

成大第五屆亞洲韌性城市設計國際競賽與論壇

孫宜秋／南市

2019/7/4

【記者孫宜秋／南市報導】成功大學建築系主辦2019年第五屆「亞洲韌性城市設計國際競賽與論壇（Designing Resilience in Asia International Symposium and Design Competition）」，活動地點就在60餘年前美援時期興建的舊總圖書館K館，盼藉由國際上有相當地位的建築學者共同參與，並就極端氣候變遷的影響，與亞洲韌性城市設計永續發展提供更多面向的探討。



成功大學校長蘇慧貞DRIA「亞洲韌性城市設計國際競賽與論壇」會場致詞。

DRIA「亞洲韌性城市設計國際競賽與論壇」已連續舉辦了4年，今年由成大建築系主辦，邀請來自中國、日本、新加坡、印尼、泰國、印度、孟加拉、澳洲、德國、美國、加拿大等地上百位建築相關科系師生參加。活動內容包含國際工作坊、研討會、學生圓桌論壇、設計競賽評圖與教學，並邀請國內外學者專家主題演講，包括紐約WXY事務所建築師Clair Weisz、AECOM亞太區總裁喬全生、紐約Parsons School of Design前院長Brian McGrath、柏克萊大學建築系主任Renee Chow、新加坡大學建築系Oscar Carracedo以及台灣知名建築師黃聲遠與張清華。

與一般的國際研討會大多專注在學術論文的分享不同，DRIA競賽與論壇是以對真實基地的韌性設計提案，今年為印度清奈市的大沼澤區，來進行設計、研究、教學、比賽、分享交流等跨領域、實務與學術的多元活動。

成功大學校長蘇慧貞上午8時30分前往DRIA「亞洲韌性城市設計國際競賽與論壇」會場致詞，除了向與會人士表達歡迎，並強調成大有不少來自印度等國師資，甚至和家眷一同住在台南，學校提供國際人士進行學術交流往來互動融洽的地方。

她透露自己以前也曾對城市設計領域感興趣，因攻讀哈佛大學公共衛生博士班時住在波士頓，研究內容即涵蓋環境議題等不同學門，很期盼能貢獻所學創造更好的未來，讓未來有更好願景。同時她也到過印度、土耳其考察，對當地新城市的開發印象深刻，「尤其永續環境的議題日益受重視，畢竟地球是大家共享的，希望有更多人關注。而透過DRIA逐年進展，相信以後友誼互動更密切，今年在成大舉辦的活動也會成為重要里程碑。」

成大規劃與設計學院院長鄭泰昇指出，成大每年都參加DRIA，今年獲主辦權，特別選在舊總圖K館舉行，因為此次活動結束後，舊總圖就要被重新翻修，面臨未來氣候變遷的嚴峻挑戰、與承載60多年的歷史記憶，無疑會帶給學校更多艱難的應對過程，但就如同過去圖書館做為知識累積的內涵意義，包括極端氣候變化、建築設計

施工及建材，都要有新的因應對策，後續3天將有各種不同課程提供分享，7月5日將為競賽結果頒獎。



成大舉辦亞洲韌性城市設計論壇



成大校長蘇慧貞為「亞洲韌性城市設計國際競賽與論壇」致詞。(記者李政財攝)

記者李政財 / 臺南報導

成功大學建築系昨日主辦第5屆「亞洲韌性城市設計國際競賽與論壇」，活動地點就在60餘年前美援時期興建的舊總圖書館K館，盼藉由國際知名的建築學者共同參與，就極端氣候變遷的影響，與亞洲韌性城市設計永續發展，提供更多面向的探討。

成大校長蘇慧貞前往DRIA「亞洲韌性城市設計國際競賽與論壇」致詞，透露自己也曾對城市設計領域感興趣，因攻讀哈佛大學公共衛生博士班時住在波士頓，研究內容即涵蓋環境議題等不同學門，很期盼能貢獻所學，創造更好的未來，讓未來有更好的願景。

「亞洲韌性城市設計國際競賽與論壇」已連續舉辦了4年，今年由成大建築系主辦，邀請來自大陸、日本、新加坡、印尼、泰國、印度、孟加拉、澳洲、德國、美國、加拿大等國上百位建築相關科系師生參加，內容包含國際工作坊、研討會、學生圓桌論壇、設計競賽評圖與教學等。

...

2019年7月2日 星期二

第五屆亞洲韌性城市設計國際競賽與論壇



【記者于郁金/連凱斐/台南報導】成功大學建築系主辦2019年第五屆「亞洲韌性城市設計國際競賽與論壇 (Designing Resilience in Asia International Symposium and Design Competition) 」，活動地點就在60餘年前美援時期興建的舊總圖書館K館，盼藉由國際上有相當地位的建築學者共同參與，並就極端氣候變遷的影響，與亞洲韌性城市設計永續發展提供更多面向的探討。

DRIA「亞洲韌性城市設計國際競賽與論壇」已連續舉辦了4年，今年由成大建築系主辦，邀請來自中國、日本、新加坡、印尼、泰國、印度、孟加拉、澳洲、德國、美國、加拿大等地上百位建築相關科系師生參加。活動內容包含國際工作坊、研討會、學生圓桌論壇、設計競賽評圖與教學，並邀請國內外學者專家主題演講，包括紐約WXY事務所建築師Clair Weisz、AECOM亞太區總裁喬全生、紐約Parsons School of Design前院長Brian McGrath、柏克萊大學建築系主任Renee Chow、新加坡大學建築系Oscar Carracedo以及台灣知名建築師黃聲遠與張清華。

