

运动医学的未来趋势及发展空间思考

前言

随着人们丰富、多元、不规律的生活方式与习惯的普遍增加，人们参与体育锻炼和户外活动的的时间和次数越来越少，这也带来了诸多健康问题。早期的运动医学主要在竞技体育、学校体育领域长期发挥着重要作用。随着人们对运动医学的认识与实践的不断提高，运动医学在普通体育爱好者和社会群体中防治疾病、增强体质、促进健康方面的价值和应用得到了广泛的认可和重视。

关键词

运动医学；未来趋势；体医结合；发展空间

《“健康中国 2030”规划纲要》明确指出我国未来体育强国战略的重点工作，并提出不断完善全民健身公共服务体系，明确了运动医学专业学科的发展对于积极推广运动健康服务的重要性，加速开展全民健身运动，加强体医融合和医疗健康干预的突出意义，有效促进了亚健康状态及重点体质弱势人群的体育活动。

1 运动医学的内涵及社会价值

运动医学(sports medicine)是一门将医学与体育运动融合发展衍生出来的综合性边缘应用科学，依据医学与体育运动的医学康复理论与实践，指导体育运动的参与者、从业者、爱好者运用医学理论知识和实践成果对体育运动过程进行医学评估、监督和指导，从而达到防治伤病、增强体质、提高机体免疫力、增强机体抵抗力和提高运动成绩的总体目标。从起源看，运动医学属于医学门类的一个分支，对于体育学来说是一门完整的、有理论基础和实践创新的独立学科。奥林匹克运动的世界性发展为运动医学的进步奠定了坚实的基础。自1928年国际运动医学联合会成立以来，一些欧美国家建立了专业的运动医学中心和运动医学研究所，大学也纷纷开展了运动医学相关的理论研究、临床实践和科学研究活动，少数大学还开展了运动医学的教学工作。

中国运动医学是50年代中后期发展起来的，起源于全国各类体育院校、医学院等教育机构，先后成立了运动医学教研室，进行了专业学科课程建设；发展于国家体委成立了体育科学研究所，设立了运动医学研究室，北京医学院成立了运动医学研究所；成长于全国各地掀起的一股运动医学研究的热潮；成熟于中国运动医学会成立并正式加入国际运动医学联合会。

运动医学主要适用于：关节类损伤疾病、骨质增生类疾病、软骨组织损伤、韧带及肌肉组织损伤、SLAP损伤、

外力撞击综合类损伤、肌腱类损伤、错位脱臼类损伤、关节囊关节腔积水等。运动医学偏重于临床医学学科，与骨骼损伤、关节损伤、肌肉损伤、运动神经损伤等关联紧密。目前国内各大医院都有开设专攻运动损伤相关领域的医学门诊及相关科室。随着医疗服务市场的多元化发展，运动医学已经成为医学产业的重要组成部分之一，在运动损伤、运动康复、体育保健、体育养生、临床医学等领域都展现出了很好的市场前景。针对运动损伤的治疗，运动康复专业理论与实践相比普通康复治疗更为精细化、精准化、对症化。

2 运动医学发展的影响因素分析

我国综合性高等院校的医学专业和体育专业是培养运动医学、运动康复、运动养生人才的摇篮。目前国内各大体育院校普遍开设了运动医学专业和运动康复学专业的课程，部分体育院校已经具备了培养硕士研究生和博士研究生的能力，这为培养高级、应用型运动医学、运动康复、运动养生人才奠定了良好的物质基础。但是目前，运动医学专业规范的培训机构、就业市场、就业环境还不够成熟，这也为高质量培养运动医学、运动康复、运动养生人才的选拔、输出和后备力量储备造成了一定的阻碍。

2.1 认知与认同差异

运动医学的理论层面内涵主要包括：运动医学层面的监督、评价、分析、损伤防治、疲劳消除、运动环境、运动选材、自我监督、兴奋剂、运动营养等问题的理论研究与科学创新。

2.2 市场与定位差异

运动医学的实践层面内涵主要包括：运动损伤恢复与康复治疗，运动疲劳预防与消除，运动损伤发生的规律、机理、预防、治疗、措施、康复训练，运动营养学与运动能力的关系原理与实践、医疗体育疗法等实践环节问题。

