



李彦林, 男, 1969年6月生, 昆明医科大学第一附属医院运动医学科主任, 教授, 博士生导师, 中华医学会运动医疗分会第二届全国委员, 中国民族卫生协会全国骨科专家委员会常务委员, 云南省医学会运动医疗分会第一届主任委员, 中华医学会医疗鉴定专家库成员, 云南省医学会医疗事故技术鉴定第三届专家库成员, 云南省医师协会骨科医师分会第一届常委, 云南省医师协会疼痛医师分会第二届常委, 《The Journal of Arthroscopic and Related Surgery》编委, 《中国修复重建外科杂志》(北大版核心期刊)编委、《中国组织工程研究与临床康复》(北大版核心期刊)编委及云南省第十二届中青年学术技术带头人后备人才, 云南省运动医学学科带头人。

运动医学——新兴的朝阳学科

运动医学 (Sports medicine) 是医学与体育运动相结合的一门基础和临床多学科综合性应用医学学科, 研究和体育运动有关的医学问题, 包括参加运动训练和缺乏运动对健康和病人身体的影响, 防治运动伤病, 运动在疾病防治和康复中的作用等, 以促进生长发育, 增强体质, 提高运动能力和技术水平. 它与骨科、康复医学、运动学、材料科学、生物力学和内镜微创技术十分相关. 运动医学大致可分为4部分: (1) 运动医务监督. 研究人体对体育运动的适应能力和体育锻炼对机体的影响, 运用生理学、病理学、卫生学、临床医学等方面的知识对运动者的健康进行监督, 对其机能好坏进行医学评定, 指明什么是良好的运动训练状态, 解决运动性疾病的防治、运动员选材、运动与环境、运动员的自我监督以及体育运动竞赛的兴奋剂问题等; (2) 运动营养学. 主要研究各项运动员热量的消耗以及运动员的营养卫生等问题; (3) 运动创伤学. 研究运动创伤的发生规律、机理、防治措施以及伤后的训练安排等问题; (4) 医疗体育. 主要研究用医疗体操、气功等体育手段防治疾病的适应症、作用原理和体育疗法, 特别是常见病的体育疗法. 目前, 运动医学着重研究如何最大限度地提高人的运动能力, 防治运动技术性伤病, 指导群众体育, 应用体育锻炼加速伤病后的功能恢复以及防治运动不足病和老年病等. 与广大人民群众息息相关的是“运动损伤”, 只要有“运动”就会有“运动

损伤”, 运动损伤主要累及四肢, 而这是传统骨科科学研究的范畴, 所以运动创伤学和骨科学联系紧密. 随着专业分工越来越细, 运动创伤学逐渐从创伤骨科学中分离, 成为了一门独立的学科, 目前国际上通用“骨科运动医学 (Orthopedic sports medicine)”这一名称, 骨科运动医学 (Orthopaedic sports medicine) 也称骨科运动创伤或运动创伤学 (Orthopaedic sports injury or sports traumatology), 是现代骨科学的一个重要分枝, 是继手外科、关节外科、脊柱外科后, 又一门发展迅速, 充满机会和挑战的专科, 在关节镜微创手术、腱病和骨骼肌损伤治疗、术后康复和非手术疗法方面取得了一系列的进展, 成果令人振奋, 观念更新的新兴学科.

骨科运动医学主要诊治与运动有关的骨与关节、肌肉、肌腱、韧带、软骨、滑膜等创伤, 这些也是普通老百姓的常见伤病, 如膝、肩、踝、肘、髌、腕等关节运动损伤和关节不稳, 包括半月板损伤、交叉韧带损伤、肌腱损伤与腱病、骨骼肌损伤、侧副韧带损伤、髌股关节损伤与不稳、软骨与骨软骨损伤、滑膜病变、肩袖损伤、肩关节不稳、关节盂唇损伤、肩峰撞击症、踝关节反复扭伤等, 运动创伤的治疗宗旨是以最小的创伤、达到最大的功能恢复和尽可能早的运动回归. 一名合格的骨科运动医学医生需要具备坚实的临床骨科基础, 同时具备运动医学、康复医学和生物力学知识, 以尽快恢复伤者运动能力为第一选择, 能够对创伤预后做

