

从运动员需要出发

本报记者 康琼艳

冬残奥会是残疾人运动员实现竞技梦想的最高舞台。为了让运动员在舞台上充分施展才华,北京2022年冬残奥会把“以运动员为中心”的理念贯穿始终。

一人一策“陪练员”

“残疾人进行体育运动,需要对人体结构、运动规律有充分认知,不良的训练习惯有可能适得其反,甚至加重残疾程度。”清华大学智能与生物机械研究室主任、无障碍发展研究院副院长季林红告诉记者,如何有针对性地挖掘残疾人运动潜力,减少二次损伤,帮助他们更好地实现梦想,是一个重要课题。

季林红和团队承担了“科技冬奥”专项“冬残奥运动员运动表现提升的关键技术”攻关课题。为了摸清残疾人运动员的情况和需求,科研团队跟随国家队的集训,辗转全国多地,与运动员朝夕相处、紧密配合。

“残疾人个体差异较大,即便是同一个项目,不同运动员的生理特点、体能情况、发力方式、动作姿态都千差万别,需要量身定制‘一人一策’的训练方案,并配备个性化的训练器械和辅助器具。”季林红告诉记者,基于这样几乎“同吃同住”的研究,科研人员得以看到残疾人运动员不为多数人所周知的困难。

习惯单侧发力的截肢运动员通常核心肌群力量不对称,长此以往会导致肩胛不稳等损伤;轮椅冰壶项目要求运动员精准发力,但部分截肢运动员对冷的知觉不敏感,往往冻伤而

不自知;越野滑雪中,运动员采用坐姿或跪姿,必须借助匹配自身关节角度、宽度的滑雪架才能完成比赛,否则极易受伤;单板滑雪中,运动员穿着的假肢也需要根据踝关节、膝关节调整参数,以保证残肢与另一侧肢体的力量均衡。“每一处细节都关乎运动员的健康、安全和竞技表现,一点都马虎不得。”季林红说。

经过反复测试迭代,科研团队研发出一套数字化监控系统,通过记录运动员的生理参数、训练强度、技术动作等信息,建立数据模型,为运动员的动作优化、伤病预防和康复提供保障。

科研人员还研发了国内首款可用于单板滑雪运动的滑雪假肢,为寒冷感知不敏感的截肢运动员开发保暖护具。在北京冬残奥会越野滑雪项目中,季林红团队所研制的滑雪架陪伴着郑鹏、毛忠武、杨洪琼、李盼盼等多名运动员夺得奖牌。“科技助残就是要聚焦残疾人运动员的实际困难和需求,帮助他们最大限度发挥潜力,超越自己。”季林红说。

赛场内外“保护神”

冰雪运动是高风险运动,不少运动员新伤叠旧伤,赛时的医疗保障服务对运动员顺利比赛至关重要。作为残奥越野滑雪和冬季两项随行队医,58岁的洪涌除了要承担全体队员的日常诊疗任务,还要做好疫情防控

管理和反兴奋剂工作。

洪涌告诉记者,不同体育项目的医疗服务难点并不相同。随着运动量增大,队员们的陈旧性损伤复发,疼痛、行动不便等症状逐渐显现。为了给运动员提供优质保障,代表团做足了准备,将微波治疗仪、光电治疗仪、特定电磁波治疗仪等器械都带进闭环内,还从甘肃白银的训练基地运来3台诊疗床。

“我的房间就是一个‘五脏俱全’的诊疗室。”洪涌说。作为一名入行30年的队医,洪涌是距离运动员病痛最近的人。近一年来,他跟随队伍赴白银、安康等地参与医疗保障,目睹了残疾人运动员为了争夺哪怕0.1秒的优势,要忍受多少痛苦、付出多少代价,“残疾人运动员能够站上赛场十分不易,如果出现病痛不能及时处理,就有可能影响后续发挥”。

和洪涌一样,奔忙在赛场上的滑雪医生同样承担着重要使命。中国康复研究中心北京博爱医院医生李曼就是滑雪救援队中的一员。李曼告诉记者,残奥高山滑雪项目的滑行时速高达100公里,加上雪道陡峭,运动员稍有失误就有可能摔倒、滑坠,受伤的残疾人运动员很难靠自己滑出雪道。

为了及时抢救伤员,滑雪医生在接到指挥官下达的命令后,必须在4分钟内穿好雪

具,背负15公斤重的救援装备赶到伤员身边,协助伤员脱离辅助器具,在检伤固定后转运到山下运动员医疗站。“由于残疾人运动员滑行姿势的控制难度更大,错过或碰撞旗门等失误时有发生。”李曼说。

争分夺秒“魔术师”

在冬残奥会赛场上,辅助器具是残疾人运动员不可或缺的“无声战友”。作为肢体的延伸,假肢、轮椅和矫形器帮助运动员支撑起身体,朝着终点勇敢进发。

在此次冬残奥会上,为了解决残疾人运动员的“后顾之忧”,北京、延庆和张家口赛区的3个残奥村和5个竞赛场馆均设立了技术维修服务机构,近50人的技术团队专门为残疾人运动员所使用的轮椅、假肢、矫形器等运动器具和生活辅具提供维修服务,问题器具在技师们一双“魔术师”的操作下恢复如初。

