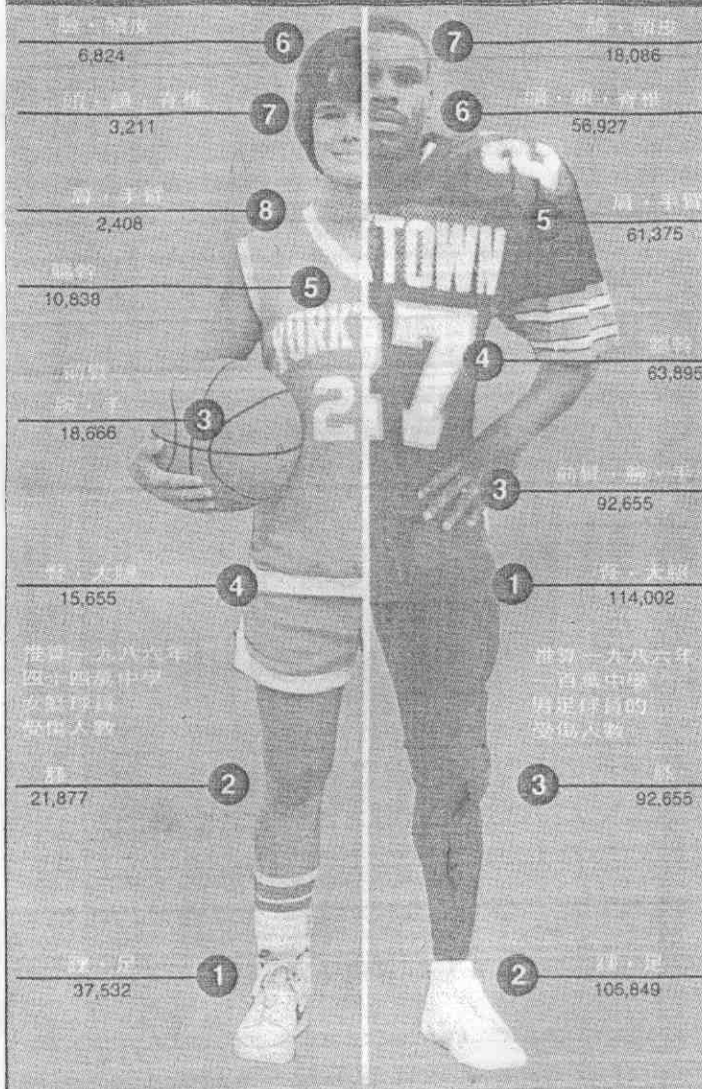


國立台灣體育學院圖書館剪輯資料

分類 醫療保健 來源 民生報 日期 761001 版面 三版

籃球與美式足球的受傷人數



我們的體育名將因膝蓋脫臼、足踝扭傷或肌腱斷裂，而被擔架抬出運動場，已成為職業運動常見的現象。的確，運動員受傷和他們的傑出表現與勝利時刻，同樣受到新聞媒體的注意。但如果是我們的孩子，因受傷而退出運動場，那又是另一回事了。這類事件越來越層出不窮，上個月，就有三個男孩，在練習足球之後死亡。

近年來，兒童參加體育活動而受傷的事件，急速增加。雖然沒有人確知，全國每年在各種運動中，共有多少兒童受傷，有一些令人困擾的統計數字，已開始出現。據估計，所有的運動傷害中，約有三分之一發生在五歲到十四歲之間的兒童身上。去年參加中學足球活動的大約一百萬男童中，有百分之三十七，或三十七萬人曾受傷，而必須停止打球至少數天，其中有很多人必須休息更久的時間，這是根據全國(美國)運動訓練員協會對一百零五所中學的六千五百四十四名球員進行研究後，所作的推算。在這些球員中，有大约一萬四千四百人所受的傷，需要動手術，大多數傷害部位是在膝部。