出正确判断,并在手术和非手术之间做出合理选择;合格的骨科运动创伤医生,首先必须是一名优秀的关节镜微创外科专家,关节镜微创技术是骨科运动医学的主要治疗手段,要正确掌握关节镜微创技术,成为一名合格的骨科运动创伤关节镜医生,同时也是腱病和骨骼肌损伤的治疗能手,熟悉体育运动,了解运动医学规律,能熟练选择和制订运动康复程序,对功能之上的治疗理念更加深切.关节镜作为骨科运动医学一个重要的诊断和治疗工具,已经形成了一门以关节镜为主要治疗手段,独特的临床技术学科,即关节镜微创外科(Arthroscopic micro invasive surgery),关节镜微创外科是一门临床微创技术,其最大优点是微创、治疗针对性强、疗效可靠,恢复快,是 21 世纪外科微创化的重要组成部分,关节镜技术日新月异,不断发展,得益于其相关理念、技术和器械的不断涌现.

运动医学是在医疗卫生和体育运动相结合的过程中发展起来的.在人类文明史的发展进程中,很早就出现了体育运动,从此也就产生了运动损伤,并出现了建立与发展运动医学的需要.因此,运动医学是一门与体育运动同步发展的、有着悠久历史的学科,我国是世界上最早用运动防治疾病的国家之一,运动医学的背景可以追溯到公元 3 000 年以前,中医经典著作《黄帝内经》中已提到导引术(呼吸体操)和按摩治病,同时也把它们用来防病健身,以延年益寿.从马王堆汉墓出土的导引图中,可见当时已有医疗体育,西汉晚期,中医外科鼻祖华佗编成“五禽戏”,用以锻炼身体,指出“若觉身体不适,则练五禽戏,见汗即止,便觉轻松,同时思食”.其后的“易筋经”、“八段锦”(体操)和太极拳、武术等在民间广为流传,有些方法经过发展完善而延续至今,并向世界各地推广,成为群众性体育活动和竞技运动项目.此外,传统的方法如:气功、按摩、太极拳等对增强体质和防治疾病起到良好的保健作用.随着人民生活和文化水平的提高,体育运动不再是少数人的专利,而成为全民的活动,成为不同年龄、不同职业、不同阶层的人们生活中不可缺少的组成部分,从而对运动医学提出了更高、更广的要求,加上各种现代化科学设备与技术的发展,例如计算机技术、内窥镜与微创外科概念和设备的广泛应用,促使运动医学在质和量上都出现了巨大的飞跃,形成了现代运动医学.

现代运动医学发源于西方国家,奥林匹克运动会的恢复、医学和运动生理学等的进步,促进

了运动医学的发展,1896 年,第一届现代奥林匹克运动会在希腊雅典的召开,为保证运动员安全参加比赛,就必须对运动员提供全面的医疗保障,运动与医学的结合就显得非常必要与紧迫.1928 年 2 月,瑞士圣莫里茨冬奥会期间,由时任冬奥会医学委员会主席 Wilhelm Knol 医生发起,来自 11 个国家的医生代表成立了国际运动医学协会(Association International Medico-Sportive, AIMS),以协调各国际单项体育组织与国际奥委会,为参加夏季与冬季奥运会的运动员提供医疗保障.1928 年 8 月,在荷兰阿姆斯特丹举行的第 9 届夏季奥运会期间,国际运动医学协会举办了第一届运动医学大会,至少有来自 20 多个国家,280 名医生代表参加了本次大会.1933 年,在意大利都灵召开了第二届国际运动医学大会.1934 年,在法国夏木尼召开的第三届国际运动医学大会期间,该协会更名为 Fédération Internationale de Médecine Sportive(国际运动医学联合会).1998 在国际奥委会医学部主任 Patrick Schamasch 的建议下,该组织名称修改为 Fédération Internationale de Médecine du Sport(英文名:International Federation of Sports Medicine, FIMS),并沿用至今,国际运动医学联合会宗旨和原则是:促进运动医学在世界范围内的发展;指导正确地进行体育活动;组织国际运动医学学术会议、展览会和培训班;促进与运动医学有关组织的联系;出版运动医学及相关领域科技资料.20 世纪 50 年代以来,运动医学发展较快,欧美一些国家建立了许多运动医学中心和运动医学研究所,不少大学也开展了运动医学的临床工作和科学研究,个别大学还开展了教学工作.中国运动医学是 20 世纪 50 年代发展起来的,从 1955 年起,全国各体育学院与医学院陆续建立起运动医学教研室.1958 年国家体委建立了体育科学研究所,所内设立运动医学研究室.1959 年 1 月在北京医科大学第三附属医院正式成立运动医学科,1959 年北京医学院建立了运动医学研究所,全国各地也相继成立了运动医学研究机构.1978 年中国运动医学会成立,并于 1980 年加入国际运动医学联合会.近年来,随着我国经济发展,“奥运争光计划”和“全民健身计划”的实施,中国的运动医学也正大步发展,在一些经济发达的大中城市、沿海城市、著名高校和医院相继建立了运动医学专业.为迎接 2008 年北京奥运会,促进竞技体育与群众体育的协调发展,协助推行“全民健身与奥运同行”运动以及全民健身与体育运动热潮的兴起,上海

