

我国运动创伤康复的历史与展望

周谋望¹

运动创伤是临床骨科的主要组成部分,以骨骼肌肉的创伤最为常见,其中韧带、肌肉、肌腱、关节囊及软骨的损伤及其他慢性软组织的微小创伤占97%;骨折、关节脱位等约占3%^[1]。运动创伤在体育运动及日常生活经常发生。随着我国竞技体育水平的提高,以及全民体育运动的广泛开展,运动创伤越来越多见,由于运动创伤在临床处理和康复治疗方面均有其独到之处,为了保障广大民众的身体健康和延长运动员的运动寿命,运动创伤的康复变得越来越重要。

1 “医疗体育高级师资培训班”历史回顾

回顾我国运动医学及运动创伤康复的历史不得不提起1955年9月至1956年5月由卫生部委托北京医学院主办的“医疗体育高级师资培训班”。为在这里简要记录,笔者拜访了周士枋教授,高云秋、范振华、黄美光、陈庭仁、梁景钰、袁家齐等教授及相关科室提供了大量资料及照片。学习班主要由来自前苏联的Krasnocelski教授授课,来自全国的43名学员参加了这个培训班(见图1),他们是:曲绵域、高云秋、浦钧宗、姜淇远、杨章钧、张有为、范振华、秦于生、吴慧敏、陈绣君、卓大宏、周士枋、刘纪请、徐尚学、刘景祥、李洪滋、金基焕、彭俊周、杨树萱、彭述武、梁景钰、邢本敬、黄承孝、张万安、马文亮、李镇华、张榕溪、李乐天、高福华、乐兴祥、徐五音、周朗生、赵翱、张志钧、郭云赓、耿叔平、贾金章、谢企良、郭建生、陈庭仁、陈桂芳、王征英、陈淑慎。培训班内容包括:运动医务监督、运动营养学、运动创伤学和医疗体育(即运动疗法)。“医疗体育高级师资培训班”成为我国现代运动医学的启蒙班,为我国的运动医学及现代康复医学培养了急需的人才,培训班中的许多人都成为了我国运动医学及康复医学的奠基人,如曲绵域教授创立了北京大学运动医学研究所,成为我国运动医学的一面旗帜;周士枋教授创立了南京大学运动医学系及江苏省人民医院康复医学科;范振华教授创立了复旦大学华山医院运动医学及康复医学科;卓大宏教授创立了中山大学第一医院康复医学科;高云秋教授是北京大学第三医院康复医学科创始主任;陈庭仁教授1962年3月时任第七军医大学新桥医院理疗科主任。他们中的许多人还创办或参与创办了《中国运动医学杂志》、《中华理疗杂志》(后改名为《中华物理医学与康复杂志》)、《中国康复医学杂志》、《中国康复理论与实践》、《国外医学·物理医学与康复分册》、《疗养与康复》、《颈腰痛杂志》等,先后完成了医学百科全书中《运动医学》、《康复医学》分册和大百科全书《体育卷》中相关专业的编写和出版。极大地促进了我国运动医学及现代康复医学的发展及学术交流。他们还培养了大批我国运动医学及康复医学的人才,第一批开展运动医学硕士研究生培养的单位有北京医学院、南京医学院、上海第一医学院、中山医学院、安徽医学院等。曲绵域教授培养了第一个运动医学博士生。1992年6月在海南海口成立了“中国康复医学会运动疗法专业委员会”,第一届运动疗法专业委员



周谋望教授

DOI:10.3969/j.issn.1001-1242.2019.08.002

¹ 北京大学第三医院康复医学科,北京,100191

作者简介:周谋望,男,主任医师;收稿日期:2019-07-25

会由周士枋任主任委员,范振华、刘纪请、黄美光、周朗生任副主任委员,励建安任秘书。黄美光教授于1959年在前苏联列宁格勒军事医学科学院获得医学副博士,1987年创建了解放军总医院体疗康复科。运动疗法专业委员会是中国康复医学会各分支机构最为规范、学术交流活动最活跃的专业委员会之一,专委会定期改选换届至今已经到了第七届,共举办了十六次全国运动疗法大会,极大地促进了我国运动疗法在运动创伤康复及骨科康复的发展。运动疗法是现代康复治疗的核心手段,所以运动疗法的学术交流也推进了我国现代康复医学的发展。

图1 医疗体育高级师资培训班(1955年9月—1956年5月)结业合影



2 运动创伤康复的主要工作内容

从运动创伤康复针对的人群分类,运动创伤康复的主要对象是:①专业运动员;②广大民众。针对专业运动员,运动创伤康复的主要任务是研究运动创伤的预防、治疗、伤后或手术后的康复,目的是促进运动员重返赛场、延长他们的运动生涯。针对广大民众的主要任务是研究全民体育运动中运动创伤的特点、预防及康复,目的是促进其运动功能的恢复。根据临床治疗方法的不同,运动创伤康复的主要内容包括:①运动创伤非手术治疗的康复治疗;②运动创伤手术治疗的围手术期康复治疗。