但真正令多數父母憂心忡忡的是美式足球。就在上月足球季剛開始不久，就有三名少年相繼在數天之內，於練球時倒地死亡。他們可能本來健康就有問題，使他們易於在身體受到壓力時死亡。不管他們三人是不是有健康問題，權威人士強調，在允許孩子參加任何運動之前，接受全身健康檢查，是絕對必要的。但目前有很多人都沒有做到這一點。除了這三人以外，還有另外一名男孩，自一場比賽中昏倒以來，至今仍在昏迷之中。他曾接受四小時的手術以減輕腦部腫脹的情形。傷害發生在搶球的時候。

儘管最近發生多次死亡事件，美式足球場上的死亡事件實際上已下降。從一九七零年到七六年，每年平均有二十三人死亡，但是在在一九七零年到八六年間，此一數目已下降到每年平均十二人。難癒性的傷害也同樣減少，從一九七零年的三十四人，降到一九八四年的五人，和一九八五年的九人。安全紀錄改進的理由是：頭盔和裝備改良，以及新規則禁止某種搶球動作，尤其是以頭碰撞的毆打。

雖然如此，運動傷害事件的全面增加，已使這類事件成為法院常見的訟案。過去五年中，對學校、娛樂活動主辦機構、教練和運動器材商提出的訴訟案件，

運動傷害 知多些



十四歲的卡拉佛玲練習倒立。她的脊椎骨已經裂傷，穿著背套可保護她的脊椎，以免進一步受傷。

大量增加，產生一種可稱之為青少年運動責任危機的情況。承辦運動傷害訴訟案件的亞利桑那州鳳凰城律師鮑爾說：「在發生癱瘓或死亡的案例中，法院有些判決的賠償金額在一千萬到一千五百萬美元之間，而有很多學校和球隊只保三百萬美元。有些甚至完全沒有保險。」事實上，保險公司愈來愈不願承保這類意外險。運動器材商則紛紛改行。例如，製造足球頭盔的公司，已從十年前的十二家左右，減到今天的四家。這使得顧客開支增加，因為一頂九十美元的頭盔，其中有四十美元是責任保險費。打官司的結果是，有些學校和青少年運動協會已開始退出危險性最高的運動，諸如曲棍球、足球、角力和籃球。

為什麼傷害總數不斷升高？運動醫學專家說，主要是由於競爭氣氛愈來愈濃。波士頓兒童醫院醫療中心運動醫學科主任米謝利(Lyle Micheli)博士說：「練習的時間加長，訓練更嚴格，全力的壓力增加。」今天的孩子更容易受傷，因為他們的整體健康情況不佳。謝米利說：「他們不像我們那輩子的孩子那麼強壯健康。許多研究都顯示出這一點。他們的生活更舒適，他們的身體也更軟弱。讓這些孩子投入競爭性的運動，受傷似乎是理所當然的事。」

太甚重單一單項運動的突出表現，而讓孩子每天接受好幾個鐘頭的訓練，也是個問題。讓十六歲的孩子，每週跑二十五哩以上，或體操手每天練習倒翻筋斗五十次，無異於自找麻煩，這會造成專家所謂的過度使用或過度訓練傷害。這類傷害造成的痛苦，不亞於在美式足球或其他團體接觸性運動，因碰撞造成的傷害，但是後果卻不相同，這類傷害有時是永久性的。它們包括骨裂、背部扭傷、肌腱炎、肩部點液囊炎、軟骨斷裂和各種膝部扭傷。十四歲的卡拉佛玲，可以代表今天美國典型愛好運動青年的遭遇。住在麻州夏隆的卡拉，從七歲開始就接受體操訓練。現在她是一支業餘體操隊的隊員，常常到各處旅行參加比賽。她每週接受二十至二十五小時的訓練，一年到頭從未中斷。去年，她雙膝的軟骨斷裂，需要動手術。兩週後，她又回到體操館。數週前，她開始有背痛現象，追究原因，是她的脊椎骨已因壓力而挫傷。現在，她在練習體操時穿著背套，練習的時間也減少了。(上)

(取材自一九八七年十月五日號美國新聞與世界報導)