



可信的 在線醫療資源

適用於慢性病管理



關節炎



iCON
interCultural Online
Health Network

iCON (interCultural Online Health Network)

【安康】健康網絡希望能夠以可靠的健康知訊、社區資源及網絡向卑詩省裡的多種文化社群、病患者、家屬及社區成員提倡有關慢性疾病的教育、預防方法及自我管理。

請點擊或輸入此鏈接以閱讀有關關節炎的知訊：

<https://chinese.iconproject.org/healthinformation/bone-disease/>



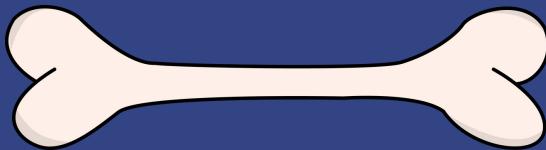
Arthritis Research Canada - ARC
加拿大關節炎研究中心

加拿大關節炎研究中心發佈了一系列關於關節炎的中文視頻，專為關節炎患者提供如何疏解關節疼痛的可靠科學建議。

請點擊或輸入此鏈接以觀看有關關節炎的視頻：

<https://www.arthritisresearch.ca/videos/>

骨質疏鬆症



OSTEOPOROSIS

加拿大骨質疏鬆症協會

加拿大骨質疏鬆協會是一個致力於教育，增強和幫助個人和社區減少骨質疏鬆症的風險和治療的組織。

如何鍛煉以降低摔跤或骨折風險

<https://osteoporosis.ca/wp-content/uploads/Too-Fit-to-Fall-or-Fracture-Chinese-T-5-1.pdf>

強健骨骼指南

<https://osteoporosis.ca/wp-content/uploads/Your-Guide-To-Strong-Bones-Traditional-Chinese.pdf>

iCON
interCultural Online Health Network

iCON (interCultural Online Health Network)

【安康】健康網絡希望能夠以可靠的健康知訊、社區資源及網絡向卑詩省裡的多種文化社群、病患者、家屬及社區成員提倡有關慢性疾病的教育、預防方法及自我管理。

請點擊或輸入此鏈接以閱讀有關關節炎的知訊：

<https://chinese.iconproject.org/healthinformation/bone-disease/>

腦退化症



加拿大阿爾茨海默氏症協會

Alzheimer Society
CANADA

阿爾茨海默氏症協會是全國範圍內領先的非營利性健康組織，致力於改善受阿爾茨海默氏症和其他腦退化症影響的加拿大人的生活質素。

請點擊或輸入此鏈接以閱讀有關**腦退化症**的知訊：

<https://alzheimer.ca/bc/en/help-support/programs-services/dementia-resources-bc/non-english-resources>

iCON
interCultural Online Health Network

iCON (interCultural Online Health Network)

【安康】健康網絡希望能夠以可靠的健康知訊、社區資源及網絡向卑詩省裡的多種文化社群、病患者、家屬及社區成員提倡有關慢性疾病的教育、預防方法及自我管理。

請點擊或輸入此鏈接以閱讀有關**腦退化症**的知訊：

<https://chinese.iconproject.org/healthinformation/dementia/>

糖尿病



Diabetes Canada 加拿大糖尿病組織

加拿大糖尿病組織是一家註冊的全國性慈善機構，其使命包括為1100萬加拿大糖尿病患者或糖尿病前期患者提供幫助。

請點擊或輸入此鏈接以閱讀有關糖尿病的知訊：

<https://guidelines.diabetes.ca/chinese>



iCON (interCultural Online Health Network)