與一般的國際研討會大多專注在學術論文的分享不同，DRIA競賽與論壇是以對真實基地的韌性設計提案，今年為印度清奈市的大沼澤區，來進行設計、研究、教學、比賽、分享交流等跨領域、實務與學術的多元活動。

成功大學校長蘇慧貞上午8時30分前往DRIA「亞洲韌性城市設計國際競賽與論壇」會場致詞，除了向與會人士表達歡迎，並強調成大有不少來自印度等國師資，甚至和家眷一同住在台南，學校提供國際人士進行學術交流往來互動融洽的地方。

她透露自己以前也曾對城市設計領域感興趣，因攻讀哈佛大學公共衛生博士班時住在波士頓，研究內容即涵蓋環境議題等不同學門，很期盼能貢獻所學創造更好的未來，讓未來有更好願景。同時她也到過印度、土耳其考察，對當地新城市的開發印象深刻，「尤其永續環境的議題日益受重視，畢竟地球是大家共享的，希望有更多人關注。而透過DRIA逐年進展，相信以後友誼互動更密切，今年在成大舉辦的活動也會成為重要里程碑。」

成大規劃與設計學院院長鄭泰昇指出，成大每年都參加DRIA，今年獲主辦權，特別選在舊總圖K館舉行，因為此次活動結束後，舊總圖就要被重新翻修，面臨未來氣候變遷的嚴峻挑戰、與承載60多年的歷史記憶，無疑會帶給學校更多艱難的應對過程，但就如同過去圖書館做為知識累積的內涵意義，包括極端氣候變化、建築設計施工及建材，都要有新的因應對策，後續3天將有各種不同課程提供分享，7月5日將為競賽結果頒獎。

成大舊總圖K館興建於1951年，是美援時期普渡大學教授擔任顧問，與成大建築系師生參與設計，藉由現代主義建築理論的導入，使成大建築工程學系教育內容出現本質上的改變，由布雜美學轉向現代主義，由美術教育轉向工程教育。3日的活動場地分別在K館2、3樓舉辦，主辦單位表示，希望在充滿過去校友回憶、與知識累積交流的歷史建築內，藉由國際學術研討與真實基地設計提案過程，激發出探索極端氣候與嚴峻環境下最前瞻的城市設計可能。

針對因氣候變遷導致水患嚴重的亞洲城市，DRIA提供韌性設計研究平台，5年前由新加坡國立大學發起，集結全球性資源及智慧，藉跨國家與跨領域集結了來自都市設計、建築和其他學門的學生參與此項國際設計競賽，藉由設計介入反映當代急迫的城市與社會議題，發展符合當代亞洲群落特質的韌性都市提案，以聯合國的「全球永續發展目標」SDGs (Sustainable Development Goals) 為指導原則，追求創新教育典範，跨國提案來全面探索所有 17 項 SDGs 永續發展目標。

主辦單位指出，DRIA首次在新加坡國立大學舉辦，這次成功大學以地主身分，特別增加台北門在地工作坊，讓學生透過典範移轉的都市設計操作模式，將跨國競圖教學中在印度清奈的設計策略與概念引進台南，尤其清奈曾發生嚴重缺水，可供台南對照，參賽學生也會實地到北門進行驗證與討論。運用成功大學已累積的環境與水系統等研究成果，盼能協助解決北門在地的複雜多元問題，同時在北門啟發的設計策略，得以成為更有系統的知識與多種測試的原型，不只將國際資源帶入台灣，也讓國際看見台灣在韌性與永續設計的努力成果



2019成大羽球公開賽 7/4展開一連4天

記者吳順永 / 台南報導 □ 2019-07-03 17:09



2019大專羽球最盛大的賽事—成大羽球公開賽即將開賽，今年公開賽已邁入第26屆，7/4起將展開一連4天的精彩賽事，總比賽場次高達1400場，共1201位選手來自106所學校和各贊助企業，前來成功大學中正堂共襄盛舉，競爭最高的榮耀。

成大羽球公開賽除了推廣羽球運動外，今年依然延續往年慣例結合公益活動，增加比賽的多元性，民眾或選手於競賽期間至大會會場活動專區捐贈5張發票即可兌換大會相關紀念品，所募得的發票將捐給創世基金會，以期能夠幫助更

多社會上有需要的人。

為了促進選手間的交流，大會在選手證背面印上各式的圖案，如果將選手證背面拼成一個拼圖，即可一同前去活動專區兌換獎品，如此在休息或觀看比賽的同時，便可藉此機會認識來自全台各所學校的選手，達到推廣羽球運動的理念，並能增加人與人之間的互動，選手們除了專注於競賽之外，也實現以球會友之精神，創造加豐富多彩的回憶。

本次大會使用球為「勝利比賽級羽毛球」，另外將贈送參賽選手紀念衫乙件及紀念品乙件，皆是和勝利公司合作推出，成功大學羽球校友同學會協助支持紀念衫。本屆活動贊助商：葉氏悟羽、陳文峯耳鼻喉科診所、香格里拉台南遠東國際大飯店、台南市順天羽球館、藝群國際企業有限公司等。

成大羽球公開賽 千餘好手尬球技

記者施春瑛／台南報導
2019-07-03

二〇一九大專羽球最盛大的賽事—成大羽球公開賽，將於四日起一連四天在成大大中正堂舉行，總比賽場次達一千四百場，共有一千兩百零一人來自一〇六所學校和贊助企業的羽球好手將同場尬球技。

