

運動員肩關節傷害台日高峰論壇暨體驗工作坊

台灣運動醫學醫學會(TASM) 2019 學術活動暨會員大會

專為投擲及球拍類運動員設計的肩關節損傷治療研討會，隆重登場！

台灣運動醫學醫學會(TASM)專為投擲及球拍類運動員量身定制的肩關節損傷治療課程，特邀日本肩關節手術治療大師級專家-高橋憲正(Norimasa Takahashi, MD)醫師及台灣運動醫學、運動科學頂尖專家，共同剖析肩關節運動傷害治療與恢復訓練的前瞻趨勢。第一天論壇讓您：(一)掌握肩關節的傷害機轉、理學檢查、影像評估、鑑別診斷；(二)完整了解「關節唇損傷」及「旋轉肌袖損傷」兩大傷害的全套治療；(三)認識懸吊訓練及筋膜治療對肩關節損傷的幫助；(四)整合中西醫觀點、運動醫學與科學的原理。關鍵主題一次掌握、師資最強大、主題最系統。

第二天直奔肩關節損傷多重風險因子探索，《跨團隊棒球運動傷後重建工作坊》，由運動工場創辦人陳建中物理治療師、臺大復健部陳星宇物理治療師親自帶領，聚焦棒球運動的肩關節傷害，從預防、治療到強化，並介紹美國知名德州與佛州棒球農場訓練評估、費雪訓練中心體能訓練，活動精采可期，歡迎踴躍報名參加。

- 主辦單位：台灣運動醫學醫學會(TASM)
- 協辦單位：聯新國際醫院、聯新運動醫學中心
- 承辦單位：聯新國際管理學院

活動日期	2019年6月29日(星期六) 08:50-17:10	2019年6月30日(星期日) 08:50-15:00
主題	《運動員肩關節傷害治療與恢復》 高峰論壇	《國球運動傷害搶救大作戰》 跨團隊棒球運動傷後重建工作坊
地點	張榮發國際會議中心 801 會議廳	張榮發國際會議中心 10 樓會議廳
人數	140 人	60 人
報名費用	● 兩日課程「會員」優惠價 NT\$10,900 元/人 ● 兩日課程「非會員」優惠價 NT\$11,900 元/人	
	● 本會會員* ※ 專科會員 NT\$1,500 元/人 ※ 其他身份會員 NT\$2,000 元/人 ● 非會員 NT\$3,000 元/人 *會員大會通知將另行寄發予會員。	● 會員優惠價 NT\$9,900 元/人 ● 非會員早早鳥優惠價(5/31 前報名) NT\$10,900 元/人 ● 非會員早鳥優惠價(6/1-6/15 前報名) NT\$12,400 元/人 ● 非會員一般報名優惠價(6/16 之後報名) NT\$13,900 元/人

2019年6月29日(星期六)

