

Pagdating sa isang GOPC, kailangang magparehistro muna ang pasyente at magbayad ng singil para sa rehistrasyon. Kailangang dalahin ng pasyente ang kanyang Hong Kong ID card.

## HONG KONG ISLAND

Pangalan	Address	Telepono	Telepono sa pagpapa book
*Aberdeen Jockey Club General Out-patient Clinic	10 Aberdeen Reservoir Road Aberdeen	2555-0381 2555-0382	3543-5011
Anne Black General Out-patient Clinic	1/F, 140 Tsat Tse Mui Road North Point	2561-6161	3157-0055
Ap Lei Chau General Out-patient Clinic	161 Ap Lei Chau Main Street, Ap Lei Chau	2518-5610	3543-5022
Central District Health Centre General Out-patient Clinic	1 Kau U Fong Central	2545-1485	3543-5033

Chai Wan General Out-patient Clinic	G/F, 1 Hong Man Street Chai Wan	2556-0261	3157-0088
Kennedy Town Jockey Club General Out-patient Clinic	45 Victoria Road Kennedy Town	2817-3215	3543-5088
Sai Wan Ho General Out-patient Clinic	1/F, 28 Tai Hong Street Sai Wan Ho	3620-3314	3157-0066
#Sai Ying Pun Jockey Club General Out-patient Clinic	134 Queen's Road West Sai Ying Pun	2859-8203	3543-5000
*Shau Kei Wan Jockey Club General Out-patient Clinic	1/F, 8 Chai Wan Road Shau Kei Wan	2560-0211	3157-0077
^Stanley General Out-patient Clinic	G/F, 14 Wong Ma Kok Road Stanley	2813-6741	3157-0011
Tung Wah Eastern Hospital General Out-patient Department	G/F, Main Block Tung Wah Eastern Hospital 19 Eastern Hospital Road Causeway Bay	2162-6022 2162-6023	2162-6880
Tung Wah Hospital General Out-patient Clinic	G/F, Hawkins Wing Tung Wah Hospital 12 Po Yan Street Sheung Wan	2589-8518	3543-5958
*Violet Peel General Out-patient Clinic	LG, Tang Shiu Kin Hospital Community Ambulatory Care Centre 282 Queen's Road East Wan Chai	3553-3116	3157-0000
Wan Tsui General Out-patient Clinic	G/F, Block 12 Wan Tsui Estate, Chai Wan	2897-5527	3157-0099

## KOWLOON

Pangalan	Address	Telepono	Telepono sa pagpapa book
Caritas Medical Centre Family Medicine Clinic	G/F, Wai Ming Block Caritas Medical Centre 111 Wing Hong Street Sham Shui Po	3408-7001	3157-0123
#Cheung Sha Wan Jockey Club General Out-patient Clinic	2 Kwong Lee Road Cheung Sha Wan	2387-8211	3157-0122
#Central Kowloon Health Centre	147A Argyle Street Kowloon	2762-1456	3157-0810
Hong Kong Buddhist Hospital General Out-patient Clinic	LG, Block A, Hong Kong Buddhist Hospital 10 Heng Lam Street Lok Fu	2339-6117	3157-0800
Hung Hom Clinic	22 Station Lane Hung Hom	2353-3811 2353-3812	3157-0816
Kowloon Bay Health Centre General Out-patient Clinic	1/F, 9 Kai Yan Street Kowloon Bay	2116-2812	3157-0678
#Kwong Wah Hospital GOPD	1/F, TWGHs Tsui Tsin Tong Outpatient Building Kwong Wah Hospital 25 Waterloo Road, Kowloon	3517-2981	3157-0125
*Kwun Tong Community Health Centre	UG, 60 Hip Wo Street Kwun Tong	2389-0331	3157-0687
Lam Tin Polyclinic General Out-patient Clinic	99 Kai Tin Road Lam Tin	2346-2853	3157-0679
Lee Kee Memorial Dispensary	99 Carpenter Road Kowloon City	2382-1096	3157-0868
#Li Po Chun General Out-patient Clinic	22 Arran Street Mong Kok	2393-8161	3157-0112

