

「舉重」若輕～ 郭婞淳勇破世界紀錄

◎高雄長庚骨科系系主任 周文毅



台灣舉重女將郭婞淳在 2017 年臺北世大運大放異彩，參加 58 公斤級賽事，不但以抓舉 107 公斤、挺舉 142 公斤及總和 249 公斤三破大會紀錄勇奪金牌，挺舉 142 公斤更一舉打破高懸 10 年的世界紀錄，她重重放下槓鈴的瞬間，眼淚奪眶而出，她為了挑戰這個目標，曾經重傷、曾經失敗，如今終於完成夢想，關鍵就在於長庚醫療體系的無微不至，讓她無後顧之憂。

郭婞淳的舉重生涯在 2013 年曾達到一波高峰，她橫掃亞錦賽、世大運、東亞運與世錦賽等 4 座冠軍，並且在接下來的 2014 年獲得十大傑出青年的殊榮，可謂處在狀況與聲望的高峰。

而就在積極備戰 2014 年仁川亞運之時，卻於當年 5 月 12 日訓練挑戰挺舉世界紀錄的時候，右大腿不慎遭槓鈴砸傷，右大腿立即腫脹並且完全無法動彈，當時立刻被送到高雄長庚急診室進行診治。經過詳細檢查，確診為右大腿股外側肌大範圍嚴重撕裂傷，初步預估最少要 3 個月方能恢復到能進行訓練。然而當時距離即將舉行的亞運已經不到 4 個月，這對聲勢如日中天以及原本要在亞運奪取金牌的選手而言，這樣的打

擊不可謂不大。當時她訓練時要挑戰的挺舉重量，正是世界紀錄 141 公斤。要參加亞運的可能性是微乎其微，時間不站在我們這邊，好似命運之神站在對面送上一個嘲弄的微笑，看著我們如何應對。

此時唯有將所有可能的方法通通運用上去，不計代價，方能前進仁川舉重台！當時婞淳的身份，除了是國家訓練中心的選手外，同時也是長庚運動照護計畫所認養的選手。在長庚醫療體系計畫支持下，運動防護員每日皆在床邊陪



▲運動防護員陪著婞淳進行訓練。

著她進行著雙上肢以及左下肢的訓練，以避免健康肢體的機能退步，同時也由防護員照顧她的生活起居。而對於受傷的右下肢，除了常規的保護性護具使用、消炎藥物和物理治療外，同時每日給予積極的高壓氧治療，以加速受損的肌肉細胞恢復。另外，期間也曾北上台北長庚，與楊定一博士進行心靈支持療程。

就在長庚運動醫療團隊盡心盡力與選手教練積極配合下，她在傷後 2 個月就進入復健訓練的階段，之後奇蹟似的重返仁川亞運的舉重台，並獲得第 4 名的佳績，重點是在無傷無痛的情形下，安然完賽。

之後比賽猶如倒吃甘蔗似的衝上高峰，2015 年世界舉重錦標賽銅牌，2016 年亞洲舉重錦標賽金牌與里約奧運銅牌，2017 年台北世界大學運動會以三破大會紀錄（破了先前婁淳自己創下的記錄），為台灣取得第一面舉重金牌，並以挺舉 142 公斤破了高懸 10 年的 141 公斤世界紀錄，更重要的是，那是一個讓她受重傷的重量印痕！這不只是紀錄新生，也是浴火鳳凰的重生高飛。

專業的「長庚運動醫學團隊與運動醫學照顧計畫」，適時提供婁淳的一切需要，不只是傷勢的專業治療與復健，更重要的是「安心感」。「就像

在醫院朗朗上口的『以病人為中心』，我們的運醫團隊是建立以『運動員為中心的整合照護模式』，給選手一個比賽訓練無後顧之憂的家。」有了這個醫療團隊當靠山，讓婁淳能從低潮中奮起，正因為無後顧之憂的全力支援，她才能一次次突破自己，持續向目標邁進，才終於在故鄉的土地上，精彩完成她追逐已久的目標，這破世界紀錄的成就，不只象徵她擊敗心魔，更再度讓世界看見台灣。✿



▲ 2017 世大運舉重金牌郭婁淳（左）與周文毅主任（右）合影。