2.3 学科与服务差异

运动医学的创新层面内涵主要包括：运动医学理论与实践不断渗透到体育与医学各个领域，并得到了深化与创新。随着现代体育医学领域市场需求与科技创新的不断发展，运动医学诊断、运动医学预防、运动医学治疗、运动医学康复、运动医学营养等体育医疗技术不断成熟并广泛运用于各种运动损伤类疾病的诊断、评价、判断、治疗、康复等环节，对传统运动医学与现代科技融合发展起到了很好的预防、治愈和康复效果。既能缓解病痛、降低成本，也能进一步推广运动医学的医用价值。

3 健康体育生活方式视角下运动医学的拓展

运动康复理论与实践在校园中的存在和发展具有较高的现实意义，尤其是在推动学生群体具备体育运动的参与健康意识、运动实践能力、自我保护能力、健康成长意识与习惯的养成方面发挥着积极作用。这也展现出了运动康复对人体参与运动过程中损伤的预防和康复作用，促进校园生态安全和学生身体健康状态，提高学生群体的运动能力和体质健康水平。学校体育是社会体育和竞技体育的基础，也是未来社会发展建设人才培养的重要基础，更是促进全面体质健康水平的物质基础。随着我国政府、社会、家庭、学校对教育事业的重视与改革措施的推行，“健康第一”也成为我国未来教育的首要任务之一。

体育生活方式概念的产生和实践的发展，在青年大学生终身体育意识和体育锻炼习惯的养成方面发挥着重要作用，是高校体育教育教学目标任务之一。“体育生活方式”这一新名词诞生以来，身、心、社、智、德全面发展成为了学校体育教育教学的新目标。体育生活方式是在“全民健身”“终身体育”“社会环境”等大环境下催生出的一个全新的体育生活方式的名词，是推进体育社会化与体育生活化的一种全新模式和途径的代表。“体育生活方式”这一概念的产生与发展大概经历了三个重要阶段：最早起源于八十年代的“体育融入生活”理念；发展于九十年代“体育成为一种生活方式”，被人们所追捧；快速成长于“体育生活方式”，逐渐在社会生活、校园生活领域普及和发展。体育生活方式是对学校体育教育教学时间与空间的拓展，涵盖了学生课内、课后、课外、校内、校外积极主动参与体育锻炼的各个方面。体育生活方式概念的产生和实践的发展，在青年大学生终身体育意识和体育锻炼习惯的养成方面发挥着重要作用，是高校体育教育教学目标任务之一。体育生活方式新名词诞生以

来，身、心、社、智、德全面发展成为了学校体育教育教学的新目标。体育与教育的融合发展，更大地体现了体育教育育人和育心的功能和价值。体育生活方式属于体育教育教学中的一种理念、思维、实践的渗透，同时也是体育教育教学“塑造个人魅力”的终极目标，从行为习惯渗透到生活习惯，最终渗透到学生未来的学习、生活、工作、娱乐以及幸福快乐的生活方式中。

4 运动医学的未来趋势及发展空间思考

《“健康中国 2030”规划纲要》明确指出了我国未来体育强国战略的重点工作，并提出不断完善全民健身公共服务体系，明确了运动医学专业学科的发展对于积极推广运动健康服务的重要性，加速开展全民健身运动，加强体医融合和医疗健康干预的突出意义，有效促进了亚健康状态及重点体质弱势群体体育活动。面对社会多元群体，运动医学的内涵不仅包含了医学科学知识、体育科学知识等理论基础，还涵盖了指导体育锻炼的科学性、系统性、健康性；针对不同体质状况的人群开出有效的运动处方，并能够指导群众参与健身与康复，运用运动医学的康复功能指导运动损伤及患有慢性病的患者通过参加适宜的健身与康复，促进疾病的痊愈、加速病后身体机能的恢复、增强机体免疫力、延缓衰老、改善生理和心理健康状况。

随着人们丰富的、多元的、不规律的生活方式与习惯的普遍增加，人们参与体育锻炼和户外活动的的时间和次数越来越少，这也带来了诸多健康问题。早期的运动医学主要在竞技体育、学校体育领域长期发挥着重要作用。随着人们对运动医学的认识与实践的不断提高，运动医学在普通体育爱好者和社会群体中的防治疾病、增强体质、维护健康、促进健康方面的价值和应用得到了广泛的认可和重视。

(1) 国家要不断重视运动医学发展环境的改善，加速医疗服务事业中运动医学专业学科的发展与普及，让更多普通群众享受到运动的快乐和运动医学的益处。

(2) 积极宣传与推广运动医学的康复功能，让广大群众积极参与体育锻炼、体育健身、体育养生，增强体质、提高免疫力，有效促进人们养成健康的体育生活方式，避免长期过度依赖药物的医疗。