Nam Shan General Out-patient Clinic	G/F, Nam Yiu House Nam Shan Estate	2779-5688	3157-0120
Ngau Tau Kok Jockey Club General Out-patient Clinic	G/F, 60 Ting On Street Ngau Tau Kok	3518-7710	3157-0680
*Our Lady of Maryknoll Hospital Family Medicine Clinic	G/F, Out-patient Block Our Lady of Maryknoll Hospital, 118 Shatin Pass Road Wong Tai Sin	2354-2267	3157-0118
East Kowloon General Out-patient Clinic	160 Hammer Hill Road Diamond Hill	2320-4240	3157-0117
*Robert Black General Out-patient Clinic	600 Prince Edward Road East San Po Kong	2383-3311	3157-0113
Shek Kip Mei General Out-patient Clinic	2 Berwick Street Shek Kip Mei	2788-3023	3157-0119
Shun Lee General Out-patient Clinic	G/F, Lee Foo House Shun Lee Estate	2343-0247	3157-0682
Shun Tak Fraternal Association Leung Kau Kui Clinic	2/F, Tokwawan Market & Government Offices Building 165 Ma Tau Wai Road Kowloon City	2715-9538	3157-0850
Wang Tau Hom Jockey Club General Out-patient Clinic	200 Junction Road Wang Tau Hom	3143-7100	3157-0115
West Kowloon General Out-patient Clinic	G/F, Cheung Sha Wan Government Offices 303 Cheung Sha Wan Road Cheung Sha Wan	2150-7200	3157-0121
Wu York Yu General Out-patient Clinic	55 Sheung Fung Street Tsz Wan Shan	2325-5221	3157-0116
*Yau Ma Tei Jockey Club General Out-patient Clinic	1/F, 145 Battery Street Yau Ma Tei	2272-2400	3157-0880

## NEW TERRITORIES WEST REGION

<b>Pangalan</b>	<b>Address</b>	<b>Telepono</b>	<b>Telepono sa pagpapa book</b>
Ha Kwai Chung General Out-patient Clinic	77 Lai Cho Road Kwai Chung	3651-5411	3157-0100
^Kam Tin Clinic	200 Kam Tin Road Shek Kong	2488-1437	3543-5008
*Lady Trench General Out-patient Clinic	213 Sha Tsui Road Tsuen Wan	2614-4789	3157-0107
Madam Yung Fung Shee Health Centre	26 Sai Ching Street Yuen Long	2443-8400	3543-5009
Mrs. Wu York Yu General Out-patient Clinic	310 Wo Yi Hop Road Lei Muk Shue Kwai Chung	2487-1211	3157-0108
#North Kwai Chung General Out-patient Clinic (May serbisyo ang klinika sa gabi kada Miyerkules at Huwebes)	125 Tai Pak Tin Street Kwai Chung	2418-8501	3157-0101
South Kwai Chung Jockey Club General Out-patient Clinic	310 Kwai Shing Circuit Kwai Chung	2615-7333	3157-0102
#Tin Shui Wai Health Centre (Tin Shui Road)	3 Tin Shui Road Tin Shui Wai	2448-5511	3543-5006
Tin Shui Wai (Tin Yip Road) Community Health Centre	3 Tin Yip Road Tin Shui Wai (Opposite Hong Kong Wetland Park and Vianni Cove of Tin Kwai Road)	3124-2200	2469-9222

#Tsing Yi Cheung Hong General Out-patient Clinic	3/F, Tsing Yi Cheung Hong Estate Commercial Complex Cheung Hong Estate Tsing Yi	2943-8100	3157-0103
Tsing Yi Town General Out-patient Clinic	21 Tsing Luk Street Tsing Yi	2434-6205	3157-0105
*Tuen Mun Clinic	11 Tsing Yin Street San Hui, Tuen Mun	2452-9111	3543-0886
Yan Oi General Out-patient Clinic	G/F, 6 Tuen Lee Street Tuen Mun	2404-3700	3543-0888
Tuen Mun Wu Hong Clinic	2 Wu Hong Street Tuen Mun	2458-3788	3543-0887
Yan Chai Hospital General Practice Clinic	3/F, Block C Yan Chai Hospital 7-11 Yan Chai Street Tsuen Wan	2417-8825	3157-0109
*Yuen Long Jockey Club Health Centre	269 Castle Peak Road Yuen Long	2443-8511	3543-5007

