

長庚醫療財團法人

推動運動醫學整合照護公益計畫 成果耀眼

文 / 林瀛洲



▲體育推手表揚典禮由吳副總統頒獎，長庚醫療財團法人董事會王清貞董事代表領獎。(圖 / 長庚體系運動醫學團隊提供)

長庚醫療財團法人創院 40 年，建立了 7 個院區、5 個附屬機構、2 家委託經營醫院及 1 家策略聯盟醫院，秉持王創辦人「取之社會、用之社會」的理念，落實人本濟世。從醫療照護到社會公益，無不兢兢業業努力精進，整合資源回饋社會，2014 年推動的「運動醫學整合照護」公益計畫，所投注之資源與規模更是國內首見，2015 年榮獲體育署頒贈體育推手獎一贊助類金質獎肯定。

長庚醫療財團法人長期在健康促進、扶助弱勢和推廣公益理念三方面，持續付出關注，由各院區社服單位用心規劃，整合資源落實執行。例如：每年舉辦永慶盃路跑推動全民運動風氣、提供醫療補助協助經濟弱勢病人就醫、免費替保護管束青少年及更生人去除刺青、聘僱口足畫家協助其安定生活、成立視障者按摩

小站穩定其就業、獨居長者關懷服務、推動社區健康營造、國際醫療援助越南與多明尼加等國、宣導器官捐贈觀念、組織國際志工團赴國外貧窮落後地區服務…等，不勝枚舉。

此外，也為愛護地球盡一己之力，例如在各院區擴大植栽綠化與美化環境、推行節能減碳、新建與整建工程依綠建築標準建造。林口長庚紀念醫院的質子治療中心即取得美國 LEED-HC 白金級綠建築標章及我國最高等級鑽石級綠建築標章。

跨院區整合資源

長庚醫療財團法人經過 40 年的發展，在繼續精進醫療專業的同時，也深知維持國人的健康是根本要務，並體察國內運動選手渴望醫療照護，因此決定推動「運動醫學整合照護」公益大型計畫，整合各個院區的復健科、骨科、精神科、神經外科、婦產科、心臟內科、放射診斷科、一般內科、家醫科、中醫科和營養科等 11 個專科的資源，提供醫療與健康照護，並且聘請運動防護師，提供運動選手專業的醫療防護，以減少運動傷害。

長庚運動醫學整合照護公益計畫目前共照護 35 位個人項目運動選手以及 4 個運動團隊，照護範圍涵蓋了網球、羽球、桌球、足球、高



▲左起為羽球選手李佳馨、體育署李昱叡科長、網球選手盧彥勳、長庚運動醫學團隊總召集人林瀛洲醫師、林口長庚紀念醫院翁文能院長、景美女中拔河隊代表，參加長庚運動醫學團隊舉辦之記者會。(圖/長庚體系運動醫學團隊提供)

爾夫、跆拳道、空手道、柔道、舉重、射箭、田徑、鐵人三項、拔河與身障健力等 14 個運動項目。除了補助選手出國參賽經費及每年健康檢查之外，更派遣專業的運動防護師陪同選手征戰世界各地，不僅在競賽現場照顧選手的身體狀況，還能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。

支援大型國際賽事 成果耀眼

特別是奧運、亞運、世大運等國際重要賽事，長庚皆派遣優秀的運動醫學醫師及防護師隨隊照顧運動選手健康，在 2014 年仁川亞運派遣 2 位醫師及 4 位防護師，2015 年光州世大運出動 4 位醫師及 6 位防護師隨行照顧選手，做為選手們爭金奪銀最堅強的後盾。尤其光州世大運期間碰上「中東呼吸症候群冠狀病毒感染症 (MERS-CoV)」，長庚更加派感染科醫師同行，隨時為選手們的健康把關。總計長庚計畫照護的選手在這兩大國際賽事分別取得了 3 金 2 銀 4 銅及 1 金 10 銀 8 銅的佳績，令人深感驕傲與欣慰。



▲長庚運動防護師 (左) 協助網球選手盧彥勳 (右) 處理運動傷害問題。(圖/長庚體系運動醫學團隊提供)

自長庚運動醫學整合照護公益計畫推動以來，已協助運動選手訓練或出賽共 3,853 工作日，幫助選手取得 94 金、56 銀和 38 銅之佳績，其中許多運動選手參加本計畫後，更創造生涯最佳成績。尤其是受計畫補助的 24 位單項運動選手和 3 個團體隊伍在仁川亞運中，贏得舉重、網球等 3 面金牌，備受矚目。

深耕基層 向下扎根

為能將正確的運動醫學觀念於基層生根，長庚運動醫學團隊每年以一個單項運動為主題，與體育署合辦「運動傷害防護研習會」，2014 年至 2016 年之主題分別為棒球、籃球和羽球運動，希望藉由探討各專項運動訓練之醫學學理，瞭解國內外發展趨勢，協助解決運動生理與體能相關實務問題，並透過研習會的方式，將正確的運動醫學觀念深植於運動教練及運動防護員，減少過度或不當訓練造成運動選手的傷害，以利提升競技運動水準，進而爭取更高榮譽。