成大羽球公開賽除了推廣羽球運動外，今年依然延續往年慣例結合公益活動，增加比賽的多元性。民眾或選手於競賽期間至大會會場活動專區捐贈五張發票即可兌換大會相關紀念品，所募得的發票將捐給創世基金會，期能夠幫助更多社會上有需要的人。

另為了促進選手間的交流，大會在選手證背面印上各式的圖案，如果將選手證背面拼成一個拼圖，即可一同前去活動專區兌換獎品，如此在休息或觀看比賽的同時，便可藉此機會認識來自全台各所學校的選手，實現以球會友之精神。

成大表示，本屆大會感謝成大羽球隊、成大羽球校友會和台南市羽球協會裁判的協助，並特別感謝與大會長期合作的勝利體育事業股份有限公司，本次大會使用的比賽級羽毛球，及將贈送給參賽選手的紀念衫及紀念品，都和勝利公司合作推出。

在台完成大學學業 日本女孩感謝：盼大家珍惜這塊土地

2019-07-04 09:18

〔記者洪瑞琴／台南報導〕領教育部「台灣獎學金」的成功大學台灣文學系日籍畢業生勝村亞季，成績表現優秀甫獲頒獎表揚，在即將返回日本前，她公開感謝台灣人的付出，讓她可以完成學業，對於「香港反送中」事件更是有感而發，盼望大家要珍惜愛護這片民主之土。



日本女孩勝村亞季感謝台灣人的付出，讓她順利大學畢業。（記者洪瑞琴攝）

勝村亞季說，「台灣獎學金」提供每學期4萬元學費（舊制），以及每月生活費1萬5千元，對於來自單親家庭的她而言，經濟幫助實在很大，除了感謝政府之外，這些錢更來自每位台灣人民繳稅，「是台灣人給我在台灣讀書的機會」，拿獎學金在台就讀的外籍生應該要有這種基本體悟。

因為年少時曾來台灣旅遊的初體驗，種下心中對台灣好奇的種子。4年前，台大、政大、成大、台師大、中山全部都考上時，她選擇成大台文系第一志願，許多人問：「妳讀台文系要幹嘛？」

勝村亞季說，現在回過頭想，因台灣的民主開放，她完全不受「價值」、「薪水」一般世俗框限，可以專心做學問，「在我眼中的台灣，每個人都非常熱心付出，且受人幫助並不會感到不好意思，而是懷著感謝去幫助下一個人」，無論校內、校外，深刻感受周遭身邊的人的付出。

不過，就一個外籍生觀點，她決定來台灣讀書，目的就是認識這塊土地上所有事物，盡量多接觸在地文化，嘗試各種生活聯結方式，參加台、日文翻譯義工工作，探索「什麼叫作台灣」。

勝村亞季說，其實台灣擁有多元族群文化，有16個原住民族，還有豐富的西拉雅文化，台語也不是「有音無字」，其實就有羅馬白話字書寫，「不知道不代表不存在」，發現很多在地台灣人未重視認識學習自己母語文化。

勝村亞季說，尤其最近發生「香港反送中」事件，台灣與香港的不同處，就在於這裡的人民分享有民主言論自由，外國人同樣也感受得到，希望台灣人好好珍惜維護這塊土地。

37歲成大助教王奕婷專攻侍從主義 獲2019年輕學者研究著作獎

[中研院 \(/news/list/tag/中研院\)](/news/list/tag/中研院)[年輕學者 \(/news/list/tag/年輕學者\)](/news/list/tag/年輕學者)[侍從主義 \(/news/list/tag/侍從主義\)](/news/list/tag/侍從主義)[民主環境 \(/news/list/tag/民主環境\)](/news/list/tag/民主環境)