活動主題《運動員肩關節傷害治療與恢復》高峰論壇

- 活動地點：張榮發基金會國際會議中心 801 會議廳(台北市中正區中山南路 11 號 8 樓)
- 活動對象：本會會員及其他有興趣之相關領域從業人員。

Jun 29, 2019 (Saturday)		
08:30-08:50 (20min)	學員報到	
08:50-09:00 (10min)	開幕式、主席致詞	
09:00-09:40 (40min)	特別演講 Keynote Speech 日本棒球選手的肩關節傷害治療經驗分享	高橋 憲正部長 日本船橋整形外科醫院運動醫學暨關節中心部長
09:40-10:00 (20min)	肩關節傷害原因與診斷	投擲類運動運動傷害機轉(含動作分析及風險) 周伯禧 主任/常務理事 高雄醫學大學附設醫院運動醫學暨創傷骨科/台灣運動醫學醫學會(TASM)
10:00-10:20 (20min)		肩關節運動傷害理學檢查與評估 侯咸仰 主治醫師/兼任醫師/理事 聯新國際醫院骨科/運動醫學科/台灣運動醫學醫學會(TASM)
10:20-10:40 (20min)		肩關節損傷與容易混淆病症之鑒別診斷 陳建行 院長/主治醫師 健行診所/中國醫藥大學附設醫院
10:40-11:00 (20min)		肩關節運動醫學影像判讀 吳宏達 主任 台北榮民總醫院放射線部骨骼關節科
11:00-11:10 (10min)		Q & A 講師群
11:10-11:20 (10min)		茶敘
11:20-11:35 (15min)	肩關節運動訓練之最新趨勢	懸吊訓練在肩關節強化的應用新知 周品皓 執行長暨訓練總監 史塔克運動科學團隊
11:35-11:50 (15min)		筋膜治療在肩關節損傷的應用 周品皓 執行長暨訓練總監 史塔克運動科學團隊
11:50-12:00 (10min)		Q & A 講師群
12:00-13:00 (60min)	午餐/2019年會員大會	
13:00-13:20 (20min)	關節唇損傷(SLAP)之治療選擇、實證與復健	關節唇損傷的保守治療與實證探討 許宏志 主治醫師 嘉義長庚紀念醫院復健科
13:20-13:40 (20min)		關節唇損傷手術後的復健治療 陳星宇 物理治療師 臺大醫院復健部物理治療技術科/運動醫學中心
13:40-14:00 (20min)		關節唇損傷的綜論介紹 周文毅 部長/理事 高雄長庚紀念醫院骨科部/台灣運動醫學醫學會(TASM)
14:00-14:20 (20min)		關節唇損傷手術治療的關鍵判定與重返賽場
14:20-14:30 (10min)		Q & A 講師群
14:30-14:40 (10min)		茶敘

Jun 29, 2019 (Saturday)			
14:40-15:00 (20min)	旋轉肌袖損傷之治療選擇、實證與復健	旋轉肌袖損傷的保守治療與實證探討	劉又銓 主治醫師/理事 聯新國際醫院運動醫學科/台灣運動醫學醫學會(TASM)
15:00-15:20 (20min)		旋轉肌袖修補手術後的復健治療	陳星宇 物理治療師 臺大醫院復健部物理治療技術科/運動醫學中心
15:20-15:40 (20min)		旋轉肌袖破裂應該手術嗎？	馬筱笠 主任 臺北榮民總醫院骨科部運動醫學科
15:40-16:00 (20min)		旋轉肩袖肌腱破裂的手術治療	
16:00-16:10 (10min)		Q & A	講師群
16:10-16:20 (10min)		茶敘	
16:20-16:40 (20min)	中醫與運動員訓練分享	中醫傷科治療在肩關節損傷的治療思維	盧文瑞 院長 育源堂中醫診所
16:40-17:00 (20min)		談網球的肩關節損傷運動訓練經驗分享	卓掌一 運動傷害防護員/顧問 台灣運動傷害防護學會
17:00-17:10 (10min)		Q & A	講師群
17:10~		賦歸	

※本會保留課程安排及師資調整異動之權利※

● 講師簡介：如下頁(依課程先後順序進行介紹)

講師	學經歷介紹
	<p>高橋 憲正 (Norimasa Takahashi, M.D)</p> <p>日本船橋整形外科醫院運動醫學暨關節中心部長 千葉大學醫學院臨床助理教授</p> <ul style="list-style-type: none"> 學歷： <ul style="list-style-type: none"> 千葉大學醫藥學研究所博士 琉球大學醫學系 經歷： <ul style="list-style-type: none"> 日本船橋整形外科醫院肩膀與手肘中心副部長 日本船橋整形外科醫院運動醫學中心整形外科醫師 日本千葉川鐵醫院整形外科暨運動醫學部外科醫師 日本國家神經與精神病學研究院整形外科部外科醫師 美國加州大學整形外科結締組織生化學研究員 日本千葉大學整形外科臨床研究員 日本千葉急性醫院整形外科醫師 日本君津中央醫院整形外科醫師 日本金沢醫院整形外科部外科醫師 日本千葉醫院整形外科部住院醫師

