

他是浙江泳将背后的英雄,更是横跨两界的科医工作者 尤玲华:永远保持一颗扶危济困的仁者之心

本报记者 钟 樑



在2017年底揭晓的浙江省第二届体育产业领军人物颁奖盛典上,汇聚了两年在体育产业领域成绩卓越的十位业内精英。在他们当中,杭州尤看运动健康管理有限公司创始人尤玲华显得有些特殊。他是一名运动医学类医生,也是一名体育产业和医疗产业间的跨界者。而正是这样一位跨界者,不仅是孙杨、叶诗文、罗雪娟等泳坛名将的健康指导专家,也是吴鹏成就全运会四冠王的幕后英雄之一。



入行 一位搞科研的医务人员

走进尤玲华的办公室,桌上没有奖杯、墙上没有锦旗。有的只是几张他和所服务过的运动员合影,以及一幅以吴鹏的四面全运金牌为元素的签名画。原来,这张画就是前不久在体育产业领军人物的颁奖盛典上,吴鹏亲手奉上的“惊喜”。一时间,一些不太熟悉尤玲华的人纷纷拿出了手机,百度了起来。尤玲华是谁?他跟吴鹏究竟有怎样的交情?一切还得从2009年说起。

“我记得是2月14日这一天,我正随浙江游泳队在青岛比赛。突然,一阵急促的电话铃声响起,等我接起电话,那头传来了吴鹏焦急的声音。

他说,尤医生,我在急诊室。”因为意外跌倒,吴鹏肘关节粉碎性骨折。此时,距离2009年山东全运会开幕还有8个月时间。为了帮助吴鹏恢复,手术后第二天,尤玲华牵头成立了一个康复小组。虽然只有6、7个人,却包含了体育科研、生理生化、生物力学、运动康复等运动医学的各个门类。就连朱志根教练也是成员之一,全方位保障了吴鹏的术后运动机能康复。

在康复小组的不懈努力下,8个月,吴鹏如愿踏上了山东全运会男子200米蝶泳的出发台,并成功卫冕了该项目的全运会金牌。此时的尤

玲华,内心升腾起一股强烈自豪感。这种自豪不仅源于自己的所学让运动员实现了夺金梦想,更是源于自己当初对运动医学专业的坚定选择和不懈追求。

中国有句老话,叫“隔行如隔山”。不过,在尤玲华看来,即便是同一行业的从业者,有的时候也像隔着一座山一样。因为总有你不知道,却很想去知道的领域。因此,28年前的一天,踌躇满志的尤玲华选择跨过这座山,看到了山那边运动医学领域的广阔天地,亟待他去驰骋:“应该说,从我踏上工作岗位的那一天起,就跟体育牢牢捆绑在了一起。”

转身 将运动医学带给普通大众

在很多人看来,帮助运动员提高成绩,并站上领奖台,正是尤玲华等一批科医保障人员最大的荣耀。就连尤玲华自己也说,每当看到运动员们在赛场上取得好成绩时,便是他最为开心和得意的时候。不过,在鲜花和掌声背后,他反倒感到有些“小落寞”。“当吴鹏站上山东全运会最高领奖台的那一刻,我突然深有感触。即便是一个遭受伤病折磨的运动员,依然能够很快回到赛场,为国家、为省争得荣誉。为什么?因为有一大批人在‘保护’着他们。转念一想,如果是一个普通老百姓,在运动中遭受一些大的运动创伤,他们有些人可能会烙下病根。因为,专业的运动医学似乎离他们远了点。”尤玲华的感触,是出于一位医生的仁爱之心,也是作为一位科研人员的职业敏感。而让他产生如此感触的,是运动的人日益增多,相应的运动创伤患者也日益增

多,但是他们对运动医学却知之甚少。尤玲华说:“当时我就想把这种以前只针对运动员的‘保护’带给普通大众。我觉得是时候该转身了”。

然而,转身谈何容易。作为一名专注科研的医务人员,想要成立一家面对普通大众的运动康复机构,就必须学习如何经营:“2013年6月31日,国家体育总局有个美国南加州大学的物理治疗师培训班。前后学了7天,感触很大,也再一次坚定了我创业的决心。”此后不久,尤玲华便拿出了一份完备的计划书,这份计划书的内容,是他对首次创业的美好蓝图。次年,他又很快组建了自己的团队,找到了投资方。他内心深处的那一句“you can”终于要喊出来了。