### NEW TERRITORIES EAST AND OUTLYING ISLANDS

<b>Pangalan</b>	<b>Address</b>	<b>Telepono</b>	<b>Telepono sa pagpapa book</b>
Fanling Family Medicine Centre	1/F, Fanling Health Centre 2 Pik Fung Road, Fanling	2639-4601	3157-0937
*Lek Yuen General Out-patient Clinic	G/F, 9 Lek Yuen Street Sha Tin	2692-8730	3157-0972
#Ma On Shan Family Medicine Centre	G/F, 609 Sai Sha Road Ma On Shan, Sha Tin	2644-5521	3157-0982
Mona Fong General Out-patient Clinic	G/F, 23 Man Nin Street Sai Kung	2792-2601	3157-0652



Mui Wo General Out-patient Clinic	G/F & 1/F, Mui Wo Government Offices 2 Ngan Kwong Wan Road Mui Wo, Lantau Island	2984-2080	-
North Lamma General Out-patient Clinic	G/F, 100 Main Street Yung Shue Wan Lamma Island	2982-0213	-
#North Lantau Community Health Centre	3/F, North Lantau Hospital No. 8 Chung Yan Road Tung Chung, Lantau	3467-7374	3157-0106
~Peng Chau General Out-patient Clinic	G/F, 1A Shing Ka Road Peng Chau	2983-1110	-
^Sha Tau Kok General Out-patient Clinic	G/F, 58 Sha Tau Kok Road Sha Tau Kok	2674-0231	-
Sha Tin (Tai Wai) General Out-patient Clinic	G/F, 2 Man Lai Road Sha Tin	2691-1618	3157-0992
*Shek Wu Hui Jockey Club General Out-patient Clinic	G/F, 108-130 Jockey Club Clinic Road, Shek Wu Hui Sheung Shui	2670-0211	3157-0965
~Sok Kwu Wan General Out-patient Clinic	G/F, 1 Second Street Sok Kwu Wan Lamma Island	2982-8350	-
~St. John Hospital General Out-patient Department	1/F, Out-patient Department Block St. John Hospital, Cheung Chau Hospital Road Tung Wan, Cheung Chau	2986-2100	-
^^Ta Kwu Ling General Out-patient Clinic	G/F, Ta Kwu Ling Rural Centre Government Building 136 Ping Che Road Ta Kwu Ling	2674-4283	-
Tai O Jockey Club General Out-patient Clinic	G/F, 103 Shek Tsai Po Street Tai O, Lantau Island	2985-7236	-

*Tai Po Jockey Club General Out-patient Clinic	G/F, 37 Ting Kok Road Tai Po	2664-2039	3157-0906
Tseung Kwan O Jockey Club General Out-patient Clinic	G/F, 99 Po Lam Road North Tseung Kwan O	2701-9922	3157-0662
#Tseung Kwan O (Po Ning Road) General Out-patient Clinic	G/F, 28 Po Ning Road Tseung Kwan O	2191-1083	3157-0660
Wong Siu Ching Family Medicine Centre	G/F, 1 Po Wu Lane Tai Po	2658-9182	3157-0926
Yuen Chau Kok General Out-patient Clinic	G/F, 29 Chap Wai Kon Street Sha Tin	2647-3383	3157-0995

Ang oras ng opisina para sa general out-patient na mga klinika (maliban doon sa mga may asterisk) ay:

Lunes hanggang Biyernes: 9:00 am - 1:00 pm

2:00 pm - 5:00 pm

Sabado: 9:00 am - 1:00 pm

Ang mga klinika na minarkahan ng (#) ay bukas tuwing gabi.

Ang mga klinika na minarkahan ng asterisk (\*) ay bukas din tuwing gabi at Linggo / public holiday.

Lunes hanggang Biyernes: 6:00 pm - 10:00 pm

Linggo: 9:00 am - 1:00 pm

Mga Public Holiday: 9:00 am - 1:00 pm and 2:00 pm - 5:00 pm

Ang mga klinika na minarkahan ng (^) ay mga part-time na klinika at ang mga minarkahan ng (~) ay bukas sa iba't ibang oras ng opisina. Mangyaring sumangguni sa website ng HA sa [www.ha.org.hk](http://www.ha.org.hk) para sa karagdagang detalye.

## Pagpapagamot sa panahon ng mahahabang bakasyon

Kung kailangan mong pumunta sa doktor sa panahon ng mahahabang bakasyon, tumawag sa hotline ng MediLink sa **90000-222-322**. Available ang serbisyong ito sa Cantonese, Mandarin at Ingles.

