



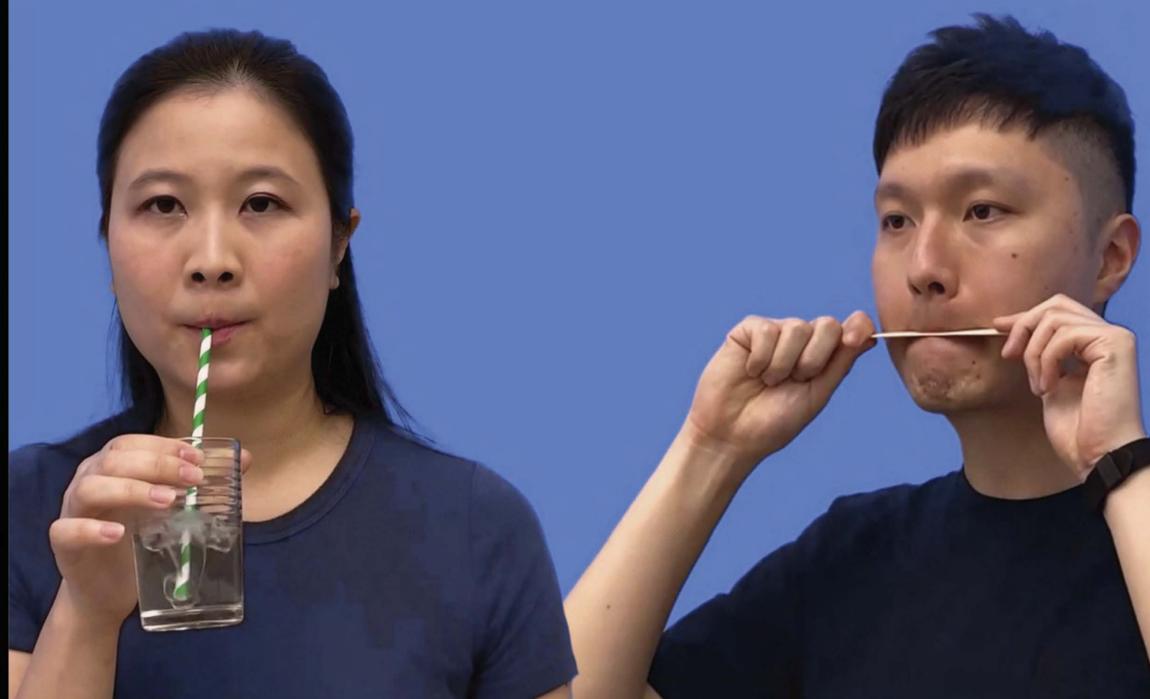
香港中文大學醫學院
Faculty of Medicine
 The Chinese University of Hong Kong



th Anniversary
 四十週年

QrOeasy

強化口肌功能的最佳拍檔



Supported by Knowledge Transfer Fund at CUHK
 香港中文大學知識轉移基金支持項目



簡介

香港中文大學耳鼻喉—頭頸外科學系獲社創基金及香港中文大學研究及知識轉移服務處的撥款，研發「口肌健」流動應用程式，並於2021年發佈，供言語治療師、需要接受口腔機能訓練之患者及公眾人士下載使用。

「口肌健」流動應用程式提供一個方便使用的平台，讓言語治療師為患者設計一套個人化的口肌運動訓練計劃。本程式會記錄患者訓練的情況，有利治療師監察及調整治療計劃。

此外，已註冊帳戶的患者可登入「口肌健」平台，按治療師所制定運動訓練計劃進行練習。本程式內的口肌運動訓練均附有示範影片，方便患者按指示進行練習，加強練習動機及準確度。