講師	學經歷介紹
	<p>周伯禧</p> <p>高雄醫學大學運動醫學系教授 高雄醫學大學附設醫院骨科主治醫師 台灣運動醫學醫學會(TASM)常務理事</p> <ul style="list-style-type: none"> • 學歷： 高雄醫學大學醫學研究所博士 美國梅約醫學中心研究員 • 經歷： 中華職棒顧問醫師 中華民國國家體育選手訓練中心顧問醫師 釜山亞運中華代表團醫療小組召集人 臺灣關節鏡及膝關節醫學會理事
	<p>侯咸仰</p> <p>聯新國際醫院骨科/運動醫學科 主治醫師/兼任醫師 台灣運動醫學醫學會(TASM)理事</p> <ul style="list-style-type: none"> • 學歷： 台北醫學大學醫學士 • 經歷： 台大醫院骨科部兼任主治醫師 中華民國骨科專科醫師 美國加州大學舊金山分校(UCSF)運動醫學科研究員 Lamigo 桃猿職棒隊醫療團隊成員 2014 仁川亞運隊醫、教育部部定講師
	<p>陳建行</p> <p>健行診所院長 中國醫藥大學附設醫院主治醫師</p> <ul style="list-style-type: none"> • 學歷： 中國醫藥大學醫學系 • 專長： 高層次超音波疼痛診斷與評估、超音波導引關節、韌帶、肌腱疼痛微創治療、手術後的慢性疼痛及疤痕引起的疼痛

講師	學經歷介紹
	<p>吳宏達</p> <p>臺北榮民總醫院放射線部骨骼關節科科主任 國立陽明大學醫學助理教授 中華民國放射線醫學會骨骼肌肉次委員會召集人 臺北榮民總醫院骨骼肌肉腫瘤研究中心成員</p> <ul style="list-style-type: none"> • 學歷： 國立陽明大學醫學院醫學系 • 經歷： 中華民國放射線醫學會專科醫師命題委員 台灣風濕病醫學會專科醫師命題委員 台灣關節鏡及膝關節醫學會講師 台灣肩肘關節醫學會聯合住院醫師教育演講講師
	<p>周品皓</p> <p>史塔克運動科學團隊執行長暨訓練總監</p> <ul style="list-style-type: none"> • 學歷： 樹人醫護管理專科學校物理治療科 • 經歷： 史塔克企業有限公司創辦人 Dr.Robert Schleip – Fascia in sport & movement 華語區筋膜運動技術合作夥伴 Balance Master Trainer、LETS BAND Master Trainer、 FLEXI-BAR Master Trainer、COMPEX International Professor Redcord Active Specialist (RAS)、Redcord Active intro 國際認證講師、Redcord Active Advanced 國際認證講師
	<p>陳星宇</p> <p>臺大醫院復健部物理治療技術科物理治療師 臺大醫院運動醫學中心物理治療師</p> <ul style="list-style-type: none"> • 學歷： 國立體育學院運動科學研究所碩士 中山醫學大學物理治療學系學士 • 經歷： 台北市物理治療師公會理事 台灣運動物理治療學會理事 共和骨科診所物理治療師

講師	學經歷介紹
	<p>許宏志</p> <p>嘉義長庚紀念醫院復健科主治醫師</p> <ul style="list-style-type: none"> • 學歷： <ul style="list-style-type: none"> 台北醫學大學醫學系 南京中醫藥大學中醫內科學碩士 美國西雅圖華盛頓醫學中心研究員 長庚大學臨床醫學研究所醫學博士 • 經歷： <ul style="list-style-type: none"> 嘉義長庚紀念醫院復健科第二屆科主任 長庚醫療體系運動醫學委員會嘉義召集人 廈門長庚醫院康復醫學科召集人及主任醫師 北京清華長庚醫院康復醫學科特聘專家醫師 左營國家運動訓練中心門診醫師 嘉義縣兒童發展中心主任 台灣綠色養生學會理事長 林口長庚紀念醫院復健科主治醫師
	<p>周文毅</p> <p>高雄長庚紀念醫院骨科部部長 台灣運動醫學醫學會(TASM)理事 台灣肩肘關節醫學會理事 台灣運動禁藥管制學會常務監事</p> <ul style="list-style-type: none"> • 學歷 <ul style="list-style-type: none"> 高雄醫學大學醫學系 • 經歷 <ul style="list-style-type: none"> 2016年里約奧運會運科輔助小組委員 中華民國大專院校體育總會棒球委員會委員 仁川亞運會中華代表隊工作團隊醫 日本肩關節專科醫院信原醫院研究員 兄弟育樂股份有限公司之專業醫療顧問 光州世大運中華代表隊隊醫 行政院體育委員會國家運動選手訓練中心門診諮詢醫師 教育部體育署國家運動選手訓練中心醫療小組委員 第一屆世界棒球十二強中華代表隊隊醫 第二屆亞洲青年運動會中華代表隊隊醫 第二屆青年奧運會中華代表隊隊醫 統一棒球隊之醫療顧問及隊醫