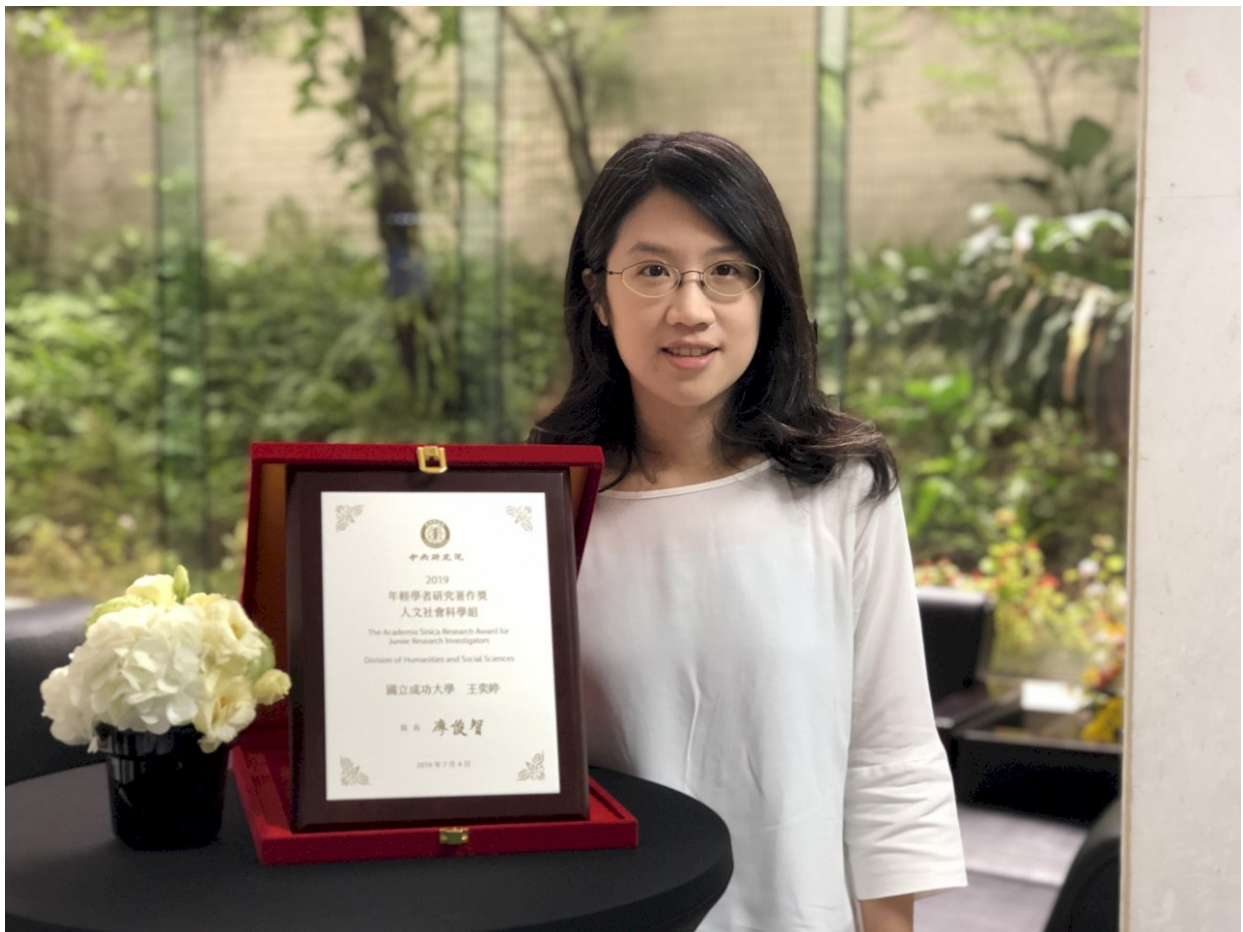
時間：2019-07-04 11:50

新聞引據：採訪

撰稿編輯：楊文君

讚 0

分享



37歲的成大政治學系助理教授王奕婷獲獎，她說，只有在台灣這樣的民主環境下，她的研究才得以進行。（楊文君攝）

中央研究院今天(4日)公布2019年「年輕學者研究著作獎」得獎名單，共有10位優秀年輕學者獲獎，最年輕的學者為37歲的成大政治學系助理教授王奕婷，她所研究的「侍從主義與政黨政治」因具有開創性，受到評審肯定。她受訪時也強調，只有在台灣這樣的民主環境下，她的研究才得以進行。

為鼓勵國內年輕學者深入學術研究並有重要貢獻，中央研究院自1996年起頒授「年輕學者研究著作獎」，23年來獎勵許多國內的年輕學者，4日中研院公布2019年「年輕學者研究著作獎」得獎名單，共有10位優秀年輕學者獲獎。其中，最年輕的學者為37歲的成功大學政治學系助理教授王奕婷，她所研究的「侍從主義與政黨政治」因具有開創性，受到評審肯定。

王奕婷受訪時指出，傳統政治學都認為，政黨是利用政策來吸引選民支持，例如左派、右派、統一或獨立，而侍從主義也是政黨想要爭取選民支持的一種方式，但它沒有具體政策、反而是著重在與一群特定選民的利益交換關係，例如合約、提供工作、某些產業放鬆管制，都是侍從主義的表現方式，台灣也算是侍從主義明顯的國家。

至於侍從主義是否會影響民眾對民主的滿意程度？她的研究也發現，確實有相關，當侍從主義明顯時，人民普遍會對民主運作不滿意，因為心裡覺得不公平，「為什麼我支持的政黨不買票之類的」，但民眾必須學著有耐心，等待政策落實那天。她說：『(原音)政策的實現需要花點時間，可是選民不是那麼有耐心的話，他覺得這些事情你沒做到，你一定是騙我票、我再也不要投你，所有政治人物都不可信任，在這樣的狀況之下，政治人物也會覺得說，我也不需要努力，我只要在選前施點小惠就可以，這樣就會造成惡性循環。』

王奕婷也強調，她的研究主題並非理所當然，只有在台灣這樣的民主環境下，政治議題才能這樣被談論，好的政治學研究才可能出現。

中研院副院長周美吟致詞時指出，此獎項希望能激發年輕研究人員深入思考，從事具創新性與影響力的研究，進而發表傑出著作，每位得獎者都將獲頒獎金新台幣20萬元、研究獎助費30萬元及獎牌1面。

曾窮到只剩一千元！成大高材生立志用教學影片影響上萬人

2019-07-03 15:55 104BeAGiver掌聲

「基測結束後，我把書燒了拿來烤雞腿，因為實在太沮喪！以前在台中大肚山偏鄉，成績很不錯，搬到繁華的台北，瞬間吊車尾，覺得怎麼拼也拼不過資源豐富的城市小孩。所以我拍教學影片讓知識沒有邊界，每一個孩子都有資源、有趣的學習，當我聽到學生說『嚴巴哥哥我懂了』所有辛苦，都值得了！」

★放棄科技新貴 投身社會企業

成大化學系畢業，是許多科技大廠搶要的人才。嚴天浩創辦LIS（Learning is Science）線上教學平台後，曾到友達光電演講分享LIS計畫，台下人資直接要他去應徵，但他還是熱衷影片教學。