复旦大学附属华山医院于1999年建立运动医学科,北京积水潭医院于2005年成立了运动医学中心,随后上海市第六人民医院、上海东方医院、中山大学附属第一医院、中南大学附属湘雅医院,安徽医科大学附一院、青岛大学附属医院、广州市红十字会医院、深圳市第二人民医院、佛山市第一人民医院等都先后建立了运动医学中心.中华医学会于2007年4月成立了中华医学会运动医疗分会,其宗旨是团结和组织医学界的力量,加快运动医学学科建设、教学、科学研究、人才培养的步伐,促进我国运动医学事业的全面繁荣与发展,为大众健身运动提供医疗与科技支撑.中国运动医学具有中西医结合的特色,受到国际体育界人士的重视.

随着北京第二十九届奥运会的圆满落幕,我国进入“后奥运”时代,人民群众的体育运动的热情日渐高涨,健身意识越来越强.2009年8月30日温家宝总理签署国务院第560号令,《全民健身条例》自10月1日起施行,进一步促进了全民健身运动的广泛开展,全民健身与体育运动的热潮已遍及大江南北,故而这个看似非常专业的运动医学,距离我们并不遥远,运动医学解决的不仅是运动员的问题,更包括广大民众在运动中所遇到的多种运动医学问题.近年来,随着我国经济的迅猛发展,我国人民越来越注重自身的运动机能,注重生活的质量.云南省的运动医学事业也取得了长足发展,全省各大医院相继成立了关节镜微创手术小组和运动创伤治疗组,如成都军区昆明总医院、昆明医科大学第一附属医院、第二附属医院、云南省第一人民医院、第二人民医院、第三人民医院、云南省中医医院、云南省运动创伤专科医院、昆明市第一人民医院、昆明市延安医院、昆明市中医医院、昆明海埂体

育训练基地运动医学诊所,地州医院有玉溪市第一人民医院、玉溪市中医院、大理州人民医院、大理学院附属医院、楚雄州人民医院、个旧市人民医院、曲靖市第二人民医院等.为顺应社会发展的需要,更好地为广大患者服务,造福于云南省内各族人民,就需要广大的医务工作者提高对运动创伤、运动保健水平,需要运动医学作为一门重要的保证人体运动机能的独立学科分离出来,昆明医科大学第一附属医院运动医学科经卫生厅批准成立并于2012年3月5日正式运营正是顺应了这一历史潮流的发展需要.云南省虽然位于中国西南边陲,但有4596万人口(2010年),人口排名为全国第12名.昆明市又是闻名全球的运动员高原训练基地之一,为不断顺应云南省社会发展的需要,进一步拓展运动医学专业发展的广度和深度,尽快赶上国内水平,更好地服务于云南人民,服务于云南的体育运动事业,造福于云南省各族人民,成立云南省医学会运动医疗分会是必要的,故云南省医学会于2012年8月7日通过成立云南省医学会运动医疗分会的申请报告.在国家及省内各级领导和运动医学界专家的大力支持下,经过九个月的精心筹划及四次筹备会议,遂于2013年5月3日选举产生了云南省医学会运动医疗分会第一届委员会,这标志着云南省运动医学已迈上了新台阶.云南省医学会运动医疗分会的成立,加强了同全国各省运动医学专家的联系,缩短了云南省运动医学和全国的差距缩短,从而带动了云南省运动医学快速发展,使云南省运动医学在促进交流合作、提高技术水平上有新的突破,极大促进了云南省运动医学水平的提高,大大推动云南运动医学事业的发展.

(2014-02-04 收稿)