講師	學經歷介紹
	<p>雅加達巨港亞運中華代表隊工作團隊醫 長庚紀念醫院學術組助理教授 高雄長庚骨科主治醫師、教育部部定助理教授</p>
	<p>馬筱笠</p> <p>臺北榮民總醫院骨科部運動醫學科主任 臺北榮民總醫院骨科部運動醫學科主治醫師 國立陽明大學醫學院骨科學系副教授 國防醫學院醫學系臨床副教授 台灣骨科醫學會理事 台灣關節鏡及膝關節醫學會前理事長 台灣肩肘醫學會前理事長 國際關節鏡膝關節暨運動醫學學會(ISAKOS)會員 亞太關節鏡膝關節暨運動醫學學會(APKASS)會員 美國骨科運動醫學會(AOSSM)會員</p> <ul style="list-style-type: none"> • 學歷： 國防醫學院醫學系 • 經歷： 台北榮民總醫院骨科部主治醫師 埔里榮民醫院、基隆海軍醫院骨科主任 美國德州大學聖安東尼分校骨科肩關節外科研究 美國紐約 I.S.K. 骨科及運動醫學中心研究 美國 Case Western Reserve University 骨科關節重建中心研究 台北榮民總醫院骨科部臨床研究員訓練 台北榮民總醫院外科及骨科部住院醫師訓練
	<p>盧文瑞</p> <p>育源堂中醫診所院長</p> <ul style="list-style-type: none"> • 學歷 國立體育大學運動與健康科學研究所 民國 78 年中醫師國家特種考試及格 中華民國 76 年中醫師國家檢定考試 • 經歷 中華中醫骨傷科醫學會監事 桃園市中醫師公會理事 南宗少林俗派第九代禪武醫傷嫡傳弟子

講師	學經歷介紹
	<p>劉又銓</p> <p>聯新國際醫院運動醫學科主治醫師 台灣運動醫學醫學會(TASM)理事</p> <ul style="list-style-type: none"> 學歷： 長庚大學醫學系畢業醫學士 經歷： 中華民國復健科專科醫師 堰新醫院運動醫學科專任主治醫師 上海禾新醫院運動暨康復醫學科副主任 Lamigo 桃猿職棒隊醫療團隊主治醫師 璞園籃球隊醫療團隊主治醫師 國家訓練中心駐診醫師 國立體育大學兼任講師 2016 越南峴港【第五屆亞洲沙灘運動會】中華代表隊隊醫 2017 土庫曼阿什哈巴德【第五屆亞洲室內暨武藝運動會】中華代表隊隊醫 2018 阿根廷布宜諾斯艾利斯【青年奧林匹克運動會】中華代表隊隊醫
	<p>卓掌一</p> <p>職業網球選手運動傷害防護師 台灣運動傷害防護學會顧問</p> <ul style="list-style-type: none"> 學歷： 臺北市立體育學院體育健康研究所 國立體育大學運動保健系 經歷： 2015 年中國職業網球選手王雅繁個人體能訓練師暨運動傷害防護師、北京壹壹貳叁青少年網球俱樂部體能訓練師 2012 年謝淑薇個人運動傷害防護員 2011 年第二十五屆深圳世界大學運動會代表團防護員 2011 年國立台灣師範大學運動傷害防護員 2008 年北京奧林匹克運動會中華代表團防護員 及 2006 年至 2010 年間多場國際棒球錦標賽、經典賽、奧運資格賽中華隊隨隊防護員。

2019年6月30日(星期日)