嚴天浩從偏鄉到都市，大學當家教，也課輔偏鄉孩子，對於「教育資源公平」很有體悟。從大三開始號召同儕拍教學影片，申請成大天使基金兩萬元，從大學畢業時的4人團隊，目前已擴充到12人，截至目前已拍攝超過150支教學影片。年僅28歲，已是科技部大學科普計劃的評審委員，也是行政院青年諮詢委員會第2屆委員。

★窮到只剩一千元 父母只求別啃老

創業何其容易，尤其嚴天浩面對的是網紅當道、人人自媒體、以及教學影片平台所在多有的開放環境。嚴天浩和夥伴們在學期間錄了四十幾支影片，對學校教授、教學機構提案，卻少有人回應；看到網路上有人錄了上千支教學影片，自己當時才30支，也曾懷疑自己到底在做什麼；為了邀請企業贊助，發了超過上百封信件，不是已讀不回，就是被總機掛電話，他甚至窮到只剩一千元；還有補習班的人建議他直接放棄，找其他工作養活自己。

相比大學同學進入台積電、聯發科等大廠，高薪指日可待，嚴天浩的父母只求他不要成為啃老族。創業夥伴也面臨家人壓力甚至起衝突，期許大夥趕快找份好的工作、再三年沒有成績就請找正常的工作；為了安撫家人，創業夥伴只好晚上繼續兼差，賺足一般上班族的薪水。

★理科切入 同中求異

嚴天浩向台東「孩子的書屋」負責人陳爸請益，陳爸一語道破：「你們只是用想像在幫助偏鄉孩子，但你們了解這群孩子嗎？」整整一年，嚴天浩和夥伴不斷修改課綱、改版影片，希望孩子了解上課內容，直到陳爸說出：「能讓台東這群孩子願意上LIS的課，其他地方也可以！」

嚴天浩不再盲目追求影片的觀看次數，2016年，他從線上轉進實體校園，直接和國高中理化老師分享，專注經營自然科、理化老師社群，切入沒有人做的科學史，改寫自然科課綱，用生動的腳本拍攝，讓原本枯燥的內容變得有趣。截至目前，已有超過一成的國中理化老師使用LIS的教材，每年影響三萬名國中生，從沒沒無聞到有教科書出版社找上門合作；學校校長打電話給他，想要取得科學史脈絡圖的授權，貼在走廊讓學生直接學習。

嚴天浩說：「當老師回饋，用了教材後，學生上課的氣氛都不一樣了，我們知道這才是LIS想做的事。」

★Giver陳爸啟發 路 更長更遠

台東「孩子的書屋」負責人陳爸是嚴天浩的Giver貴人，不只點出LIS草創初期的盲點，也是LIS第一位贊助者。嚴天浩每周到台東偏鄉課輔學生，也是他真實和學生互動，不斷改善影片的機會。

曾經，在LIS最低潮的時候，有補習班找上門，想買斷LIS教材的影片版權。嚴天浩和夥伴非常掙扎！拒絕了，兩個月後可能發不出薪水；接受了，有金援，但影片只能在補習班平台看。因為違背創業初衷—免費教學影片大家看，讓教育公平，他們忍痛拒絕送上門的資金。

LIS資金來源，多數來自於企業贊助（鴻海教育基金會之前贊助了兩年，美光科技則從2018年開始）、少部分來自於小額捐款、延伸服務，例如

都市的營隊課程或是教師研習，今年也預計啟動群眾集資的計畫，期盼更多人能一起成就孩子們的未來。

★用天使初衷 戰勝魔鬼

為了募款，嚴天浩年初都要寫email、打電話，他自我調侃：「就是無限輪迴地找別人來拒絕我！」總在最困頓、最缺錢、最想投降的時候，想到台東陳爸曾經吃六個月的泡麵也要繼續「孩子的書屋」，嚴天浩告訴自己，做對的事，被拒絕也不算什麼吧！

曾經被質疑，學生不考試就不念書，怎麼可能會看教學影片？但有學生問他：「嚴巴哥哥，你影片可不可以出快一點？」因為他已經全部看完了！



嚴天浩。圖／104提供

教學影片網址：https://www.youtube.com/watch?time_continue=1&v=Y9ZrQj7_Ozo

首頁 > 地方縣市新聞 [台南] > 運動員的命脈 前十字韌帶傷害

運動員的命脈 前十字韌帶傷害

孫宜秋／南市

2019/7/4

【記者孫宜秋／南市報導】愛好運動的25歲黃先生在一次激烈的球類運動中，嚴重扭傷到左邊膝蓋，聽到"啪"一聲，並且感覺到膝蓋骨有錯位的感覺。休養2周後，膝蓋依然疼痛腫脹，並無法完全伸直，因此至成大醫院骨科求診。經理學檢查以及核磁共振後，確診為"前十字韌帶完全斷裂"。



成醫官法全醫師。

成大醫院骨科部官法全醫師表示，黃先生後來接受自體韌帶移植手術，術後於本院物理治療中心接受積極的復健及肌力訓練，包括目前美國職業球隊熱門訓練方式的紅繩（Redcord）和波速球（BOSU）訓練。黃先生膝蓋恢復的狀況良好，現在已回到運動場，重拾喜愛的活動。

前十字韌帶又被稱為運動員的命脈，其主要功能為穩定膝關節，會受傷通常是在跳起落下時著地不穩，再加上扭轉的力量而致。官法全醫師表示，急性期患者會感覺關節血腫，這時候可以先冰敷休息，但之後患者常常會感覺到以下症狀：※走路、上下樓梯會軟腳，覺得膝蓋空空的沒力氣；※活動後膝蓋容易腫起來積水；※稍微運動覺得膝蓋不穩定，好像快要扭到一樣。