Kapag tumawag ka, sasabihin nila sa iyo:

- ang mga pangalan at numero ng telepono ng mga pribadong doktor na nakaduty sa bawat distrito ng Hong Kong.
- kung ano ang mga serbisyo ng general out-patient na available para sa iyo sa mahahabang bakasyon.

Kapag hindi bakasyon, magbibigay ang MediLink ng impormasyon tungkol sa pangkalahatang medikal na kaalaman.

### *Mga rehistradong doktor sa Hong Kong*

Ang Hong Kong Medical Association ay nag-iingat ng isang online database na naglalaman ng komprehensibong hanay ng impormasyon para sa lahat ng rehistradong doktor sa Hong Kong. Pakibisita ang website sa [www.hkdoctors.org](http://www.hkdoctors.org).

## Serbisyo para sa tuberkulosis at dibdib

Ginagamot nang libre ang tuberkulosis at mga sakit sa dibdib sa mga sumusunod na out-patient na klinika:

*Cheung Chau Chest Clinic	G/F, St. John Hospital Cheung Chau Hospital Road Tung Wan, Cheung Chau	2981-9441 Ext. 22
East Kowloon Chest Clinic	G/F, East Kowloon Polyclinic 160 Hammer Hill Road, Kowloon	2352-0077
Kowloon Chest Clinic	G/F, 147A Argyle Street, Kowloon	2711-2086
*Sai Kung Chest Clinic	G/F, Mona Fong Clinic 23 Man Nin Street, Sai Kung, NT	2792-2601
Sai Ying Pun Chest Clinic	2/F, Sai Ying Pun Jockey Club Polyclinic 134 Queen's Road West, Hong Kong	2859-8227

Shau Kei Wan Chest Clinic	2/F, Shau Kei Wan Jockey Club Polyclinic 8 Chai Wan Road, Hong Kong	2560-4522
Shek Kip Mei Chest Clinic	1/F, Shek Kip Mei Health Centre 2 Berwick Street, Kowloon	2777-4535
*Sheung Shui Chest Clinic	1/F, Shek Wu Hui Jockey Club Clinic 108 Jockey Club Road, Shek Wu Hui Sheung Shui, NT	2670-0211 Ext. 20
South Kwai Chung Chest Clinic	G/F, 310 Kwai Shing Circuit South Kwai Chung Jockey Club Clinic Kwai Chung, NT	2419-1721
Tai Po Chest Clinic	1/F, Tai Po Jockey Club Clinic 37 Ting Kok Road, Tai Po, NT	2689-5600
*Tung Chung Chest Clinic	1/F, Tung Chung Health Centre 6 Fu Tung Street, Tung Chung Lantau Island	3575-8393
Wan Chai Chest Clinic	1/F, Wan Chai Polyclinic 99 Kennedy Road, Wan Chai Hong Kong	2591-1195
Yan Oi Chest Clinic	2/F, Yan Oi Polyclinic 6 Tuen Lee Street, Tuen Mun, NT	2404-3740
Yau Ma Tei Chest Clinic	2/F, Yau Ma Tei Jockey Club Polyclinic 145 Battery Street, Kowloon	2388-5939
Yuen Chau Kok Chest Clinic	1/F, Yuen Chau Kok Clinic 29 Chap Wai Kon Street Sha Tin, NT	2647-6445
*Yuen Long Chest Clinic	G/F, Yuen Long Jockey Club Health Centre 269 Castle Peak Road Yuen Long, NT	2443-8540
Yung Fung Shee Chest Clinic	1/F, Yung Fung Shee Memorial Centre 79 Cha Kwo Ling Road, Kowloon	2727-8250

\* Ang mga klinika na minarkahan ng asterisk ay part-time na mga klinika para sa mga sakit sa dibdib.

## Mga klinika para sa mga impeksiyon na naililipat sa pagtatalik

Ang sumusunod na mga klinika ng social hygiene (SHC) ay nagbibigay ng libreng pagpapagamot para sa mga taong kwalipikado.

May iba't ibang package ng singil para sa mga kwalipikado at di-kwalipikadong pasyente ayon sa singil ng klinika ng espesyalista.