【安康】健康網絡希望能夠以可靠的健康知訊、社區資源及網絡向卑詩省裡的多種文化社群、病患者、家屬及社區成員提倡有關慢性疾病的教育、預防方法及自我管理。

請點擊或輸入此鏈接以閱讀有關糖尿病的知訊：

<https://chinese.iconproject.org/healthinformation/diabetes/>

心臟病



Heart and Stroke Foundation of Canada 加拿大心臟病和中風組織

加拿大心臟病和中風組織通過減少心臟病和中風的風險因素來改善加拿大人的健康。

請點擊或輸入此鏈接以閱讀有關心臟病的知訊：

<https://www.heartandstroke.ca/heart-disease/emergency-signs-ch>

Cardiac Services BC 心臟病服務機構計畫

不列顛哥倫比亞省心臟病服務機構計劃，協調，監測，資助和評估心臟病治療和二級預防。

請點擊或輸入此鏈接以閱讀有關心臟病的知訊：

<http://www.cardiacbc.ca/search?k=Chinese>

中風



Heart and Stroke Foundation of Canada 加拿大心臟病和中風組織

加拿大心臟病和中風組織通過減少心臟病和中風的風險因素來改善加拿大人的健康。

請點擊或輸入此鏈接以閱讀有關**中風**的知訊：

<https://www.heartandstroke.ca/Stroke/Signs-of-stroke/Chinese>



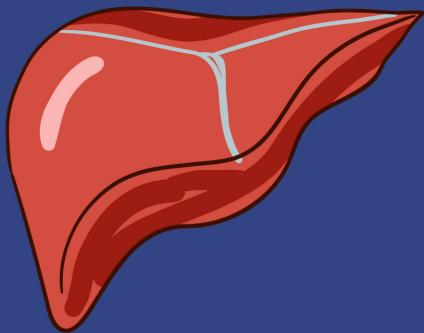
iCON (interCultural Online Health Network)

【安康】健康網絡希望能夠以可靠的健康知訊、社區資源及網絡向卑詩省裡的多種文化社群、病患者、家屬及社區成員提倡有關慢性疾病的教育、預防方法及自我管理。

請點擊或輸入此鏈接以閱讀有關**中風後生活方式**的知訊：

<https://chinese.iconproject.org/healthinformation/stroke/>

肝病



Healthlink BC

卑詩省Healthlink提供可靠的非緊急健康訊息和建議。

請點擊或輸入此鏈接以閱讀有關**肝炎**的知訊：

丙肝病毒感染 Hepatitis C Virus Infection

<https://www.healthlinkbc.ca/sites/default/files/documents/healthfiles/hfile40a-c.pdf>

慢性肝炎的健康飲食

https://www.healthlinkbc.ca/sites/default/files/documents/hfile40c-C_0.pdf

iCON (interCultural Online Health Network)

【安康】 健康網絡希望能夠以可靠的健康知訊、社區資源及網絡向卑詩省裡的多種文化社群、病患者、家屬及社區成員提倡有關慢性疾病的教育、預防方法及自我管理。

請點擊或輸入此鏈接以閱讀有關**預防肝炎和肝癌**的知訊：

<https://chinese.iconproject.org/healthinformation/liver-disease/>

精神健康



Canadian Mental Health Association- BC 加拿大心理健康協會

CMHA是一個全國性的慈善機構，通過與社區合作提供服務和支持，幫助維護和改善所有加拿大人的心理健康。

請點擊或輸入此鏈接以閱讀有關**心理健康**的知訊：

什麼是心理健康？

<https://cmha-yr.on.ca/瞭解心理健康/?lang=zh-hant>



Here to Help

Here to Help BC 是卑詩省合作夥伴（BC Partners）其中一項主要措施。Here to Help 主要提供與精神健康及物質使用相關的最新訊息、工具及資源。

請點擊或輸入此鏈接以閱讀有關**精神健康**的知訊：

季節性情緒病

https://www.heretohelp.bc.ca/sites/default/files/tchinese_sad.pdf

壓力

https://www.heretohelp.bc.ca/sites/default/files/tchinese_stress.pdf

保健與預防



Healthlink BC – Senior's Health 老年人健康

卑詩省Healthlink提供可靠的非緊急健康訊息和建議。

請點擊或輸入此鏈接以閱讀有關**長者健康飲食**的知訊：

https://www2.gov.bc.ca/assets/gov/people/seniors/health-safety/pdf/hefs_web_chinese.pdf

BC Seniors Guide 卑詩省長者指南



為BC省長者提供豐富的有用訊息，包括福利待遇、健康生活、健康服務、住房、交通、個人保障、財務以及其他服務方面的訊息和資源。

請點擊或輸入此鏈接以閱讀有關**卑詩省長者指南**的知訊：

https://www2.gov.bc.ca/assets/gov/people/seniors/about-seniorsbc/guide/bc_seniors_guide_11thed_chinese.pdf

© 2020 The University of British Columbia

The work is licensed under Creative Commons Attribution-Non-Commercial-NoDerivatives 4.0 International License (<http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>). Created by UBC Digital Emergency Medicine. For permissions to use this work for commercial purposes please contact The University of British Columbia's University-Industry Liaison Office.

