

## 體育處舉辦 2013 運動傷害防護研習認證課程



繼 2012 年首度與「中華民國運動傷害防護協會」合作後，體育事務處於 2013 年再度邀請到該協會擁有豐富防護經歷，且擔任多項國際賽事及國家代表隊防護員經驗的田詠惠老師，進行 2 天的研習課程。

課程於 12 月 7 日、8 日兩天，假臺北醫學大學教學大樓 2203 教室舉行，在張清泉體育長致辭後，開始了第一天的課程。田老師由肌內效貼布本身特性及原理進行解說，以貼紮剪裁形狀、貼布方向、肢體擺位等技巧帶入貼紮的各要領，緊接著以臨床實際應用示範上肢、下肢及軀幹各部位貼紮，針對各項常見的運動傷害：如網球手、落枕、腰部痠痛、腳踝扭傷等各項症狀進行貼紮示範，讓學員兩兩相互練習達到最佳學習效果，並於過程中指導學員貼紮正確性，再深入淺出的解釋肌內效貼布運用方式。【右圖：張清泉體育長（立者）致辭】



【下圖：田詠惠老師進行上肢（右圖）及下肢（左圖）貼紮示範】



在研習結束後，進行一對一認證測驗，檢核學員們這兩日來的上課成果，本屆報名參加研習課程 25 位學員通過檢核測驗率為 96%，自 2012 年起舉辦運動傷害防護課程至今，已為校方培育了 48 位初階運動傷害防護員。希望透過此專業訓練讓本校教職員工生具有正確的運動傷害預防及受傷後的保護觀念，實質降低本校運動傷害的發生率。（文/體育事務處）【下圖：左為同學互相練習情形，右為課後認證考

試】