Chai Wan SHC	West Wing LG5 Specialist Out-patient Block Pamela Youde Nethersole Eastern Hospital, 3 Lok Man Road Chai Wan, Hong Kong	2595-7500
Wan Chai Male SHC	6/F, Tang Chi Ngong Specialist Clinic 284 Queen's Road East Wan Chai, Hong Kong	3103-2400
Wan Chai Female SHC	7/F, Tang Chi Ngong Specialist Clinic 284 Queen's Road East Wan Chai, Hong Kong (Registration office is located at 6/F)	3103-2400
Yau Ma Tei Male SHC	4/F, Yau Ma Tei Jockey Club Polyclinic 145 Battery Street, Yau Ma Tei Kowloon	2359-4377
Yau Ma Tei Female SHC	3/F, Yau Ma Tei Jockey Club Polyclinic 145 Battery Street, Yau Ma Tei Kowloon	2388-6634
Yung Fung Shee SHC	4/F, Yung Fung Shee Memorial Centre 79 Cha Kwo Ling Road Kwun Tong, Kowloon	2727-8315
Tuen Mun SHC	5/F, Tuen Mun Eye Centre 4 Tuen Lee Street, Tuen Mun, NT	2459-2958
Fanling Integrated Treatment Centre (SHS)	6/F, Fanling Health Centre 2 Pik Fung Road, Fanling, NT	2639-1437

## Mga klinika para sa mga sakit sa balat

Kailangan ang referral mula sa mga doktor at patiunang appointment. Ang sumusunod na mga klinika para sa balat (dermatology) at social hygiene ay nagbibigay ng paggamot sa publiko.

May iba't ibang package ng singil para sa mga kwalipikado at di-kwalipikadong pasyente ayon sa singil ng klinika ng espesyalista.

Sai Ying Pun Dermatological Clinic	3/F, Sai Ying Pun Jockey Club Polyclinic 134 Queen's Road West Sai Ying Pun, Hong Kong	2859-8302
Yau Ma Tei Dermatological Clinic	12/F, Yau Ma Tei Specialist Clinic Extension 143 Battery Street, Yau Ma Tei Kowloon	2770-4639
Yung Fung Shee Dermatological Clinic	4/F, Yung Fung Shee Memorial Centre 79 Cha Kwo Ling Road Kwun Tong, Kowloon	2727-8319
Cheung Sha Wan Dermatological Clinic	3/F, West Kowloon Health Centre Cheung Sha Wan Government Offices 303 Cheung Sha Wan Road, Kowloon	2150-7373
Fanling Integrated Treatment Centre (SHS)	6/F, Fanling Health Centre 2 Pik Fung Road, Fanling, NT	2639-1437
Chai Wan SHC	West Wing LG5 Specialist Out-patient Block Pamela Youde Nethersole Eastern Hospital, 3 Lok Man Road Chai Wan, Hong Kong	2595-7500
Wan Chai Male SHC	6/F, Tang Chi Ngong Specialist Clinic 284 Queen's Road East Wan Chai, Hong Kong	3103-2400
Wan Chai Female SHC	7/F, Tang Chi Ngong Specialist Clinic 284 Queen's Road East Wan Chai, Hong Kong (Registration office is located at 6/F)	3103-2400
Tuen Mun SHC	5/F, Tuen Mun Eye Centre 4 Tuen Lee Street, Tuen Mun, NT	2459-2958

## Mga serbisyonang may kaugnayan sa AIDS

Kasama sa mga serbisyo sa pag-iwas at pangangalaga sa AIDS ang:

- mga serbisyo sa kompidensiyal na pagpapayo;

- libre, anonymous, kompidensiyal na pagsusuri sa HIV antibody;
- pangkalahatang impormasyon tungkol sa AIDS;
- follow-up na paggamot, pagpapayo at suporta;
- pagpapayo para sa mga sekswal na magkapareha / mga magkapareha sa paggamit ng itinuturok na droga, at mga miyembro ng pamilya ng mga appektadong indibidwal;
- kaayusan para sa mga pag-uusap tungkol sa kalusugan;
- mga publikasyon tungkol sa AIDS.