专业运动员的主要工作就是运动训练及体育比赛,到运动场上挣金夺银,为国争光。要想在某一项专业运动中获得好成绩,甚至夺取金牌,就必定要挑战人类运动功能的极限,运动员平时的训练强度和训练难度非常大,所以专业运动员的一生往往伴有运动伤病。专业运动员的运动创伤康复,具有很强的专业性及难度,他们的功能需求往往大于一般老百姓。专业运动员运动创伤的治疗不只是局限于一般的临床治疗及手术,在临床治疗及手术后的康复治疗显得尤为重要,功能恢复不良,运动员的运动成绩就会下降,有的甚至会缩短运动寿命。随着我国运动医学以及运动创伤康复水平的不断提高,专业运动员运动创伤的临床治疗和康复都取得了很大进步,但是与国外先进水平还是存在一定的差距,这就导致有些运动员受伤后还是寻求出国治疗,这是一个当前不争的事实。从另一个方面说明我国的运动创伤临床及康复治疗的水平还有待提高。我们拥有世界第一的人口数量,专业运动员的人数也名列世界前茅。我们应该努力研究运动员运动创伤的预防、临床及康复治疗,进一步提高运动创伤康复的水平,这样才能解决我国运动员受伤后出国寻求治疗的现状。导致我国运动创伤康复治疗水平不够高的另一个原因是我们康复专业人才的缺乏,尤其是运动创伤及骨科围手术期康复专业人才的缺乏。加强运动创伤、骨科康复物理治疗师及作业治疗师的培养迫在眉睫。现有的康复专业人员要认真学习运动创伤的特点以及运动创伤康复治疗的专业技术,对于专项运动

员的运动创伤康复必须遵循“教练员、运动员和康复治疗专业人员三结合”的原则。这是我国运动医学之父曲绵域教授一辈子的经验总结,只有坚持这一原则,才能不断提高我国运动创伤康复治疗的水平,确保专业运动员能够重返赛场、为国争光。

运动创伤的手术治疗是常见的治疗,我国运动创伤的手术治疗与世界发达国家的水平相差不大,在发达地区手术技术的发展水平与国外相当,但是围手术期康复与世界先进国家尚有较大差距,影响了我国运动创伤治疗的最终水平。针对运动员的围手术期康复治疗是不可缺和的一部分,这样才能更快更好地恢复其功能,使他们尽快尽早重返赛场。要做好运动创伤的围手术期康复治疗,必须要实行“骨科康复一体化的工作模式”。2013—2016年我们完成了北京市科委重大项目“骨科常见疾病术后康复模式和临床路径研究”。该研究在北京市9家三级甲等医院进行,为前瞻性大样本临床实证研究。共纳入肘关节周围骨折术后、膝关节周围骨折和术后腰椎退行性疾病术后的患者2180例。研究证实:骨科术后一体化康复模式具有良好的可操作性 and 患者依从性,同无康复专业人员参与的康复方式相比在改善患者术后功能、提高生活质量等方面具有明显的优势^[2-3]。

3 我国运动创伤康复发展的前景

当前,我国体育运动不断发展,专业运动员的数量正在不断增长。随着2030健康中国战略的提出,广大人民群众对自身健康水平的要求进一步提高,他们对体育运动的热爱也越来越高涨,群众性的体育运动不断普及,遍布全国各大小城市的马拉松运动、长跑运动及健身运动的火热都说明了这一点。这是广大人民群众对美好生活的追求,对提高民族的身体素质及全民的运动水平无疑具有良好的作用。但是许多民众缺少在体育运动中预防创伤的专业知识,很多人存在盲目上大运动量、大运动强度项目的倾向,导致出现不必要的创伤,使得运动创伤的发病率明显增加。据保守估算,大概有20%参加体育运动的人会经历不同程度的运动伤病,意味着需要运动损伤相关的治疗和康复服务的人群极为庞大。运动创伤康复不再是仅仅针对运动员的治疗,广大民众运动创伤康复的需求迅猛增加。这给本来就缺乏专业人才的运动创伤康复事业带来了极大的挑战。另一方面,这个迅速增长的需求,也为我国运动创伤康复产业带来了一片良好的发展前景。有人估计目前我国运动康复市场达到了近500亿人民币左右的规模。2014年,国务院《关于加快发展体育产业促进体育消费的若干意见》指出:“要大力发展运动医学和康复医学,积极研发运动康复技术,鼓励社会资本开办康体、体质测定和运动康复等各类机构”^[4]。在我国经济发达地区,如北京、上海、广州等地都涌现了不少从事运动康复治疗的机构,说明有极大的市场需求。但是我国运动康复相关治疗机构的注册等规范化管理及质量控制还存在法律空缺,专业人才的培养不足,缺乏国际通用的治疗师注册管理法规,这些都给这个行业带来了不确定性。我们要以改革开放的态度大胆学习引进国外先进的运动康复理念、建立健全运动创伤康复医疗服务体系及康复治疗师认证制度,完善康复治疗师的培训体系,这样才能促进运动康复治疗的规范化、专业化发展,以满足广大人民群众日益增长的对体育运动的美好需求。对于专业运动员,运动创伤的康复治疗要制定专项康复目标,注重运动创伤的诊断、康复评定并由此制定康复计划、实施康复治疗。加大、加快运动创伤康复人才培养的力度,运动创伤治疗及康复的从业人员要学习运动员不断挑战人类运动极限、为国争光的精神,加强对专业运动员运动创伤及其康复的相关科学研究,不断提高运动创伤治疗及康复的技术水平,使我国的运动创伤治疗及康复水平加快达到进而超过世界水平。

参考文献

- [1] 曲绵域,于长隆,主编.实用运动医学[M].北京:北京大学医学出版社,2003. 527.
- [2] 李涛,周谋望,侯树勋,等.膝关节骨折患者康复模式的前瞻性多中心研究[J].中国骨与关节杂志,2016,5(3):199—203.
- [3] 李涛,周谋望,侯树勋,等.肘关节骨折患者康复模式的前瞻性多中心研究[J].中国骨与关节杂志,2016,5(4):199—204.
- [4] 《关于加快发展体育产业促进体育消费的若干意见》国发[2014]46号.