

國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 醫 療 保 健 來源 民生報 日期 790804 版面 五版

防護員 (TRAINER) ——球員的保姆

●美國職棒名將萊恩，43歲仍能在球場投出個人第300場勝利；「東方特快車」郭泰源卻因臂傷困擾了好幾年，花數倍功夫才彌補過來，兩人都是頂尖好手，卻因早年接受照料的程度不同，影響了超越巔峯的能力和年限。

運動傷害防護員的重要性在此。

「Trainer」在歐美體壇已成為「安全感」的代名詞，尤其對職棒球員，練習及賽後放鬆性按摩、賽前體能調節、當場受傷立即處理、重量訓練分寸、肌肉鍛鍊狀況，

完全倚賴「Trainer」，因此每一隊的「Trainer」人數，少則2名多至5、6名，變成球隊巡迴各地比賽的「正規幹部」，某些明星球員甚至在簽約時要求擁有自己的專屬「Trainer」，以求減少受傷率。

「Trainer」在台灣被翻譯成運動傷害防護員，很容易與運動醫生混淆，實際上他的存在乃以「防護」為主，即使有醫療行為也屬急救性質。

由於棒球是種衝撞性強又極耗費體能的運動，運動傷害防護員的地位就更形重要。投手手臂和手肘經常性保養及打擊者腰、肩、腿肌的防護，不僅在比賽過後，平常每一次練習前後，都要靠防護員來維持正常。

防護員更重要的工作為，鑑定並提醒不幸受傷的球員，

何時才算傷癒，應以何種方式來從事復健運動，由於他必須完全掌握球員個別的體能狀況，並協助教練為球員設計恢復體能及加強體能的訓練計畫，他因此也成為教練用兵時必須倚賴的消息來源之一。

國內棒球隊因為沒有運動傷害防護人員，像早年的陳智源、許金木、許正宗等好投手，提前結束運動生涯的例子比比皆是，希望職棒賽的興起，能帶動良性循環，及早讓運動傷害防護員成為我國棒運的保姆。

中華職棒聯盟
運動傷害醫療統計報告

	貼紫	現傷場處	傷口處理	按(含舊創)摩	治療	總計
兄弟	26	27	11	23	70	157
統一	111	18	12	16	76	233
三商	98	33	15	19	94	259
味全	101	30	15	16	95	257
合計	336	108	53	74	335	906

(1-90場，台北、台中、台南、高雄、新竹現場承接案件)