Ang 24-oras na serbisyo ng hotline (**2780-2211**) sa Cantonese, Putonghua at English ay nagbibigay ng patiuna nang inirekord na impormasyon tungkol sa AIDS / mga impeksiyon na naililipat sa pagtatalik. Ang access sa mga tagapayong nars ay available din mula 9:00 am hanggang 6:00 pm, Lunes hanggang Biyernes. Ang Gay Men HIV Testing Hotline (**2117-1069**) ay pinananatili rin para tumanggap ng mga direktang tawag mula sa mga Lalaking Nakikipagtalik sa kapwa Lalaki upang magpa-appointment para sa pagpapayo at pagsusuri sa HIV. Ang appointment para sa walang bayad, anonymous at kompidensiyal na pagsusuri sa HIV antibody ay isasaayos sa pamamagitan ng mga hotline na ito.

Ang mga patiuna nang inirekord na mensahe tungkol sa AIDS sa Tagalog, Vietnamese at Thai ay maaaring mapakinggan sa pamamagitan ng pagtawag sa **2359-9112**.

Ang mga patiuna nang inirekord na mensahe tungkol sa AIDS sa Hindi, Indonesian, Nepali at Urdu ay maaaring mapakinggan sa pamamagitan ng pagtawag sa **2112-9980**.

Ang mga patiuna nang inirekord na mensahe tungkol sa pagbawas ng panganib at AIDS sa Cantonese, Putonghua at Ingles ay mapapakinggan sa pamamagitan ng pagtawag sa **2112-9977**.

## **Serbisyo sa Kalusugan ng Pamilya**

Ang Serbisyo sa Kalusugan ng Pamilya (Family Health Service) ng Department of Health (DH) ay nagbibigay ng komprehensibong hanay ng mga serbisyo sa pagsusulong ng kalusugan at pag-iwas sa sakit para sa mga bata mula pagkapanganak hanggang 5 taon at mga babae na nasa o hindi lalampas sa 64 taong gulang sa pamamagitan ng network ng mga Maternal and Child Health Centre (MCHC) at mga Woman Health Centre (WHC).

Ang kanilang mga serbisyo ay:

- (1) upang magbigay ng pagbabakuna, pagmamanman sa kalusugan ng mga bata at pagsubaybay sa kanilang paglaki pati na ng mga programang may kaugnayan sa pagiging magulang para sa mga magulang at mga tagapagalaga.
- (2) upang magbigay ng antenatal at pre-natal na pangangalaga para sa mga babaeng buntis;
- (3) upang magbigay ng serbisyo para sa pagpapalano ng pamilya at cervical screening para sa mga kababaihan.
- (4) upang magbigay ng mga programang pangkalusugan para sa mga kababaihan sa WHC at sa 10 itinalagang MCHC.

Bawat center ay may iba't ibang oras ng operasyon at mga sesyon ng serbisyo. Pakitawagan ang bawat center o tumawag sa 24 na oras na Information Hotline ng Family Health Service, Department of Health sa **2112-9900**. Maaari ka ring bumisita sa aming homepage [www.fhs.gov.hk](http://www.fhs.gov.hk) para sa higit pang mga detalye.

### ***Mga Sentro para sa Kalusugan ng Ina at Bata***

#### **HONG KONG ISLAND**

Anne Black MCHC	2/F, Anne Black Health Centre 140 Tsat Tsz Mui Road, North Point	2562-1709
Ap Lei Chau MCHC	2/F, Ap Lei Chau Clinic 161 Ap Lei Chau Main Street Ap Lei Chau	2518-5701
Chai Wan MCHC	Level 2, Government Office Block 6, New Jade Garden 233 Chai Wan Road, Chai Wan	2556-6757
Sai Wan Ho MCHC	2/F, Sai Wan Ho Health Centre 28 Tai Hong Street, Sai Wan Ho	3620-3544
Sai Ying Pun MCHC	4/F, Sai Ying Pun Jockey Club Polyclinic 134 Queen's Road West, Sai Ying Pun	2859-8280
Tang Chi Ngong MCHC	4/F, Tang Chi Ngong Specialist Clinic 284 Queen's Road East, Wan Chai	2573-7585