就连尤玲华自己也说,这当中的过程十分艰辛。随着2015年,他倾注了很多心血的杭州尤看运动健康管理有限公司正式成立,尤玲华至此才

算成功完成转身。“尤看是这一片最早入驻的公司。从第一层到第四层,正是按照一个人的康复进度,逐层设置的。”尤玲华骄傲地介绍。

“创立尤看的初衷,是希望把专业的运动康复带给普通百姓。”尤玲华说,“很多人在受到一些大的运动创伤后,因为得不到专业的医治,一些生理功能或许会丧失。所以,普通百姓才是运动康复的迫切需要者。但是目前为止,还有很多人对我们不是很了解。总觉得来我们这儿去看病挺贵的,而不去了解我们真正能帮到他们什么。”为了打破这种误区,这些年来,尤玲华热心于公益事业。进社区宣教、去老年大学讲座、为杭州马拉松保驾护航……正是这样一步一步的宣传,一点一滴的积累,这些年来,人们对运动康复的认识有了很大改观。尤看运动健康管理公司,也逐渐被人们所认可。

前路

培养人才、关爱老人、进驻社区

丰富的人生阅历,以及专业上的要求。让尤玲华成为了一个“杂家”,他说自己是在医生里面科研搞得最好的,在科研里面面对训练理解得最透彻的,在训练里面面对康复最有心得的,在康复里面面对营养最为了解的。不过,纵使有一身本领,他还有许多目标需要去实现。首当其冲的,就是为浙江、为国家培养专业的运动康复人才。“中国大陆的运动康复还很滞后。学科要发展,首要的是培养人才。尤看除了是一家专业的运动康复机构,同时还是一个康复专业人才的培训机构。”两年来,尤看每年都会为昆明医科大学的应届优秀毕业生提供4到6个月的在职培训岗位,让他们在实践中掌握理论知识。应该说,通过两年的时间,尤看逐渐建立起了一个完整的人才培养体系。

此外,尤玲华还将目光聚焦在了老年人群体。相比于运动创伤患者,关节功能退化的老年人,对运动康复的需求就更为迫切了。“很多老年人往往通过一些物理治疗,缓解暂时的疼痛。但我想向他们传达的理念是‘通过物理治疗,让你现在不疼。通过运动治疗,让你以后不疼’。这就是我认为运动康复的魅力所在。它并不是灵丹妙药,也不能包治百病。但它却是一颗实实在在的药。强度、密度、训练时间、训练方式,有一个方面不科学,就会适得其反。所以,才需要专业的运动康复介入。在科学的运动治疗下,老年人同样可以健康活泼。”

摆在尤玲华面前的路,已经为他铺展。而他每踏出坚实的一步,总会回望过去的种种,慢下来想想接下来该走向哪里。这一次,他又要把脚伸向社区,来实现他多年来的一个夙愿。“我最希望把运动康复带进社区。因为社区是分级诊疗机制中最基层的一级。试想倘若有一天,我们的运动康复学科能够分布在每一个社区,成为老百姓身边像打针吃药那么平常的话,那就说明,我们国家的运动康复学科已经逐渐趋于成熟。也只有这样,老百姓才会从中得到最大的实惠,不论是运动还是生活,都是一种极大的享受”。尤玲华憧憬着未来。

从一个医者,到一个科研人员,再到一个企业管理者。更迭的是身份,不变的是尤玲华那一颗扶危济困的仁者之心。他骄傲于自己身处于体育产业的滚滚浪潮中。他说自己的企业是体育产业的保护机制,保护着体育产业更快更好的向前发展,更守护着每一个普通人,去尽情享受运动带给他们的畅爽。

Q&A

Q:能讲述一下你在科医团队期间印象最深的故事吗?

A:现在的浙江游泳风光无限,可在1990年,浙江游泳进前八都很困难。我刚被派去跟游泳队,协助他们用科学的训练方式提高成绩。

当时的运动员真的是靠练出来的,所以刚进队那会儿,很多教练还不相信我们的介入能够帮助运动员提高成绩。在这么多双质疑的眼睛盯着的情况下,我接触到了第一个运动员,叫李燕。由于大运动量的训

练,李燕的身体出现了疲劳,成绩也停滞不前。但就在我介入一个多月后,李燕的1500米成绩一下子提高了十几秒。

Q:谈谈您对运动康复的理解吧?

A:运动康复就是一个两岁的婴

儿,它的成长需要社会各方的理解与支持。很多人理解的运动康复,是给专业运动员进行的康复治疗。但其实,随着全民健身热潮的持续高涨,运动创伤已不再是专业运动员们的常见病。