

骨科聖手變身抗疫先驅

行醫超過20年醫盡本地體壇精英，多少頂尖運動員在容樹恒醫生手下重獲新生。不過在今次疫情中，這位體壇名醫所面對的卻是前所未有的挑戰，本地體壇在疫情反覆下陷於癱瘓，容樹恒不僅以上門醫生、視像問診等形式堅持為運動員繼續服務，更協助足總撰寫防疫及復賽計劃書，為的是希望幫助香港體壇，能夠在疫情陰霾下覓得一線生機。

採訪：香港文匯報記者 郭正謙



容樹恒醫生仁心仁術，為本地體壇作出貢獻。香港文匯報記者 郭正謙 攝

容樹恒盼建立「安心」體壇

容樹恒自幼與運動已結下不解之緣，尤其是足球是他的最愛，中學時期更曾入選海豐青年軍，可惜十字韌帶連番撕裂斷送了他的足球夢：「當時對運動創傷都是一知半解，結果十字韌帶做過三次手術，經常受傷，加上當時香港球壇競爭很大，我就放棄了足球選擇從醫。」容樹恒回想當時，如果得到更適當的治療，或許自己的球員生涯可以延長一點，這亦成為他日後專攻骨科及運動醫學的契機。

來自和富大埔的紀念品，上面寫有「感謝容醫生一直的支持」字句。香港文匯報記者 郭正謙 攝



沉着應對疫情來襲

行醫超過20年，單是十字韌帶手術容樹恒已操刀超過4千次，經他治療的運動員成千上萬。不過，一場無先例可循的疫情，讓這位醫學聖手迎來始料不及的硬仗：「疫情剛爆發的時候，我已開始給體院及足總一些防疫建議，事實上，當時全世界對新冠病毒了解不多，對我而言也是全新的領域，所以我經常向同院的許樹昌醫生請教，結合我對體育運動的知識形成一些建議。」

其後，香港體壇先後出現李振豪、曾綺婷及盧比度等確診個案，容樹恒立即以上門醫生、視像問診等方法為運動員診斷，並在數天內完成對職球員的檢測。香港體壇至今未出現大規模爆發，容樹恒及其團隊功不可沒。

雖然疫情爆發以來從沒出現「體育群組」，但並不代表香港體壇可以正常運作，尤其是香港足球更是多次陷入停擺，甚至面臨生死存亡的危機。身為足總醫學委員會主席的容樹恒決定主動出擊，與足總聯手撰寫防疫計劃書，希望協助港足復操復賽：「我們不可以白等，也不能只是抱怨，這是整個足球產業生死攸關的問題，我們需要去說服政府；事實上根據我們的計劃書，足球員在防疫上甚至比一般上班族更為安全，為什麼不能給香港足球一個機會呢？」

球圈同心降低風險

直至上周第四波疫情漸趨緩和，港足終於可以順利復賽，而各個體育場地亦陸續解封。容樹恒認為，疫情改變了所有人的生活習慣，在這種「新常態」下，為防疫而對體育一刀切並非上策：「疫情至今持續超過一年，對本地體壇已經造成很大打擊，萬一短時間內疫情無法完全消失，我們需要與病毒共存的心理準備。要做到零風險是不可能的，但我相信整個球圈同心協力下可以將風險減到最低，畢竟香港足球可能已無力再承受一次長時間的停擺。」

簽滿傑志球員簽名的錦旗。香港文匯報記者郭正謙 攝



與運動員建互信 醫人亦醫「心」

運動醫學近年在國際間愈來愈受到重視，容樹恒認為運動醫學是一門結合多種學科的醫學，治療、心理輔導及物理治療三者缺一不可，醫人之外更要醫「心」，和運動員建立長遠的信任關係才能真正地對症下藥；醫生所背負的責任不僅是單個手術的成敗，更是運動員整個生涯的興衰。

容樹恒至今每逢周三仍會到體院義務看診，20多年來風雨不改，他亦花上很多時間去了解不同運動的特點、規則，為的就是與每一名運動員建立密不可分的信任關係：「運動員都有自己的個性，要為他們提供最好的治療，首先你要得到他們的信任，畢竟他們是將整個運動員生涯交託到你手上，運動員不是普通人，做一次手術