(3) 体育院校、医院单位要协同合作，注重运动医学专业人才的培养，加快运动医学学科专业的专业化、职业化、市场化、产业化、服务化发展，推动运动医学学科的发展与

创新, 为社会和大众带来更多受益的机会。

(4) 国家加大对运动医学医疗机构、医院运动医学科室、私人运动医学门诊等基础设施的投入、建设、规范、监督、鼓励, 发展以政府为导向、市场为平台的企业和个人参与的投资、建设、管理、运营协同发展模式。

(5) 强化政府与市场职能、发挥非营利性组织的公益志愿服务功能, 逐步形成盈利与非盈利协同共赢的混合发展模式, 既有利于加快运动医学市场化、产业化、共享化发展的进程, 也有利于运动医学资源的合理开发、利用、维护, 避免因完全的功利性和恶性竞争造成运动医学产业退化和

资源浪费。

5 结语

加速体医融合、思维观念、教学内容、教学过程、管理机制、人才体系、实验实践、科技创新的协同发展。深化教学改革, 加速体育和医学专业领域知识与技能的相互渗透、教学内容的融合和教学过程的协同。加强体育院校与医学院合作办学, 培养运动医学专业人才融合发展, 在运动医学学科领域的基础上逐步开设体医结合的辅修专业, 全面培养复合型、实用型、专业型的运动医学专业人才。

文/王 勇(九江学院医学院, 江西九江 332005)

作者简介: 王勇, 男, 新疆石河子人, 九江学院医学院副教授, 研究方向: 高校教育管理、人才培养。

参考文献:

- [1] 周文福. 我国体育产业融合发展面临的问题及发展策略研究[J]. 南京体育学院学报, 2020, 19(6): 11-20.
- [2] 郑朝沙, 符壮. 体医融合相关体育产业创新发展研究[J]. 广州体育学院学报, 2020, 40(1): 36-38.
- [3] 方向丽, 程登富, 樊铭. 健康中国背景下“体医融合”发展路径及策略研究[J]. 廊坊师范学院学报(社会科学版), 2019, 35(4): 112-116.
- [4] 杨继星, 陈家起. 多学科视域下体医融合理论根基探究[J]. 吉林体育学院学报, 2019, 35(6): 18-22.
- [5] 汤立许, 刘华强. 体医融合的内外之困与化解之道——基于共生系统理论的视角[C]. 中国体育科学学会. 第十一届全国体育科学大会论文摘要汇编, 2019: 3.
- [6] 吴琳. 健康中国背景下高校运动康复专业建设的实施路径[J]. 鞍山师范学院学报, 2020, 22(2): 57-60.
- [7] 师德明. 浅谈新时代背景下高校运动康复专业人才培养[J]. 中国校外教育, 2020(3): 28-29.
- [8] 曾及恩, 杨明发. “体医结合”与“体医融合”关系辨析[J]. 青海师范大学学报(自然科学版), 2019, 35(1): 95-98.
- [9] 于洪军, 冯晓露, 仇军. “健康中国”建设视角下“体医融合”研究的进展[J]. 首都体育学院学报, 2020, 32(6): 484-491.
- [10] 常凤, 李国平. 健康中国战略下体育与医疗共生关系的实然与应然[J]. 体育科学, 2019, 39(6): 13-21.
- [11] 卢文云, 王志华, 陈佩杰. 健康中国建设与体育强国建设背景下深化体医融合研究的思考[J]. 上海体育学院学报, 2021, 45(1): 40-50.
- [12] 胡扬. 从体医分离到体医融合——对全民健身与全民健康深度融合的思考[J]. 体育科学, 2018(7): 10-11.
- [13] 邱良武, 李军, 江汎, 游顶云. “健康中国”背景下医学院校“体医结合”教学改革探究[J]. 医学教育研究与实践, 2019(1): 1-4.
- [14] 王建伟. 健康中国背景下我国学校体育发展的困境与出路[J]. 广州体育学院学报, 2019(04): 1-4.
- [15] 廖远朋, 王煜, 胡毓诗, 等. 体医结合: 建设“健康中国”的重要途径[J]. 成都体育学院学报, 2017, 43(1): 5.
- [16] 王春顺, 姜方平, 李国泰. 新时代我国体医融合二元创新发展研究[J]. 体育文化导刊, 2019, 5(5).