

治療路上 與您並肩 同行

保柏護您同行計劃 — 肌駱痛症治療

您有沒有曾經試過扭傷腳踝，或腰背感到疼痛？這些都是一些常見的肌肉骨骼痛症，主要影響肌肉、韌帶、跟腱及骨骼。

在香港，肌肉骨骼疾病在需長期覆診的疾病中排行第三（佔13.5%）¹。您或許會認為肌駱疾病通常只會發生在老年人身上，然而，有調查顯示，逾4成的30至39歲受訪者已出現關節問題²。

為向合資格保柏會員提供由始至終的支援和關懷，我們很高興推出「保柏護您同行計劃 — 肌駱痛症

治療」。此計劃由保柏及特選服務供應商卓健醫療提供，希望在您的治療路上全程與您同行。

完成首次診症後，我們會為您建議及跟進各種治療方案，以助您改善情況及管理痛楚。我們的註冊護士將成為您的專責健康顧問，並透過電話定期為您提供建議及指導。如需進行手術，我們更可轉介您至專科醫生，以及就手術前後的護理、索償等方面為您提供協助。

甚麼是 肌肉骨骼疾病？



常見症狀：

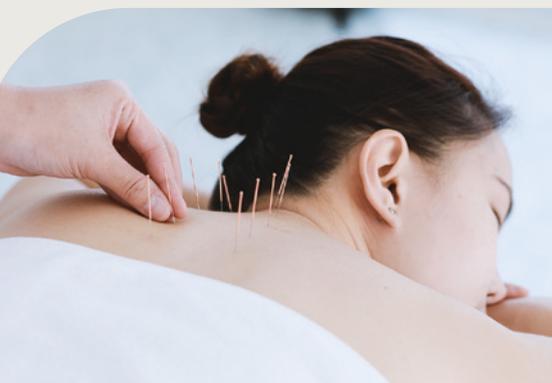
- **骨關節炎** – 因老化而導致的關節疼痛及僵硬
- **扭傷和拉傷** – 對肌肉、跟腱或韌帶構成的損傷
- **骨折**

常見成因：

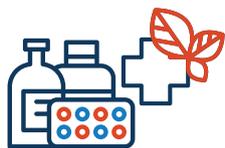


- **老化**
- **與工作相關的受傷**，例如長期維持不良姿勢、搬運重物等（如腕管綜合症或骨刺）
- **與運動相關的受傷**，例如長期進行重複的動作（如肩旋轉袖肌腱撕裂或膝蓋前十字韌帶斷裂）
- **意外**

計劃特點



免費計劃專線由專責健康顧問（註冊護士）接聽，為您提供健康指導、協助預約及解答查詢



採用一站式及多科協同的治療方案，結合西醫、中醫、推拿、草藥療法及物理治療等的**非入侵性治療**



由診症、治療以至跟進，計劃為您提供**由始至終的支援**

使用資格

持有門診保障的保柏會員均可透過致電免費計劃專線參與保柏護您同行計劃，以作為肌骨痛症的另一治療選擇。計劃下所提供的診症及治療是否受到保障，將視乎您的保柏保險計劃之醫療保障範圍及賠償限額而定。我們的特選服務供應商將在預約前為您提供更多資訊，您亦可致電我們的客戶服務專線查詢詳情。



在計劃下，您可使用您的保柏醫療卡（如適用）享用網絡供應商提供的大部分服務³。您亦可選擇先自行繳付治療費用，然後向我們遞交索償。

您的首次診症必須在位於灣仔或銅鑼灣的護您同行診所進行，而其後的跟進治療則可在其他診所進行，地點包括灣仔、金鐘及鰂魚涌（視乎您需進行何種治療）。診所名單可能會不時更改，請到myBupa查閱最新的診所名單。

如何使用保柏護您同行計劃

「保柏護您同行計劃 — 肌骼痛症治療」在整個治療過程上一路伴您同行。我們將針對您的情況，為您提供適合的治療方案及支援。此計劃專注於保守性治療，除非手術為醫療必需，否則您可免卻手術帶來的痛楚。以下是一些例子，闡述如何使用計劃。