如果有這些相關症狀，官法全醫師提醒需就醫接受檢查。他並指出，如果韌帶是不完全斷裂，可以考慮接受物理治療及增生治療；若韌帶是完全斷裂，因為關節內韌帶無法再生，就須評估是否接受重建手術。

成大醫院運動治療團隊今年初率先從法國引進膝關節測量儀，可以針對患者膝關節穩定度做完整的評估，在受傷後及術前、術後復健期等不同階段，透過測量儀取得客觀的數值，來量身訂做對應的治療。

官法全醫師表示，如果評估需要接受十字韌帶重建手術，使用的重建材料分有自體及異體2種：1.自體韌帶移植：常用的選擇有腿後肌腱或髌骨韌帶。自體韌帶移植是目前國內最廣泛使用的方式，其手術成功率也最高，但缺點是需要犧牲正常的組織，手術時間較長，傷口也會略大。2.異體韌帶移植：即為使用他人捐贈的韌帶，也是常見的選擇之一，在歐美國家甚至比自體韌帶更加流行。其最大的好處是不需犧牲健康的韌帶或肌腱，這對職業運動員尤其重要；另外，其手術時間較短，傷口較小也是優勢之一。

異體韌帶移植在沒有組織庫的醫院，需要向外國公司訂購，通常需要支付高額購買及運送的費用。成大醫院因設有人體組織庫，固定取得捐贈韌帶，因此接受異體韌帶移植手術者僅須負擔較低廉的處理費。

膝扭傷啪一聲 前十字韌帶斷裂

記者葉進耀／台南報導
2019-07-03

25歲黃姓男子在一次激烈的球類運動中，嚴重扭傷左邊膝蓋，聽到「啪」一聲，並有膝蓋骨錯位的感覺。休養2週後，膝蓋依然疼痛腫脹且無法完全伸直，就醫確診為「前十字韌帶完全斷裂」，經自體韌帶移植手術重建，9個月後已能再回球場。

成大醫院骨科醫師官法全表示，前十字韌帶主要功能為穩定膝關節，又稱為運動員的命脈，其受傷通常是在跳起落下時著地不穩，加上扭轉的力量而致。急性期患者會感覺關節血腫，可以先冰敷休息，但之後患者常常會感覺走路、上下樓梯會軟腳，覺得膝蓋空空的沒力氣；活動後膝蓋容易腫起來積水；稍微運動覺得膝蓋不穩定，好像快要扭到一樣。如果有出現這些相關症狀，就要就醫檢查。

官法全指出，如果前十字韌帶不是完全斷裂，可以考慮接受物理治療及增生治療；若韌帶是完全斷裂，因為關節內韌帶無法再生，就要評估是否接受重建手術。

重建手術使用的重建材料分有自體及異體2種。其中，自體韌帶移植常用的有腿後肌腱或髌骨韌帶，是目前國內最廣泛使用的方式，手術成功率也最高，但缺點是需要犧牲正常的組織，手術時間較長，傷口也會略大。

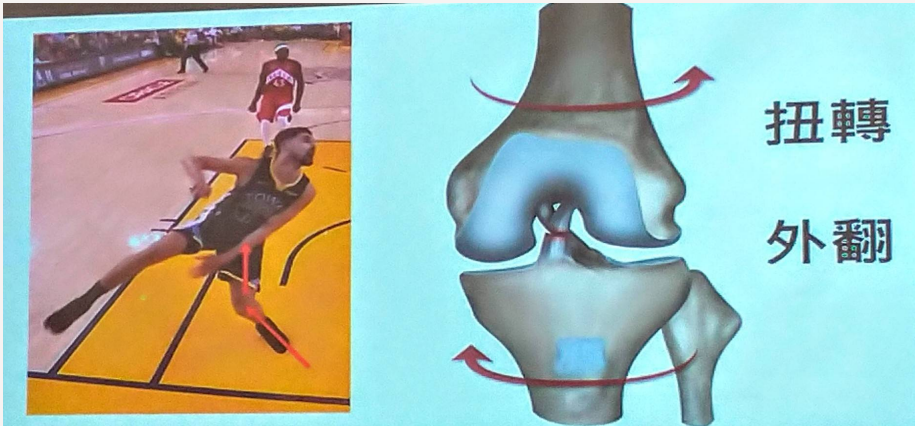
異體韌帶移植即為使用他人捐贈的韌帶，也是常見的選擇之一，在歐美國家甚至比自體韌帶更加流行。最大的好處是不需犧牲健康的韌帶或肌腱，這對職業運動員尤其重要；另外，其手術時間較短，傷口較小也是優勢之一。

他說，前十字韌帶完全斷裂是否開刀重建，因人而異，若僅是感覺走路並不會受到很大的影響，未必要開刀；若嚴重影響到日常生活，則必須開刀重建治療。

[首頁](#) > [即時新聞](#)

運動員的命脈 談前十字韌帶～傷害

大成報 / 于郁金 2019.07.03 19:06



【大成報記者于郁金/連凱斐/臺南報導】愛好運動的25歲黃先生，在1次激烈的球類運動中，嚴重扭傷到左邊膝蓋，聽到「啪」一聲，並且感覺到膝蓋骨有錯位的感覺；休養2周後，膝蓋依然疼痛腫脹，並無法完全伸直，因此至成大醫院骨科求診。成大醫院表示，經理學檢查以及核磁共振後，確診為「前十字韌帶完全斷裂」。