位于北京冬残奥村的奥托博克技术维修服务中心技师张鸾告诉记者,冰雪项目发生激烈碰撞的概率较高,为了不耽误运动员的训练和竞赛日程,技师需要在最短的时间内完成维修。为此,维修中心准备了1000多种零件,并配备了打磨机、带锯、红外烤箱和焊枪等专业设备。

“大到车轮变形、脚板断裂,假肢修正,小到坐垫缝合、轮胎充气、靠背调节,只要有需求,都会尽量满足。”张鸾说,只有确保装备时刻保持良好状态,才能让运动员心无旁骛地投入比赛。



3月8日,北京冬残奥会冬季两项男子中距离(坐姿)比赛举行,中国选手刘梦涛夺冠。
新华社记者 万象摄

享受体育的乐趣

北京冬残奥会赛程过半,残疾人运动员以顽强的意志和永不服输的拼搏状态,为人们奉献了一场场精彩的比赛。当视障运动员跟在领滑员身后,从高山雪道上飞速直下的时候;当坐姿滑雪运动员突破身体极限,完成18公里越野滑雪的时候……生命的张力、人性的光辉竞相绽放,寄托着“勇气、决心、激励、平等”的残奥运动正在书写新的历史。

关心关注残疾人是社会文明进步的重要标志。近年来,我国残疾人体育事业发展进入快车道,越来越多的残疾人尽情享受体育的乐趣。北京冬残奥会的成功举办,将引导更多人关注冰雪运动、体育运动,从而融入全民健身的热潮之中,共享我国经济社会发展成果。

各地要进一步为残疾人参与体育运动创造良好硬件保障。加快推进无障碍环境建设,让更加便捷、安全、人性化的无障碍设施成为广大残疾人的“眼、手、腿”,使他们有条件、有能力也有信心参与体育运动,为全民健身事业贡献力量。

同时,还要注意为残疾人体育运动提供软件支持。近些年,啦啦操、轮椅太极拳、柔力球、盲人足球等项目开展得卓有成效,残疾人参与运动的兴趣被极大地调动起来。未来,还需要进一步总结经验、调整思路、创新方式方法,开发更多适合残疾人参与的体育活动项目。

借北京冬残奥会举办的契机,我们要大力营造关心、支持残疾人和残疾人事业的良好氛围。残疾人为了实现人生目标,需要克服常人难以想象的困难,付出更多的努力。一个掌声、一次鼓励、一场胜利,都可能成为他们继续拼搏前进的动力。让我们携起手来,共同努力,不断提升残疾人的获得感、幸福感、安全感,推动残疾人体育事业发展开启新篇章。



3月7日,北京冬残奥会高山滑雪女子全能(视障)比赛举行,中国选手朱大庆(右)获得亚军。
新华社记者 江汉摄

湖北完善关爱服务体系和设施——

助力残疾人逐梦而行

本报记者 董庆森 柳洁

3月3日,在湖北秭归县郭家坝镇山峡民俗客栈,30多名妇女欢聚一堂共话发展。她们的致富带头人叫崔永兰,16岁那年,她遭遇车祸,失去大半个手掌。在当地残联的帮扶下,崔永兰通过电商销售脐橙,开办山峡民俗客栈……诚信让她收获了顾客的信心,生意越做越红火。

如今,59岁的崔永兰已是秭归县山峡企业联合体总经理、秭归县第十九届人大代表,经营的企业服务周边农户近1.5万人。“国家对残疾人的扶持政策很多,但我们也要自立自强,为更美好的生活努力奋斗。”崔永兰说,让她自豪的不是挣了多少钱,而是带领乡亲们共同致富。

为了让省内380余万名残疾人过上幸福美好的生活,湖北出台多项措施,从提升

残疾人康复质量、帮扶城乡残疾人就业创业、提供无障碍环境等多方面发力,积极开创残疾人事业发展的新局面。

湖北省残联党组书记、理事长夏亚灵说,当前湖北关爱帮助残疾人的社会氛围日益浓厚,残疾人社会活动参与率明显提高。数据显示,目前湖北省66.8万建档立卡持证残疾人全部脱贫,脱贫率达到100%;49.5万困难残疾人得到生活补贴,69万重度残疾人享受护理补贴,覆盖率达到100%;残疾人城乡居民基本医疗保险参保率达97%。

为迎接冬残奥会,湖北去年12月22日启动了第六届残疾人冰雪运动季活动。“运动场上到处都是残疾人奋力拼搏的身影。”夏亚灵说,这些运动员虽然身体上有残疾,但都乐观向上。所有人在为他们鼓掌欢呼

的同时,也必然会对残疾人事业更加关注。

湖北省委、省政府格外关心残疾人,重视残疾人事业,将残疾人事业发展“十四五”规划列为湖北省42个省级重点专项规划之一,并于去年底印发了《湖北省残疾人事业“十四五”规划》。其中,在“十四五”残疾人保障和发展主要指标设置的11个项目中,部分指标设置略高于全国平均水平。

“《规划》围绕健全残疾人保障体系、优化残疾人就业机制、完善残疾人康复体系等展开,将指导各县市为残疾人提供更加专业化、均等化、便利化、精准化的公共服务。”夏亚灵说,随着《规划》逐步落地,湖北省残疾人关爱服务体系和设施将更完善,残疾人的生活将更殷实、更幸福、更有尊严。



在北京国家游泳中心“冰立方”,服务北京冬残奥会轮椅冰壶比赛的志愿者在清理冰面。
本报记者 赵晶摄