課程主題：《國球運動傷害搶救大作戰》跨團隊棒球傷後重建工作坊

● 課程介紹：

棒球是台灣的國球也是國內各級學校重點推廣的運動，但棒球選手的治療與訓練是分開的，由於專業團隊使用的專業術語及養成環境迥異，導致對棒球選手治療與訓練的溝通無法落實，醫師覺得教練及選手不夠了解及重視傷勢，教練及選手則是害怕在診間被醫師「判刑」無法上場，而防護員被卡在中間很難為。這樣缺乏共識的結果往往讓受傷的選手身心俱疲、無所適從。

工作坊從不同團隊角色出發，讓學員以小組為單位進行多種情境演練，學習如何與團隊成員進行有效溝通，讓醫師懂得如何支持選手，讓訓練團隊了解在受傷後應該怎麼進行調整及訓練，甚至預防傷害。特別邀請曾任中華男籃隨隊物理治療師、運動工場負責人陳建中物理治療師，及照顧多位國內職棒與棒球選手的臺大醫院復健部陳星宇物理治療師以及他們的合作團隊，分享美國費雪訓練中心、德州棒球農場及佛州棒球農場系統化評估、訓練模式，手把手帶大家跨越團隊領域限制，一步一步從溝通技巧、影像動作評估、身體評估處置、旋轉性爆發力訓練真正了解棒球選手受傷以後的需求。

● 課程對象：

- (1) **運動醫學科、復健科、骨科、中醫科等專科醫師、物理治療師**：有一身知識技術，想投入棒球運動傷害領域、了解訓練方式、學會教練選手的共通語言卻苦無機會的你。
- (2) **運動傷害防護師、體能訓練師**：總是在醫師及教練間左右為難，選手傷勢總是難以斷根，希望了解如何真正有效率評估及訓練受傷選手或預防選手受傷的你。
- (3) **專項教練**：希望強化自己除了技戰術指導以外的能力，更精準解析選手素質，避免子弟兵受傷，達到真正綜觀大局的你。

● 講師/助教群：

陳建中 雷力克斯健康科技有限公司/負責人 陳建熹 運動工場/棒球體能教練(助教)
陳星宇 臺大醫院復健部/物理治療師 楊于軒 斯博森訓練中心/店長(助教)

● 分組課程內容：

主題 1：心理支持與臨場溝通技巧 (陳建中) 課程重點在於醫師、治療師、防護員、教練、選手的跨團隊溝通技巧。不同職業擁有不同的思維模式，無論在場邊或在診間，了解不同團隊的思考才能在跨團隊的合作中，透過有效溝通達到解決問題的目的，也才能真正幫助到受傷的選手。	主題 2：動作影像評估 (陳星宇) 透過影像分析，用科學化數據協助學員瞭解常聽到的棒球動作抽象概念，如：怎樣的動作才是真正用到「下盤」的力量？讓選手肩肘受傷的元兇「用手在丟」究竟長怎樣？「動作開掉」的真面目是什麼？什麼是具備「良好協調性」的動作形狀？運用影像發現問題，進一步進行評估，針對弱項處理。
--	---

<p>主題 3：身體活動度評估與處理 (陳建熹)</p> <p>雖然棒球運動投擲造成的傷害大部分在肩膀跟手肘，但是問題的元兇卻不盡然是肩與肘。本課程真正帶您突破盲點，從腳踝、髖關節、胸椎活動度等方面來看他們對肩膀及手肘的影響。</p>	<p>主題 4：旋轉爆發力體能練習 (楊于軒)</p> <p>總是進行單調的器械重訓，明明沒有很壯卻害怕把肌肉練太壯影響投球嗎？不知道怎麼練才能把訓練順利轉化的自己的實戰表現嗎？本課程引導你如何訓練「旋轉爆發力」，有效借力使力，體驗真正的下盤到上盤動力鍊連結！</p>
--	---

