

國立臺灣體育大學圖書館剪輯資料

分類 游泳

來源 蘋果日報

日期 99.09.26 版面 D 五版

聽奧國手站台 鼓勵游出自我

報你知

類風濕性關節炎
輕者微疼重者殘

類風濕性關節炎是發炎性關節炎中最常見病症，起因於自體免疫異常所引起，病況輕微時只感到局部關節僵硬疼痛，嚴重時會引起全身關節腫痛及損壞，甚至造成殘障，估計影響全世界人口的1%，台灣大約0.4%，也就是全台約有10萬名類風濕性關節炎患者。

類風濕性關節炎最常出現於40至60歲女性，男、女比率約為1比3，最常發作的部位是腕指間關節和腕關節等，發作時會有多處關節同時發炎。



關節炎免驚

【詹健全／台北報導】近百名類風濕性關節炎病友，昨在台北成德運動中心泳池所舉行的第二屆水上運動會，用游泳來展現克服關節炎病痛後，獲得重生的生命力，聽障國手曾紓寧(小圖右)特別到場力挺毅力異於常人的泳將。

國手PK病友

全台近百名類風濕性病友昨齊聚這項特殊的水上運動會，現場除了有聽障國手曾紓寧PK，還舉辦男、女子蛙式及自由式競賽等，曾紓寧以過來人的心情說：「游泳帶給我不一樣的人生，我希望能鼓勵

他們一起跨出第一步！」

醫師袍換泳褲

台北榮總過敏免疫風濕科主任林孝義(小圖左)，昨也脫下醫師白袍，換上泳褲力挺病友，他頗有感觸地說：「全台約有10萬名類風濕性關節炎患者，大多數因關節的腫脹、變形而懼怕穿上泳衣，甚至不敢跨進泳池。類風濕性病友最好每周3到4次到溫水池中游泳或行走，水的浮力可以降低關節的負重，水的阻力更可強化肌耐力，才能避免關節或骨頭的變形，是關節炎病患最好的復健運動。」



關節炎病友不屈服病痛，在水上趣味競賽中奮勇前進。

郭運復攝