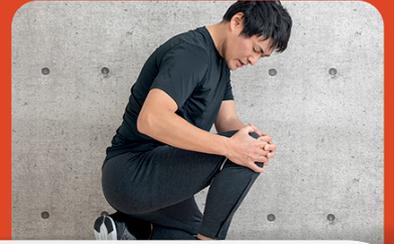
黃小姐，
29歲

黃小姐在辦公室工作多年，一直受手腕及前臂的痛楚所困擾。她需長時間在辦公桌前使用鍵盤打字，坐姿亦不正確。

黃小姐終於決定找方式去管理她的痛症。她致電保柏護您同行計劃專線，然後向普通科醫生求診。診症前，她填寫了痛症評估問卷，助醫生評估她的情況。

醫生首先建議她採取中醫療法，然後進行物理治療。這些治療方法均有助她舒緩肌肉和跟腱的痛楚。

黃小姐的健康顧問亦為她提供運動和改變生活方式的建議，使她的情況得以持續改善。現在，她可以繼續專心工作，為下一次升職拼搏。



陳先生，
38歲

陳先生是一位廚師，他每天花長時間工作，為的是儲足金錢，開一間咖啡店。但由於經常拿重物及長時間站立，為他的膝蓋造成負荷。一天，陳先生在廚房不慎滑倒，並扭傷了一邊膝蓋。

他的痛楚持續沒有改善，因此他致電保柏護您同行計劃專線。保柏職員立即幫他預約普通科醫生，於翌日進行診症。

為舒緩陳先生的痛楚，醫生為他處方了止痛藥，並建議他進行溫和的物理治療，以幫助受傷的位置痊癒。不幸的是，這些保守性治療並未使陳先生的情況好轉。

期後，他獲轉介至專科醫生進行膝蓋手術。即使這表示他終止參與肌骼痛症治療計劃，他仍可致電保柏護您同行計劃專線，以獲取健康建議、查詢索償事宜等。

以上例子僅作舉例說明之用。計劃下的服務供應商所提供的實際建議及治療方案將視乎患者的情況和需要而定。



計劃專線：
(852) 2517 5743⁴



常見問題

1. 在「保柏護您同行計劃 – 肌駱痛症治療」下，我可於哪些診所接受診症及治療？

您的首次診症必須在位於灣仔或銅鑼灣的護您同行診所進行，而其後的跟進治療則可在其他診所進行，地點包括灣仔、金鐘及鰂魚涌（視乎您需進行何種治療）。計劃暫未包括其他診所。診所名單可能會不時更改，請到myBupa查閱最新的診所名單。

2. 假如醫生所建議的治療方案不受我的保柏醫療保險計劃所保障，該怎麼辦？

您仍可接受該治療，惟需自行承擔所需的醫療費用。

3. 當醫生建議我接受中醫、物理治療、手術等治療時，我可選擇我慣常的服務供應商嗎？

為提供由始至終的支援，我們將會安排您於護您同行計劃下的診所接受治療及專科醫生診症。您亦可選擇計劃網絡外的服務供應商，惟這亦表示您將終止參與保柏護您同行計劃，而您的專責健康顧問將不能再跟進您的個案。假如您決定終止參與保柏護您同行計劃，您其後仍可選擇重新參與計劃。

4. 我的專責健康顧問將如何為我提供協助？

如您需要任何建議，您可於辦公時間內隨時聯絡您的專責健康顧問。在獲得您的同意下，您的健康顧問將定期跟進您的狀況及治療進度。

備註

1. 資料來源：衛生署 – 促進健康：香港非傳染病防控策略框架：[連結](#)
2. 資料來源：香港中文大學傳播與民意調查中心：[連結](#)
3. 在「保柏護您同行計劃 – 肌駱痛症治療」下，免繳費服務並不適用於物理治療。您需先自行繳付費用，然後向保柏提交索償（如適用）。
4. 保柏護您同行計劃專線由保柏運作。專線服務時間為：星期一至五上午9時至下午6時，於星期六、日及公眾假期並不適用。

條款及細則

1. 在參與「保柏護您同行計劃 – 肌駱痛症治療」前，您需同意保柏和卓健醫療紀錄及分享您的個人資料及治療效果。
2. 合資格會員或可使用有效的保柏醫療卡，以在保柏護您同行計劃下享免繳費服務。如沒有保柏醫療卡，或醫療費用超過會員之保障或不受保於其保柏保險計劃內（如不保事項），會員需自行向供應商繳付所需的費用。就任何已由保柏醫療卡所支付的不合資格費用，我們會向會員發出差額通知書要求繳付。
3. 保柏護您同行計劃下所提供的醫療服務，均受會員的保柏保險計劃之保障範圍及／或賠償限額所限。在接受任何服務前，會員應查閱其保柏計劃之會員證書及／或保障金額表以了解其保障範圍。如欲了解更多詳情，可致電我們的客戶服務專線。