成大醫院骨科部官法全醫師表示，黃先生後來接受自體韌帶移植手術，術後於本院物理治療中心接受積極的復健及肌力訓練，包括目前美國職業球隊熱門訓練方式的紅繩(Record)和波速球(BOSU)訓練；黃先生膝蓋恢復的狀況良好，現在已回到運動場，重拾喜愛的活動。

前十字韌帶又被稱為運動員的命脈，其主要功能為穩定膝關節，會受傷通常是在跳起落下時著地不穩，再加上扭轉的力量而致。官法全醫師表示，急性期患者會感覺關節血腫，這時候可以先冰敷休息，但之後患者常常會感覺到以下症狀：

- 1、走路、上下樓梯會軟腳，覺得膝蓋空空的沒力氣。
- 2、活動後膝蓋容易腫起來積水。
- 3、稍微運動覺得膝蓋不穩定，好像快要扭到一樣。

官法全醫師提醒，如果有這些相關症狀，需就醫接受檢查；如果韌帶是不完全斷裂，可以考慮接受物理治療及增生治療；若韌帶是完全斷裂，因為關節內韌帶無法再生，就須評估是否接受重建手術。

成大醫院指出，本院運動治療團隊今年初率先從法國引進膝關節測量儀，可以針對患者膝關節穩定度做完整的評估，在受傷後及術前、術後復健期等不同階段，透過測量儀取得客觀的數值，來量身訂做對應的治療。

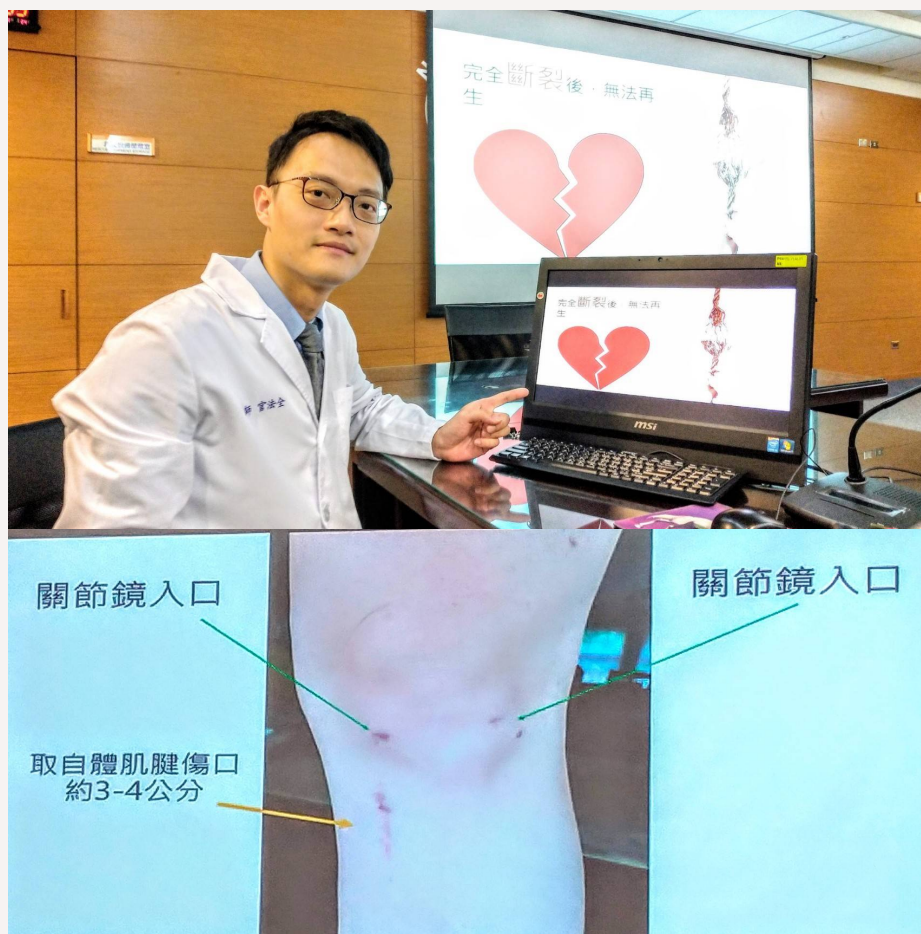
官法全醫師表示，如果評估需要接受十字韌帶重建手術，使用的重建材料分有自體及異體2種：

1、自體韌帶移植：常用的選擇有腿後肌腱或髌骨韌帶，自體韌帶移植是目前國內最廣泛使用的方式，其手術成功率也最高，但缺點是需要犧牲正常的組織，手術時間較長，傷口也會略大。

2、異體韌帶移植：即為使用他人捐贈的韌帶，也是常見的選擇之一，在歐美國家甚至比自體韌帶更加流行；其最大的好處是不需犧牲健康的韌帶或肌腱，這對職業運動員尤其重要；另外，其手術時間較短，傷口較小也是優勢之一。

院方表示，異體韌帶移植在沒有組織庫的醫院，需要向外國公司訂購，通常需要支付高額購買及運送的費用；成大醫院因設有人體組織庫，固定取得捐贈韌帶，因此接受異體韌帶移植手術者僅須負擔較低廉的處理費。

官法全醫師，畢業於中山醫學大學醫學系，成大醫學工程所博士班，經歷成大醫院骨科部住院醫師、成大醫院骨科部總醫師，現任成大醫院骨科部主治醫師；專長運動傷害治療、微創關節鏡手術、骨科創傷治療。(于郁金攝)



