

# 國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類運動醫學 來源 民生報 日期 760620 版面 二版

# 來參加的，就要最好的！

## 國際奧會強調選手素質，要愈來愈高。這種潮流的改變，值得國人注意。

【本報特稿】加拿大卡格利冬季奧運報名已截止，有五十一國提出申請，創下了冬運會新紀錄，但國際奧會對這項新紀錄，並沒有顯得高興，反而擔心太多選手參加，把奧運會品質降低了。

國際奧會現在已發出調查函，要求其中報名參加的六個國家——菲律賓、

泰國、關島、瓜地馬拉、葡萄牙、馬爾他，提出其選手的參賽能力。

最近幾年，國際奧會大舉開放職業運動員加入奧運競賽行列，多少也有這種目的，整個奧運來說，已不再顧及運動普遍發展性，而在強調選手素質愈來愈高。

這種潮流趨勢的改變，應給國內體育界一個觀念，對選手必須要求最好的，最近全國體協為明年奧運會組團時，能達到參加的目的。

大家心裡也都明白，以這種成績，想在奧運會有表現，簡直有如天方夜譚，但大家站在鼓勵的立場，也只有睜一隻眼，閉一隻眼，讓這些標準通過。

中華體協對十三項重點項目，將射箭、舉重、跆拳道、桌球、射擊、棒球、列世界級水準項目，但真的有爭冠的實力嗎？除了

觀標準成績的協會，提出最低標準，幾乎所有協會，都儘量壓低成績，以讓選手在明年六月初，中華奧會組團時，能達到參加的目的。

大家心裡也都明白，以這種成績，想在奧運會有表現，簡直有如天方夜譚，但大家站在鼓勵的立場，也只有睜一隻眼，閉一隻眼，讓這些標準通過。

中華體協對十三項重點項目，將射箭、舉重、跆拳道、桌球、射擊、棒球、列世界級水準項目，但真的有爭冠的實力嗎？除了

棒球，恐怕沒有人敢拍胸脯說這話。

全國體協現在已進入精選第二階段，我們像樣的選手已很明顯了，在距離奧運只剩下十四個月，必須挑出這些選手全力培植，不要在乎選手太少。

## 為運動醫學集思廣益

原定參加本報舉辦的「運動醫學座談會」，卻因故不克出席的馬借黃俊雄醫師、台大賴金鑫醫師，在訪談中對醫界與體育界的結合，提出了他們的看法：

### 還是要大家合作！

### 正規培育運動傷害防護員

●賴金鑫(台大復健科副教授)

我認為運動醫學界可以在三方面協助體育界：一、醫療服務方面——學有專長的醫師，在醫院或診所廣開運動傷害門診，給運動員就醫的方便。這方面，台大醫院已經有十年經驗。

二、研究方面——希望具有運動生理學、運動力學、運動心理學……等專長的專家，能夠實際上參與運動員的培訓，以所長發掘具有潛力的人才，評估訓練效果，改善運動技巧。我在這方面一直很有興趣，目前也在進行中。

三、教學方面——具運動醫學專長的醫師，能在醫學院及體育科系開設有關於運動醫學的課程，直接造福大學部的學生。對已經畢業的學生，可以短期的講習會，讓他們再教育。我在台大醫學系已開有課程，過去在文大體育系也教過，但因為時間不允許沒有繼續。以上三點是目前正在做的，至於未來，希望能有更長遠的做法，如運動醫學能單獨成為專科，由醫學院、醫院內中的住院醫師來培養；在體育科系設置運

動傷害防護員組，以大學的正規教育來培養運動傷害防護員。

不論怎麼做，最重要的一點，還是要大家攜手合作，骨科醫師、復健醫師、運動傷害防護員、精神科醫師……舉凡與運動傷害的預防與治療有關的人員，如果能夠凝聚大家的力量，將可以造福更多的人。(本報記者 呂美姬整理)

### 醫生不是神仙！

### 應培養正確求醫觀念

●黃俊雄(馬借醫院骨科主任)

運動傷害並不可見得只會發生在運動選手身上，一般人在從事健身運動，甚至做些日常活動(比如提箱子、爬樓梯)時，都有可能受傷。

而運動傷害又多發生在人體的韌帶、肌肉、軟骨等部位，一般的X光較難照得破壞情形，因此很容易被忽略，而延誤就醫最佳時機。

基於這些因素，在考量運動傷害治療網的建設時，我們必須顧及其涵蓋面和醫師對運動傷害的認識。由於目前國內運動醫學的專業醫師寥寥可數，而訓練這方面的人材又非一蹴即成，短期內要想解決供需

無法平衡的問題，我想，利用衛生署所將建立的醫療網，是個可以救急，並且可以此為出發點，廣泛培育運動醫學專業人材的途徑。

衛生署計畫成立的醫療網，構想是由「家庭醫生」把守第一線，任何人有了病痛，先找他們診治，小病就地解決，大病再依嚴重程度，分級送至設備好的醫院或設備更精良、醫師人手更充裕的大醫院。

這個醫療網預定三年後完成。目前衛生署將給予第一線醫師訓練，如果他們的訓練課程也加強運動醫學，那麼他們也就能成為運動傷害治療網的第一線醫生，傷害輕者，直接由他們處理，傷害重者，也可經由他們的急救，防止傷勢惡化，並爭取治療時效，再由更專業的運動醫學醫師進行診治。

這個做法還有個好處是，運動傷害患者不必都擠進少數幾所大醫院，減免這些醫院的負荷。事實上，成立醫療網的用意，也就是希望大眾「小病小看、大病大看」，否則大醫院為照顧滿堂患感冒或扭了腳踝的病人，無法以全力治療穿孔或嚴重骨折的病患，對人力、設備等醫療資源而言，可以說是種浪費。

此外，運動傷害的治療，若能由點擴大成面，也能引導大眾對運動傷害產生較正確的認知——受傷後，不要亂投醫；罹病期須遵照醫師的診斷，該休息就休息，該進行何種復健運動就如何復健運動。

處理運動傷害病例多年，我最大的感觸是，許多受傷者把醫生當做神仙，隨手一點，傷者就應可立即復原，這種期望尤其常發生在競賽級運動選手身上，而事實上，療傷不是換汽車零件，可以三下兩下就完成的。多位同業已不斷呼籲大眾培養正確的求醫觀念，這裡我希望能做再次提醒：為了你的健康、運動生命甚至生命，受了傷，一定要有耐心的等待復原。(本報記者劉廷青整理)