● 注意事項：

1. 本課程沒有午餐時間:有大休息時間 20 分鐘(自行準備乾糧食物)。
2. 本課程將進行以分成 4 組(A、B、C、D)方式進行。

● 課程表

Jun 30, 2019 (Sunday)				
08:30-08:50 (20min)	學員報到			
08:50-09:00 (10min)	開幕式			
09:00-09:30 (30min)	課程開場 - 感受受傷的人 或者 被訓練的人在體驗些什麼？			
09:30-09:40 (10min)	換站時間			
--	主題 1 1002 會議室	主題 2 1003 會議室	主題 3 1006 會議室	主題 4 1008 會議室
09:40-10:40 (60 min)	A 組	B 組	C 組	D 組
10:40-10:50 (10 min)	每組休息喝水換站			
10:50-11:50 (60 min)	B 組	A 組	D 組	C 組
11:50-12:10 (20min)	大休息時間			
12:10-13:10 (60min)	C 組	D 組	A 組	B 組
13:10-13:20 (10 min)	每組休息喝水換站			
13:20-14:20 (60 min)	D 組	C 組	B 組	A 組
14:20-14:30 (10 min)	每組休息喝水換站			
14:30-15:00 (30min)	收場分享：專家分享互動			
15:00 ~	賦歸			

- **【繼續教育積分申請】**依各醫學會實際核定結果提供：
 - 中華民國中醫師公會全國聯合會。
 - 中華民國西醫師公會全國聯合會。
 - 中華民國物理治療師公會。
 - 中華民國骨科醫學會。
 - 台灣家庭醫學醫學會。
 - 台灣復健醫學會。
 - 台灣運動傷害防護學會。
 - 台灣運動醫學醫學會(TASM)。

- **【報名方式】**

請務必於報名繳費前確認您報名身分是否符合，如未符合，本會有權取消您的名額並退回報名費。

步驟1、確認報名身分，若無法確認，歡迎來電秘書處 03-2831213 陳韻宜秘書。

步驟2、完成課程費用繳交，請以銀行匯款或 ATM 方式：
 銀行名稱/代碼：元大銀行(806)平鎮分行(0091)
 戶名：台灣運動醫學醫學會
 帳號：200-9200-0098-088



活動報名 QR code

步驟3、掃描報名 QR code 或進入報名網址 <https://reurl.cc/0mpYb> 填寫報名資料，完成出現此畫面，即是完成報名作業。

- **【注意事項】**

- (1) 為維護課程品質與其他學員權益，若原報名繳費者不克參加，可保留其課程費用於本會其他課程中使用，最晚請於開課前十天通知主辦單位，逾期恕不受理。
- (2) 如欲取消報名，請於開課前十天以電話或 email，通知主辦單位並確認申請退費事宜，主辦單位將確認相關作業程序後，扣除手續費後退還九成課程費用。
- (3) 如遇颱風來襲，依據行政院人事行政總處公告「台北市」停止上班，課程日期順延並另行通知。
- (4) 課程報名若遇名額已滿，同意由專人以電話通知備取。
- (5) 上述事項請務必詳細閱讀，以保障您自身的權益。

- **【服務窗口】**

課務服務單位：聯新國際管理學院 03-2831207 張筱雯小姐。
 學會秘書處：03-2831213 陳韻宜秘書

● 【交通方式】

張榮發基金會國際會議中心位於路網綿密、交通便利的中山南路上，緊鄰台大醫院及自由廣場（中正紀念堂），距離台大醫院捷運站步行約 5 程為 5 分鐘。



掃描我，取得會場
交通資訊

開車：(備有地下停車場，可供中小型汽車停放)

- 中山高速公路→建國北路→下高架橋→仁愛路→景福門前
- 中正橋→重慶南路→總統府→凱達格蘭大道→信義路
- 忠孝路→忠孝西路右轉→中山南路
- 台北橋→民權西路→中山北路二段→中山南路

捷運：

- 搭乘捷運淡水信義線至「台大醫院」站 2 號出口下車(步行時間約 5 分鐘)
- 搭乘捷運淡水信義線或松山新店線至「中正紀念堂」站 5 號或 6 號出口下車(步行時間約 15 分鐘)

公車：

- 搭乘 37、249、261、270、621、630、651、仁愛幹線公車，於「仁愛中山路口」下車。
- 搭乘 0 東、20、22、38、88、204、588、607、1503 公車，於「中正紀念堂」下車。