盼運動醫學能更獲重視

加上康復治療，隨時會錯過像奧運這種大賽的機會。作為運動員的醫生，我們需要協助他們作出判斷，亦要分擔他們所承受的風險，在合理範圍下讓他們放手一搏，這需要很強的信賴。」

十字韌帶受傷常被視為運動員生涯的最大敵人，容樹恒強調，只要接受適當的治療，即使經過十字韌帶手術，運動員亦可重上巔峰：「我在講學時常用上一個例子，2015年港足成員有5位曾接受十字韌帶手術，卻能在世界盃外圍賽中兩度打和實力更強的國家隊，這就是最好的證明。」可惜縱使香港的運動醫學已臻世界一流水平，在亞洲亦可躋身前三，不過可供這些本地專才大展拳腳的空間卻不多：「始終受到文化及價值觀所局限，與一些運動風氣發達的國家或地區相比，香港社會對運動醫學的重視還是遠遠不夠，當然比起十多二十年前已是大有改善，不過醫療人員的付出與回報仍不成正比，這亦是我們需要繼續努力的地方。」



去年阿基里斯腱撕裂受傷的東方龍獅球員費蘭度，術後曾發文感激容樹恒醫生的悉心照料。資料圖片

見證傷病笑與淚 致敬體壇精英

江旻憶

江旻憶三年內十字韌帶兩度受到重創，不過作為她主診醫生的容樹恒卻對她能恢復舊觀充滿信心：「江旻憶是我看過的運動員中復原能力最強的，一般運動員十字韌帶斷裂後要半年至一年才可復出，她只花了四個月，這與她樂觀和自律的性格有很大關係，而且她家人也十分支持她，能夠將堅強、樂觀及自律集於一身的運動員很難得。」

石偉雄

從小看着石偉雄長大成為世界頂尖的體操運動員，容樹恒看盡他運動生涯的高低起伏感受至深：「石偉雄在2014年右肩筋腱斷裂，他當時連手也不能舉起，但為了里約奧運資格一直忍痛訓練及比賽，這根本不是普通人能承受的痛苦，他當時很擔心做了手術後無法再上巔峰，我說我一定會陪着他完成手術及整個療程，就是『唔試一定輸』這句說話讓他接受了手術，花了超過一年才回到比賽場上，最後看到他在印尼亞運中奪得金牌，我心裏特別激動。」

李慧詩

李慧詩毫無疑問是香港體育史上最成功的運動員之一，容樹恒坦言在她身上看到了何謂世界級運動員：「李慧詩很少出現大的傷患，而這不是因為運氣，而是因為她對自身有着超高要求及自律性，她很清楚自己需要什麼，李慧詩是我見過心理素質最強的一位運動員，無論面對什麼狀況她都可以保持心理狀態平穩，這種抗壓能力有助她在大賽中發揮出最高水平。」



劍擊好手江旻憶



「牛下女車神」李慧詩



體操名將石偉雄

步出香港運動醫學之路 冀實現三重點大計

由當初的孤身一人到現時擁有超過30人的團隊，憑著一步一腳印，容樹恒走出了屬於香港的運動醫學之路，他表示自己仍在不斷作出新嘗試，未來將圍繞三個重點實踐大計。

重點一：應對疫情新常態 為體壇獻策

踏出多一步應對疫情下的新常態，撰寫更詳盡更全面的計劃書，提供更具有說服力的體壇防疫對策予政府，協助香港體壇回復正常，讓大型體育活動可以盡快復辦，亦避免體壇再次陷於無了期的停擺。

重點二：推廣創傷防護師 運動醫學普及化

提供更多國際認可的運動醫學專業培訓課程，推廣運動創傷防護師，在缺乏資源聘請駐軍醫下，門檻較低的運動創傷防護師可以為受傷運動員提供緊急護理，將運動醫學的概念普及到業餘運動，讓市民大眾在更安全的情況下享受運動樂趣。

重點三：建立健身教練認證制度

目前香港健身教練界別欠缺統一的資格及規範，早前抗疫基金派發補助時就出現不少有關教練資格的爭議，未來希望建立出一套健身教練的認證制度，除可提升健身教練的認受性外，亦能加強對市民以及整個行業的保障。