

省内首个青少年运动医学独立科室 落户青島市市立医院

开创“预防—治疗—康复”一体化服务新模式

十二岁男孩参加学校体测训练后突然腿疼不敢动弹,经检查发现是肌肉猛一收缩导致的撕脱骨折;一位热爱篮球的少年因膝关节剧痛无法运动,诊断结果是先天盘状半月板撕裂……这些病例正成为山东省首个独立设科的青少年运动医学的日常诊疗内容。

“青少年运动损伤有其特殊性,有的会出现关节疼痛、韧带损伤,有的会有肌肉猛一收缩导致的撕脱骨折。”青島市市立医院青少年运动医学科主任李富江表示,面对越来越多的青少年运动损伤病例,这个山东省首个独立设置的青少年运动医学科正在从传统治疗转向“预防—治疗—康复”一体化模式。

山东首开先河的专科建设

近日,青島市市立医院青少年运动医学科正式成立,该学科融合小儿骨科与运动医学的交叉学科特色,专门解决青少年运动损伤、骨骼畸形和体育训练中的健康问题。与传统小儿骨科不同,学科秉持全周期健康管理理念,将医疗干预从单纯的治疗扩展到预防、评估和康复全过程。

现代青少年参与体育活动的广度和强度都远超从前,这既带来了身体素质的提升,也增加了运动损伤的风险。青少年运动医学科的建立,是对当下儿童运动损伤增多的直接回应。

李富江介绍:“我们注意到,除了传统的篮球、足球等校园运动,现在越来越多的孩子参与到专业性更强的运动中,如击剑、滑雪、滑冰等,这些运动对技术要求 and 身体负荷都有更高标准。”

从先天畸形到运动损伤

这个在全省率先独立设置的科室,其诊疗体系具有明显的创新性,主要涵盖两大领域:专业化的小儿骨科和系统化的青少年运动医学服务。在传统小儿骨科方面,科室处理各种儿童骨折、先天畸形等。在青少年运动医学这一新兴领域,科室则注重运动损伤的预防和治理。

“运动医学是一个整体理念,现在都强调大健康,预防运动损伤和骨折问题。我们提供科普宣传、专业运动员训练指导、损伤预防康复服务。”李富江介绍道。科室针对不同类型的青少年运动员制定了个性化的诊疗方案。对于专业训练的小运动员,提供全方位的医疗保障;对于业余爱好的孩子,更注重运动安全教育和损伤预防。

科室的另一项重要工作是纠正青少年的体态问题。“我们可以评估体态,走路



全方位医疗保障守护健康。院方供图

的姿态,体态问题如果不及时纠正,不仅会影响运动表现,还可能导致长期的身体健康问题。我们看到很多孩子因为早期体态问题没有及时纠正,随着年龄增长逐渐发展成更复杂的骨骼肌肉问题。”

微创治疗与快速康复

作为山东省内较早开展小儿骨科和运动医学专业的专家,李富江在儿童骨折创伤的治疗上秉承微创理念。他详细描述了弹性髓内针技术:“大腿中段骨折错位时,从远端弹性穿入,遵循‘6点原则’——两个针各提供三个固定点,形成牢固固定。这种技术适合处于生长发育期的儿童。”

对于儿童患者,医生们必须考虑骨骼的生长发育问题。“儿童不是缩小版的成人骨科,要考虑到生长发育、骨垢问题,才能避免影响发育和关节畸形。”李富江进一步解释:“我们在治疗过程中,不仅要解决当前的问题,更要着眼于孩子未来的生长发育。任何一个治疗决策都要考虑对十年、二十年后可能产生的影响。”

一体化的健康服务中心

对于这个山东省首创科室的未来发

展,李富江主任有着清晰的规划:“我们致力于打造一个三位一体的健康服务中心,涵盖预防、治疗、康复全流程。”第一部分是门诊或术前,负责科普预防运动损伤,纠正体态姿态;第二部分是住院手术,解决需要手术的骨折、韧带损伤;第三部分是术后康复。

他特别强调了青少年运动康复的重要性:“国际上对小孩的康复系统还不成熟,我们希望在10—18岁青少年运动康复这个相对空白领域做出特色。”

李富江举了一个典型案例说明治疗理念的转变:“比如常见的肱骨髁上骨折,小孩摔倒手撑地,力量传到肱骨髁这个薄弱处。以前复位不好会形成肘内翻,胳膊伸不直,影响外观和功能。现在我们在透视下闭合复位,不用切口,穿上钢针固定,骨折愈合后就能恢复正常。你是不管它,不仅长粗伸不直,还会影响生长发育。”

“我们还将与教育部门、体育部门建立更紧密的合作关系,推动运动医学知识进校园,让更多的孩子受益。同时,我们计划建立青少年运动健康数据库,通过大数据分析,为不同年龄段、不同运动项目的孩子提供更具针对性的运动建议。”李富江说道。

青报全媒体/观海新闻记者 吴涵

实惠到家门 服务暖人心

“党报进社区”活动正式启动,青島日报社携旗下《青島日报》、《青島晚报》、《青島早报》、《老年生活报》、《读报参考》、《青島画报》等走进社区,读好报、购好物、享好礼,诚邀您携父母家人一同参与,共度温情时光!

青島日报 青島晚报 青島早报 老年生活报 读报参考 青島画报

① 全场买赠

非2025年订户全场任意消费即赠2026年早/晚月度报纸一份

② 现金抵用券

现场订阅2026年全年早/晚报完成启报后领取青报优选30元抵用券

③ 特价销售

优质特色农产品、健康食品等现场全部低于市场价销售

④ 自营福利

天地源矿泉水及饮品、精酿啤酒等报社自营产品享福利价

- 地点:李沧文化广场
- 地点:和达城上城小区
- 地点:江西路8号公园
- 地点:市南区巨野路13号丁
- 地点:十梅庵新区
- 地点:延寿宫路19号玉清宫路卫生服务站门口
- 地点:瑞都社区休闲广场
- 地点:中韩街道宋家社区西门
- 地点:花莲路千休所旁
- 地点:城阳区北疃社区旁
- 地点:夏庄旭阳书店门口
- 地点:上马岙东中路306号帅香饺子馆门口

- 时间:10月29日(8:30—16:00)
- 时间:11月1日(8:30—11:00)
- 时间:11月1—2日(9:00—12:00)
- 时间:11月1—2日(9:00—15:00)
- 时间:11月1—2日(9:00—12:00)
- 时间:11月1—2日(9:00—13:00)
- 时间:11月1—2日(11:00—16:00)
- 时间:11月1—2日(9:30—14:00)
- 时间:11月1—2日(8:00—15:00)
- 时间:11月1—2日(10:00—17:00)
- 时间:11月1—2日(9:00—17:00)
- 时间:11月1—2日(10:00—18:00)

【公益活动】:健康义诊、便民服务等系列公益互动,共同守护居民健康。
【邻里同乐】:现场设置套圈、丢沙包等精彩游戏,还可亲手制作传统香囊。

