

「癌症預防與及早探測輔導服務」 健康問卷 (請在適用空格內加上✓ 號)

1. 年齡： 18-30歲 31-50歲
 51-64歲 65歲或以上
2. 性別： 男 女
3. 身高：_____ 厘米 或 _____ 呎 _____ 吋
體重：_____ 公斤 或 _____ 磅
4. 你的腰圍是：_____ 厘米 或 _____ 吋
[中央肥胖定義 - 男：90厘米或以上(36吋)；
女：80厘米或以上(32吋)]
5. 你的身體是否出現異常的徵狀如體重驟降、呼吸困難、吞嚥困難、聲沙、久咳、睪丸或乳房有硬塊、大便習慣異常、小便帶血、皮膚痣變化、流鼻血、不尋常之痛楚或發現異常分泌物等等？
 否 有，請註明：

6. 你有否接受乙型肝炎疫苗注射？
 有 否，原因：
 已知是乙型肝炎帶菌者
 從驗血中已知有抗體
 不清楚是否乙型肝炎帶菌者

7. 你的直系親屬（父母/兄弟姊妹/子女）有否曾經患上癌症？

否

有：

所患癌症	與閣下關係	確診患癌的年齡

本人是癌症患者/康復者

8. 你有否吸煙的習慣？

從不吸煙

有：每日最多吸煙 _____ 枝/包，

開始吸煙年齡 _____

吸煙的種類： 一般香煙 雪茄

電子煙 水煙

低焦油或低尼古丁香煙

其他 _____

已戒煙 _____ 個月/年

9. 你有否飲酒的習慣？

從不飲酒 (跳至第12題繼續)

有/ 間中，請回答以下問題

10. 你有幾經常飲酒？

只在社交宴會上飲酒

每月一次或以下 每星期兩至三次

每月二至四次 每星期四次或更多

11. 每次平均飲多少分量？

酒精飲品名稱	份量
啤酒	罐
餐酒	杯
烈酒	杯

或其他酒精飲品名稱及份量：

12. 你最常進食那種肉類？

紅肉 (牛、豬、羊)

白肉 (雞、魚、海鮮)

加工肉類 (火腿、腸仔、午餐肉等)

本人是素食人士 (請跳過下一題)

13. 你一星期平均有多少日食紅肉（牛、豬、羊）？

一星期有 _____ 日食紅肉，每日約 _____ 兩

(1兩肉=1隻麻雀牌大小)

14. 你每天平均進食瓜菜（煮熟）及水果的份量：

瓜菜： 1飯碗以下 1-2飯碗

2-3飯碗或以上

水果： 少於一份 1份

2份 多於2份

註：「一份水果」= 兩個小型水果 (如：布祿、奇異果) 或一個中型水果 (如：橙、蘋果) 或半個大型水果 (如：香蕉、西柚、楊桃) 或半碗水果塊或粒狀的水果 (如：西瓜粒、士多啤梨、提子、荔枝)

15. 你有否進食全穀類食物（如全穀物麵包、燕麥、紅米、糙米等）？

有

沒有

16. 你有否服用營養補充劑（包括維他命、鈣片、鐵丸、中藥保健品等）？

有

沒有

17. 你有否進食高熱量、高脂食品（如朱古力、薯片、漢堡包、即食麵、薄餅、煎炸食品、汽水、沙拉汁、奶油蛋糕等）？

間中

經常

每天

沒有

18. 你有幾經常外出進食？

沒有外出進食

每星期1-5餐

每星期>5餐

19. 你有沒有運動的習慣？

有

沒有 (請跳過下一題)

20. 你有否每星期進行至少2.5小時中等強度運動（快步行、行樓梯等）或最少1.5小時劇烈強度的運動（跑步、球類運動、游泳等）？

有

沒有

21. 你需要了解以下的防癌資訊嗎？

HPV疫苗

大腸癌篩查計劃

不需要

問卷完畢

請將填妥的問卷傳真回 3921 3822 或寄回香港黃竹坑南朗山道30號「癌症預防與及早探測輔導服務」或電郵到 screening@hkacs.org.hk
本會專業護士會盡快與您跟進並作出評估建議。一切資料絕對保密。

嚴正聲明

本會成立於一九六三年，乃非牟利慈善機構，不斷積極推動社區防癌工作。本會主要提供科學實證資料，無任何商業產品推介及化驗檢查。本會近日收到不少市民查詢有關一間自稱「癌症協會」或類似名稱的機構，遊說為他們提供癌症講座及所謂的「抽血驗癌」身體檢查，市民對他們的手法及收費過程存疑。本會對此深表關注並作出以下聲明：

- 本會「香港防癌會」與該「癌症協會」並無任何關連。
- 本會為慈善機構，位於香港黃竹坑南朗山道，並無任何分會。
- 本會並沒有售賣任何健康產品或任何收費的癌症檢查項目。

個人資料(私隱)條例：

香港防癌會（非牟利慈善機構）配合《個人資料（私隱）條例》中所列載的規定，確保儲存的個人資料處理得到充份保護。你所提供的個人資料只供本會與你聯絡，包括發出捐款收據、會員服務及通訊、募捐、意見收集、健康講座及相關的活動，並向你提供最新的癌症資訊等用途。本會不會將你的個人資料提供任何第三者作與非本會相關的用途，亦不會售賣或轉移你的個人資料予任何第三者。

請選擇本人願意接受「癌症預防與及早探測輔導服務」計劃及接收香港防癌會的資訊 ：

本人 願意 日後接收香港防癌會的資訊。

本人 不願意 日後接收香港防癌會的資訊。

簽署：_____ 日期：_____

姓名：_____

聯絡電話：_____

電郵：_____

地址：_____

(如適用)

印刷日期 2021年6月