## KOWLOON

East Kowloon MCHC	1/F, East Kowloon Polyclinic 160 Hammer Hill Road, Diamond Hill	2321-7822
Kowloon City MCHC	4/F, Kowloon City Health Centre Kowloon City Government Offices 42 Bailey Street, Hung Hom	3572-0766
Kwun Tong MCHC	LG Floor, Kwun Tong Community Health Centre Building 60 Hip Wo Street, Kwun Tong Kowloon	2750-4270
Lam Tin MCHC	1/F, Lam Tin Polyclinic 99 Kai Tin Road, Lam Tin	2346-2708
Robert Black MCHC	1/F, Robert Black Health Centre 600 Prince Edward Road East San Po Kong	2718-2597
Wang Tau Hom MCHC	G/F, Wang Tau Hom Jockey Club Clinic 200 Junction Road East, Wang Tau Hom	3143-7180
West Kowloon MCHC	2/F, West Kowloon Health Centre Cheung Sha Wan Government Offices 303 Cheung Sha Wan Road Sham Shui Po	2150-7260
Wu York Yu MCHC	1/F, Wu York Yu Health Centre 55 Sheung Fung Street, Wong Tai Sin	2325-5224
Yau Ma Tei MCHC	6/F, Yau Ma Tei Specialist Clinic Extension 143 Battery Street, Yau Ma Tei	2770-0044

## NEW TERRITORIES EAST (KASAMA NA ANG MGA ISLA)

Fanling MCHC	3/F & 5/F, Fanling Health Centre 2 Pik Fung Road, Fanling	2677-6484
Lek Yuen MCHC	2/F, Lek Yuen Health Centre 9 Lek Yuen Street, Sha Tin	2692-8741
Ma On Shan MCHC	1/F, Ma On Shan Health Centre 609 Sai Sha Road, Ma On Shan	2640-4724

Tseung Kwan O Po Ning Road MCHC	1/F, Tseung Kwan O Po Ning Road Health Centre 28 Po Ning Road, Tseung Kwan O	2191-1086
Tung Chung MCHC	G/F, Tung Chung Health Centre 6 Fu Tung Street, Tung Chung Lantau Island	3575-8370
Wong Siu Ching MCHC	1/F, Wong Siu Ching Clinic 1 Po Wu Lane, Tai Po	2652-3745
Cheung Chau MCHC	G/F, St. John Hospital Cheung Chau Hospital Road Cheung Chau	2981-7762
Mui Wo MCHC	1/F, Mui Wo Clinic 2 Ngan Kwong Wan Road Mui Wo, Lantau Island	2984-2193

#### NEW TERRITORIES WEST

Madam Yung Fung Shee MCHC	1/F, Madam Yung Fung Shee Health Centre, 26 Sai Ching Street Yuen Long	2443-8421
North Kwai Chung MCHC	1/F, North Kwai Chung Clinic 125 Tai Pak Tin Street, Kwai Chung	2418-8550
South Kwai Chung MCHC	1/F, South Kwai Chung Jockey Club Polyclinic 310 Kwai Shing Circuit, Kwai Chung	2615-7350
Tin Shui Wai MCHC	1/F, Tin Shui Wai Health Centre 3 Tin Shui Road, Tin Shui Wai	2448-5580
Tsuen Wan MCHC	9/F, Block C, Yan Chai Hospital 7-11 Yan Chai Street, Tsuen Wan	2615-5500
Tsing Yi MCHC	3/F, Cheung Hong Commercial Complex Phase I, Cheung Hong Estate, Tsing Yi	2497-0431
Tuen Mun Wu Hong MCHC	2/F, Tuen Mun Wu Hong Clinic 2 Wu Hong Street, Tuen Mun	2458-1694
Yan Oi MCHC	1/F, Yan Oi Polyclinic 6 Tuen Lee Street, Tuen Mun	2404-3720

## ***Mga Sentro ng Kalusugan para sa Kababaihan***

Chai Wan WHC	2/F, Chai Wan Health Centre 1 Hong Man Street, Chai Wan Hong Kong	2975-0236
Lam Tin WHC	6/F, Lam Tin Polyclinic 99 Kai Tin Road, Lam Tin, Kowloon	2727-5332
Tuen Mun WHC	Tuen Mun Woman Health Centre Yan Oi Polyclinic, 4 Tuen Lee Street Tuen Mun, NT	2451-6667

## **Ituring ang Hong Kong bilang iyong tahanan**

Gumaganap ka ng mahalagang papel upang ang Hong Kong ay maging isang malinis at kaaya-ayang lugar na panirahan! Sundin lang ang mga hakbang na ito:

