

2021 長庚運動醫學第二屆年度學術研討會

◎高雄長庚骨科部主治醫師 周文毅

焦點話題

近年我國選手在國際體壇屢創佳績，表現讓全民熱血沸騰，突顯運動醫學照護的重要性。長庚運動醫學團隊連續 8 年提供整合性醫療照護，照護的選手在今年東京奧運更勇摘 1 金、3 銀、2 銅佳績。長庚醫院 2021 年 11 月 27 日舉辦第二屆運動醫學年度學術研討會，包括李智凱、譚雅婷、陳念琴、林郁婷、王羿達等 5 位東奧選手代表特別到場，並在印有他們個人奮戰的裱框照片上簽名，贈送給長庚紀念醫院王瑞慧董事長表達最大感謝。

長庚紀念醫院王瑞慧董事長自 2014 年推動「長庚運動醫學公益計畫」，不再採用以往企業的商业贊助模式而改以提供選手醫療資源，除傷病時之醫療照顧外，更提供年度健康檢查、出國參賽的獎助金贊助，讓選手可以無後顧之憂，盡全力去追逐夢想，為國爭光。研討會當天王瑞慧董事長親自出席，顯見她對公益計畫回饋社會的重視。高雄市史哲副市長、高雄市運動發展局侯尊堯局長、體發會副召集人余政憲、國體大邱炳坤校長、國訓中心李文彬執行長等人也應邀參與盛會。

長庚運動醫學照護的選手在近年國際大型賽事表現傑出，包括東奧羽球男子雙打金牌王齊麟、羽球女子單打銀牌戴資穎、體操男子鞍馬銀牌李智凱、射箭男子團體銀牌魏均珩、桌球男女混雙銅牌鄭怡靜與林昀儒、空手道女子 55 公斤量級銅牌文姿云，以及表現不俗的譚雅婷、陳念琴、林郁婷、王羿達等人。

李智凱表示，自 2016 年里約奧運後，在國訓中心及長庚運醫團隊的協助下，身體的狀況持續維持在備戰狀態，一旦有狀況，醫療團隊就會早期介入幫助他提早恢復，讓他可以在最佳狀態下面對挑戰，順利於 2018 年亞運摘金及本次東奧獲得銀牌佳績。他強調，最放心的就是跟長庚合作讓他沒有任何後顧之憂，遇到任何問題都可以馬上得到幫忙與處理。對他來說，與長庚醫師不只是單純醫師與選手的關係，更像一個心靈夥伴，隨時都能給他力量。而其他選手也分享了長庚運醫團隊對自己的醫療幫助，並表達感謝。

長庚決策委員會程文俊主委指出，長庚醫院在王瑞慧董事長的支持下，結

合 13 個專科，上百位醫師、藥師、營養師、心理師等專業人員組成運動醫學團隊，從運動醫學、運動防護、運動營養、運動禁藥、運動心理與運動研究等專業知能，提供全方位「醫療端」照護。同時首創「防護端」，聘任運動防護師提供運動員貼身的運動醫療防護，配合運動員賽程及訓練，照顧選手身心健康，隨時與國內醫療團隊聯繫，追查完整傷病史做出最正確的運動防護。

長庚運醫團隊近年更向下扎根，每月前往校園舉辦講座，提供常見運動傷害、基本防護、運動營養、運動心理、運動禁藥等共通性知識，同時針對各學校運動員進行運動傷害初階評估，了解各學校運動員身體現狀及防護需求，進一步提供所需協助，也發掘許多年輕的潛力選手，至 2021 年累計照護 105 位個人選手、70 支隊伍、33 所國高中校隊，合計共 3,352 人，涵蓋 34 個競技

項目，共投入金額近 3 億元，為培育下一代頂尖選手而努力。

為能提供運動員更精進的醫療品質與照護，長庚運動醫學團隊與時俱進，不斷自我學習，定時集結團隊專家學者進行研究與臨床的深度探討，繼 2020 年 11 月 28 日舉辦首屆學術研討會廣受好評後，本屆更邀請兩位國外專家視訊演講，讓長庚運醫接軌國際，同時也讓國內專家學者藉此會議提出新穎或持續的研究成果。例如：高雄長庚運動醫學中心引進獨特初動負荷訓練系統，訓練過肩運動員之特殊肌群；林口長庚復健科鄭惟仁醫師為照護的學生運動選手進行 RED-S 篩檢診斷；高雄長庚林家如心理師談心理與科技化的心理技能訓練、林口長庚洪子鈞心理師談心理健康與壓力放鬆；高雄長庚黃鈴惠營養師談台灣校園運動員營養狀態等主題。✦



▲東奧選手代表贈送簽名裱框照給王瑞慧董事長表達最大感謝