公眾人士亦可以訪客身份登入，於「口肌健」內選擇不同訓練集進行練習，提升口肌功能。



下載「口肌健」

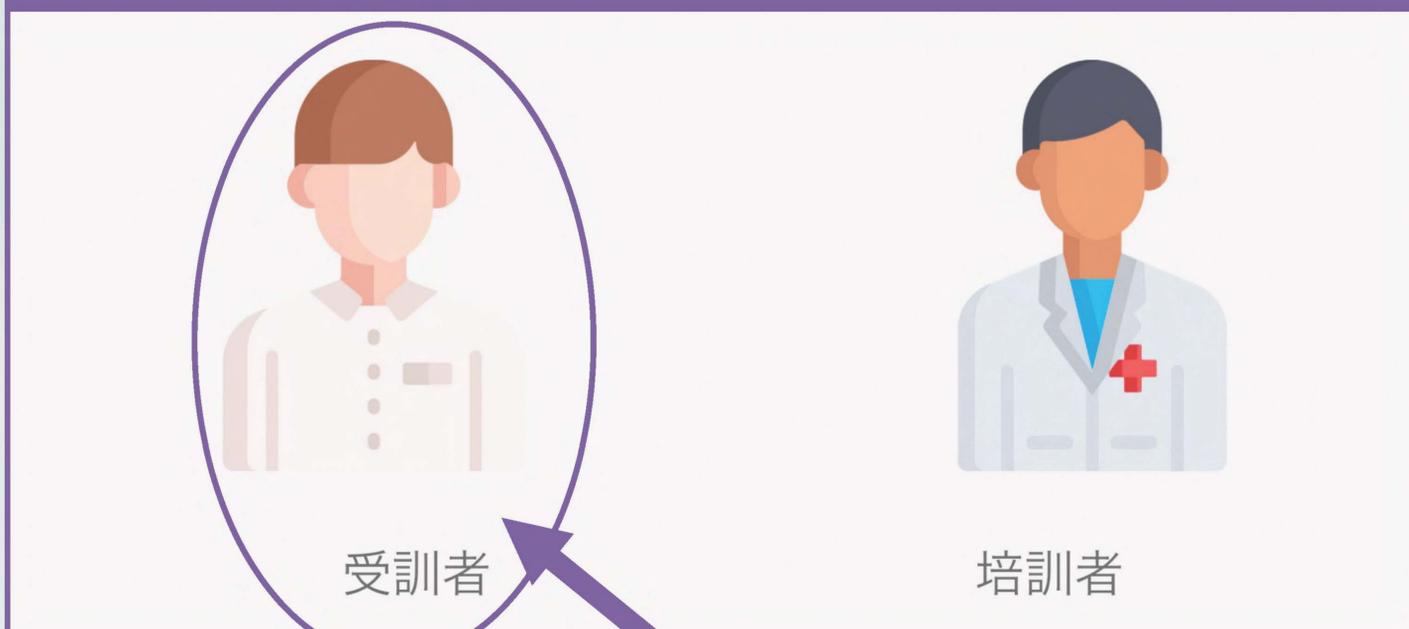
請在 Apple App Store 或 Google Play 商店中下載程式及到官方網站 <https://www.oroeasy.com> 下載使用手冊，了解本程式的使用方法。

- 應用程式：Oroeasy「口肌健」
- 服務提供者：香港中文大學



使用方法

打開「口肌健」程式後，選取受訓者。



然後，輸入「受訓者編號」及「密碼」登入或以訪客身份登入。

從列表中選擇訓練組合，按「進入」閱覽訓練內容。



進入後，訓練的基本資料會列在最上的表格內
資料包括：訓練時間、進度及簡介等。



使用方法

然後，把版面滑動至下方，查看各訓練動作的步驟。
如有需要，可按「預覽動作」來預覽影片。

閉合嘴唇 (ID: 401)

動作時間 10 s 休息時間 5 s 重複次數 4

影片角度 45° 示範者 男性成人

動作類別 嘴唇 工具 無

步驟

1. 用力合上嘴唇及維持

預覽動作

閉合嘴唇及鬥力 (ID: 402)

動作時間 10 s 休息時間 5 s 重複次數 4

完成預覽後，請回到最上的表格，
按「開始」進入訓練。

訓練組合內容

強化嘴唇

所需時間 3 分鐘 訓練動作數目 3

動作類別 嘴唇

簡介

1. 強化嘴唇肌肉

開始

閉合嘴唇 (ID: 401)

請跟從示範影片進行訓練。
綠色進度條：進行運動
紅色進度條：休息

閉合嘴唇 (ID: 401)

社創基金

社會創新及創業發展基金(社創基金)為香港的社會創新發揮催化劑的功用，致力促進商界、非政府機構、學術界及慈善機構與公眾合作，以創新的方案解決貧窮和社會孤立問題，締造社會效益。基金主要經由協創機構，為有抱負的個別人士或團體提供資源進行研究、能力提升，和支持不同階段的創新項目，包括扶助新意念醞釀、提供實踐種子資金，以至協助他們擴大營運規模。社創基金希望促進生態系統發展，令社會創業家茁壯成長，創新意念、產品及服務能有效應對社會需要，而有能者則得以發揮所長。社創基金由獎券基金撥款五億元成立，由扶貧委員會之下一個專責小組監督其運作。更多有關基金資料如下：

網頁	www.sie.gov.hk
Facebook專頁	www.facebook.com/sie.fund
YouTube	www.youtube.com/siefund
手機應用程式	www.sie.gov.hk/app
查詢電話	(852)2165 7295
電郵	siefund@eu.gov.hk
社創基金通訊	www.sie.gov.hk/tc/subscription.page

聯絡資料

香港中文大學耳鼻咽喉—頭頸外科學系言語治療科

電郵地址：speechtherapy@ent.cuhk.edu.hk

聯絡電話：+852 3943 9609