### ***Personal na kalinisan***

- Panatilihin ang kamay:
  - Hugasan ang inyong mga kamay gamit ang likidong sabon at tubig nang maayos kung kitang-kita na marurumi ang mga kamay o mukhang kontaminado ng mga fluid ng katawan. Kung ang mga kamay ay hindi nakikitaan ng dumi, linisin ang mga iyon gamit ang pangkuskos ng kamay na may 70-80% na alkohol.
  - Palaging hugasan o linisin ang inyong mga kamay:
    - Bago hawakan ang mga mata, ilong o bibig; o pagkatapos na hawakan ang mga pampublikong instalasyon tulad ng mga hawakan ng kamay o hawakan ng pinto.
    - Bago kumain o humawak ng pagkain;
    - agkatapos gumamit ng palikuran;
    - Pagkatapos suminga, bumahing o umubo.
  - Huwag maghiraman ng mga tuwalya.
- Panatilihin ang mga mabuting kaugalian sa pag-ubo:
  - Takpan ng tissue ang ilong at bibig kapag bumabahin o umuubo.
  - Itapon ang ginamit na tissue sa tamang lalagyan ng basura na may takip.
  - Hugasang mabuti ang mga kamay pagkatapos na bumahin o umubo.
  - Maglagay ng surgical mask habang mayroong mga sintomas sa respiratoryo.

- Huwag maghiraman ng mga kagamitan sa pagkain - gumamit ng mga serving spoon at chopstick.
- Kumonsulta agad sa doktor kapag may sakit. Huwag pumasok sa paaralan o sa trabaho.
- Pataasin ang resistensya ng iyong katawan sa pamamagitan ng pagkakaroon ng balanseng pagkain, pag-eheersisyo nang regular at pagkakaroon ng sapat na pahinga. Huwag magsigarilyo at iwasan ang uminom ng alak!

### ***Kalinisan sa kapaligiran***

- Sa mga pampublikong lugar:
  - Huwag magkalat o dumura.
  - Huwag hayaan ang inyong alagang hayop (mga alagang hayop) na.
- Sa tahanan:
  - Palaging linisin ang mga iba-ibabaw o mga gamit na malimit hawakan nang hindi na bababa pa sa araw-araw gamit ang tubig at detergent o mga pamatay-mikrobyo (iyon ay, ihalo ang 10 ml ng ginagamit sa bahay na bleach na may 5.25% sodium hypochlorite sa 990 ml ng tubig para sa mga hindi metal at 70% alkohol para sa mga yari sa metal). Maghintay hanggang sa matuyo at pagkatapos ay banlawan gamit ang tubig kung ang ginamit ay ang kinanaw na solution ng bleach.
  - Balutin nang tama ang mga basura bago itapon sa mga lagayan ng basura.
  - Palitan ang tubig sa mga paso nang hindi na bababa pa sa isang beses sa isang linggo. Itapon ang mga tubig sa mga palangganitang nakasahod sa mga halamang nasa paso kada lingo at tiyakin na ang tray na patuluan ng tubig ng air-condition ay walang naimbak na tubig upang maiwasan na mangitlog doon ang mga lamok.
  - Tiyaking gumagana nang maayos ang lahat ng mga agusan at tubo. Iwasang matuyo ang trap sa pamamagitan ng pagbubuhos ng humigit-kumulang na kalahating litro ng tubig sa bawat outlet na labasan ng tubig nang regular (mga isang beses isang linggo) upang mapanatili ang haligi ng tubig sa tubo bilang pangharang sa tubig upang mapigilan ang pagkalat ng mikrobyo.
  - Iwang bukas ang mga bintana upang mapanatili ang mabuting bentilasyon sa loob ng bahay hangga't posible.

Siapapun yang melakukan pelanggaran berupa membuang sampah Sinumang nakagawa ng paglabag sa pagkakalat, pagdura, hindi awtorisadong pagpapaskil ng mga bill o poster, o pagdumi ng aso sa lansangan ay mananagot sa isang tiyak na parusa.

Para sa higit pang impormasyon sa kalusugan, pakitawagan ang 24-oras na hotline ng health education sa 2833-0111, o bisitahin ang website ng Central Health Education Unit sa [www.cheu.gov.hk](http://www.cheu.gov.hk) o website ng Centre for Health Protection Facebook fanpage.