

甚麼是電子醫學?

運用現代科技
(如: 智能手機,
電腦和互聯網)
來保健康



Medisafe Medication
Reminder and Pill Organizer

• 用途: 藥物管理



The Red Cross
FIRST AID APP

• 快速準確急救信息程式



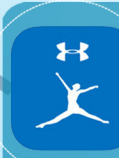
Take a Break!

• 讓你理解冥想, 減輕壓力,
放鬆程式



Instant Heart Rate

• 心率監測器程式



MyFitnessPal Calorie Counter
& Diet Tracker

• 重點關注健康飲食程式

選擇一個優質健康應用程式來符合您的健康與保健目標, 請考慮以下要點:



個人化

確定一個具體的健康目標選擇信賴的技術和方法的應用程式來滿足您的健康目標-如果不確定, 請諮詢您的醫生。



方便性

考慮輸入信息所需的時間和次數選擇一些將能幫助您實現目標的應用程式



有效性

網上群集消息- 搜索看用戶下載的數量, 搜索閱消費者的評論。



私隱度

同意使用任何醫療或健康程式之前, 請閱讀研製者的隱私聲明 - 了解安全措施來保護您的個人資料。



安全性

健康應用程式只是一種工具用來配合您的活動; 不應用來代替任何醫療建議 - 應該經常與您的醫生先商量。



iCON
interCultural Online
Health Network

提供由 Digital Emergency Medicine 即將或曾經組織過的各種健康主題活動資訊與資源
<http://www.iconproject.org>



溫哥華沿岸衛生局
(Vancouver Coastal
Health)

提供有關醫院, 護理中心和保健中心服務
<http://www.vch.ca/>



中僑互助會
(S.U.C.C.E.S.S.)

為新移民及長者提供各種項目與服務網站鏈接:
<http://www.successbc.ca/chn>



卑詩省自我管理
(Self-Management
British Columbia)

為有慢性健康問題的個人提供免費自我管理項目的資訊與地址
<http://www.selfmanagementbc.ca/>



加拿大糖尿病協會
(Canadian Diabete-
s)

為患有糖尿病的人士提供資訊與資源 (建議食譜、運動計畫等)
<http://www.diabetes.ca/diabetes-and-you/healthy-livingresources/multicultural-resources/diabetes-in-the-south-asian-community>



心臟與中風基金會
(Heart and Stroke
Foundation)

提供有關心臟疾病、中風以及健康生活方式的資源
<http://www.heartandstroke.com/site/c.ikiQLcM-WJtE/b.3479045/k.6516/Sou>



加拿大肝臟基金會
(Canadian Liver
Foundation)

提供有關肝臟的資源
<http://www.liver.ca/chinese/>

撥打 2-1-1

年中無休, 全天候24小時
提供免費、保密、多種語言
電話服務。

<http://www.bc211.ca/contact/>

撥打

8-1-1

免費的省內健康資訊電話熱線。撥打該號碼, 可以與專業醫護人員交流。

遊覽

www.myeHealth.ca

看個人醫學測試結果



了解健康
話題遊覽:

www.Healthlinkbc.ca



www.medlineplus.gov

是信賴的健康智慧