同時，長庚運動醫學團隊也支援重點體

育院校運動醫學諮詢門診，服務 1,220 人次；在各體育院校辦理了 14 場校園運動傷害防護講座，傳授正確的運動傷害防護知識。

擴大照護計畫 成立特色運動中心

長庚的運動醫學整合公益照護計畫獲得各界一致好評，於 2015 年擴大規模，團隊專屬精英防護員由原先的 7 名增加至 12 名，照護的個人項目運動選手由 24 位增為 35 位，以及 4 個運動團隊。經費預算也從 2014 年的 2,500 萬大幅提高至 3,600 萬，以幫助更多國內的運動精英。

長庚運動醫學團隊除了照護計畫內運動選手之外，為了服務更多國家培育的優秀選手，每週會固定派遣醫師至左營國家運動訓練中心駐診，提供選手們最方便且即時的醫療照護。2015 年底，長庚醫療財團法人與國家運動訓練中心簽約繼續合作，長庚決策委員會主任委員李石增表示：「長庚運動醫學整合照護公益計畫每週安排 3 位醫師到國訓中心看診，2016 年除了醫師看診外，還擴大服務，讓國訓中心 300 多位選手在國內比賽時，可透過資訊科技即時聯繫長庚運動照護小組，尋求最專業醫療諮詢與建議。」

長庚運動醫學整合照護公益計畫有別於一般企業單純經費贊助，而是發揮醫療專業，為國內優秀選手提供整體專業的運動醫學照護，為強化運動醫學服務與研究，還將在各

院區，逐一成立特色運動中心。首先在高雄長庚成立「特色運動訓練中心」，自日本鳥取引進世界之翼 3D 訓練模式（BMLT 初動負荷訓練），搭配美國費雪訓練中心的場地訓練形式及最先進的動態分析儀器，再加上中西醫的尖端醫療，為運動選手營造出最先進的訓練及醫療環境，全方位協助選手，提升運動體能，創造佳績。



▲長庚醫療財團法人李石增主任委員與國家運動訓練中心邱炳坤執行長（右）簽署合作協定。（圖／長庚體系運動醫學團隊提供）

就像一個家 一個後盾

長庚照護計畫內的景美女中拔河隊選手們表示：「真的很謝謝長庚防護員，他幫我們很多。最開始我們甚麼都不懂，他們就從最基本的，例如什麼時候冰敷、什麼時候熱敷開始教我們。」

跆拳道選手莊佳佳也表示：「加入長庚計畫後，有專屬的防護師陪同訓練和比賽，對我幫助非常大。像 2015 年 5 月世錦賽期間，



▲跆拳道選手莊佳佳親自體驗 BMLT 器材；右為長庚運動醫學團隊副總召集人周文毅醫師在旁指導。(圖 / 長庚體系運動醫學團隊提供)

每天 2 至 3 次的辛苦訓練，不論訓練時間到多晚，防護師都會陪著我，甚至訓練後還要幫我伸展治療。除了照顧我的身體，在心情比較低落時，防護師也會給我一些比較正向的想法，所以在奪冠的當下，我立刻衝下場與教練及防護師擊掌與擁抱，我們都感動落淚。我的成功是由許多人的幫助所造就出來的，尤其特別感謝長庚團隊對我們選手無微不至的照顧。」

網球選手盧彥勳也表示：「因為回到臺灣的時間有限，以前常常都是要自己連絡找那位我信任的醫師時間有空檔，每次都在不同醫院穿梭，但現在我還沒回到臺灣，長庚就都已經幫我準備好了。這對我們來說，真的就像一個家，一個後盾，讓我們可以安心的全力拚戰。」

舉重好手郭婞淳表示：「3D 訓練器材可以多角度訓練到肌肉」。棒球投手潘威倫也指出：「選手都希望延長運動生命，減少受傷，這些器材能鍛鍊到小肌群，對表現很有幫助。」



▲舉重選手郭婞淳(左)、許淑淨(右)。(圖 / 長庚體系運動醫學團隊提供)

未來展望

長庚醫療財團法人出錢出力，協助國內運動員創造傑出的成績，選手們銘感在心，政府體育主管機關也十分肯定長庚的作法，邀請長庚主導 2015 年光州世大運中華代表隊之醫療工作。此外，即將於 8 月登場的 2016 年巴西里約奧運，長庚團隊除了協助中華代表團之防護工作外，更將自組工作團隊前往里約。長庚運動醫學整合照護公益計畫總召集人林瀛洲醫師，已先至當地實地考察，並關心茲卡病毒疫情，做好了萬全的準備，期待屆時中華健兒們能以最佳狀態，為國爭光。

長庚醫療財團法人發揮團隊精神，用專業與熱情協助運動員提升比賽表現，延長運動生命，已成為國內運動選手最強力的後盾，也同時藉此激勵國人關注運動，提升全民運動風氣，促進國民健康，為臺灣的運動與運動醫學創造更輝煌的明天。(本文作者為長庚體系運動醫學團隊總召集人)