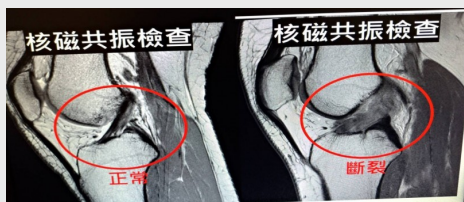
十字韌帶斷裂運動員大殺手！醫師：熱身、戴護膝預防

2019-07-03 21:28

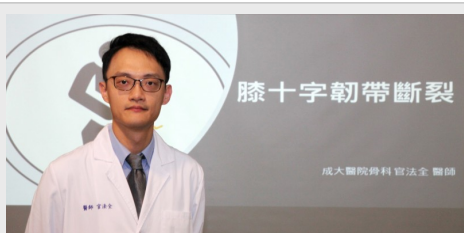
〔記者王俊忠／台南報導〕愛好運動的25歲黃先生在1次激烈球賽，嚴重扭傷左膝蓋、還聽到啪一聲，休養兩週後，膝蓋仍疼痛腫脹、無法完全伸直，到成大醫院骨科求診確定是膝蓋內前十字韌帶斷裂。醫師為患者做自體韌帶移植手術、再接受物理治療、紅繩、波速球等訓練復健，後來恢復情形良好，已能回運動場重拾熱愛的運動。



膝蓋前十字韌帶受傷急性初期（圖左方）出現明顯紅腫大情形。（記者王俊忠翻攝）



膝蓋前十字韌帶經核磁共振檢查正常（圖左）與斷裂（圖右）的不同症狀。（記者王俊忠翻攝）



成大醫院骨科醫師官法全提醒，前十字韌帶斷裂是運動員最大殺手，要盡量注意做好防範措施。（記者王俊忠翻攝）

醫師提醒，前十字韌帶斷裂是運動員的最大殺手，提醒運動前做好足夠的肌肉訓練、充分熱身及穿戴護膝，儘量避免跳躍撞擊等危險動作，預防十字韌帶受傷。

成大醫院骨科主治醫師官法全指出，前十字韌帶被稱為運動員的命脈，主要功能為穩定膝關節，會受傷通常是在跳起落下著地時不穩，加上扭轉的力量導致，受傷急性期患者會感覺關節血腫，可先冰敷休息，但之後患者常會覺得走路、上下樓梯時軟腳、膝蓋空空的沒力氣、活動後膝蓋容易腫起來積水、稍微運動覺得膝蓋不穩定，好像快扭到一樣。

如有這類症狀，官醫師提醒患者要儘快就醫檢查，如果檢查確認韌帶有受損、但是不完全斷裂，可考慮物理治療與增生治療；但若韌帶是完全斷裂，因為關節內韌帶無法再生，須評估是否接受重建手術。

對於十字韌帶重建手術，官法全表示，重建材料有自體腿後肌腱或髌骨韌帶及異體

2種，一是自體移植，為國內最廣泛使用的手術，成功率高，缺點是要犧牲正常組織，手術時間長、傷口略大。二為異體韌帶移植，是使用他人捐贈的韌帶，歐美國家較流行，最大好處是不需犧牲自己健康韌帶或肌腱，這

對職業運動員很重要。

官法全說，一般手術後的前6週需撐拐杖、穿護膝，持續接受物理治療與復健，約3個月後可以工作、6個月能快走、9個月後就能恢復正常運動。

亞洲韌性城市設計國際競賽與論壇

邀請來自中國 日本 新泰國 印度 孟加拉 新加坡等地上百位建築相關科系師生參加

【記者孫宜秋／南市報導】成功大學建築系主辦2019年第五屆「亞洲韌性城市設計國際競賽與論壇」(Designing Resilience in Asia International Symposium and Design Competition)，活動地點就在60餘年前美援時期興建的舊總圖書館，盼藉由國際上有相當地位的建築學者共同參與，並就極端氣候變遷的影響，與亞洲韌性城市設計永續發展提供更多面向的探討。

DRIA「亞洲韌性城市設計國際競賽與論壇」已連續舉辦了5年，今年由成大建築系主辦，邀請來自中國、日本、新加坡、印尼、泰國、印度、孟加拉、澳洲、德國、美國、加拿大等地上百位建築相關科系師生參加。活動內容包含國際工作坊、研討會、學生圓桌論壇、設計競賽評圖與教學，並邀請國內外學者專家主題演講，包括紐約WXX事務所建築師Clair Weisz、AECOM亞太區總裁喬全生、紐約Parsons School of Design前院長Brian McGrath、柏克萊大學建築系系主任Renee Chow、新加坡大學建築系Oscar Carraacedo以及台灣知名建築師黃聲遠與張清華。

與一般的國際研討會大多專注在學術論文的分享不同，DRIA競賽與論壇是以對真實基地的韌性設計提案，今年為印度清奈市的大沼澤區，來進行設計、研究、教學、比賽、分享交流等跨領域、實務與學術的多元活動。

成功大學校長蘇慧貞上午8時30分前往DRIA「亞洲韌性城市設計國際競賽與論壇」會場致詞，除了向與會人士表達歡迎，並強調成大有不少來自印度等國師資，甚至和家眷一同住在台南，學校提供國際人士進行學術交流往來互動融洽的地方。

她透露自己以前也曾對城市設計領域感興趣，因攻讀哈佛大學公共衛生博士班時住在波士頓，研究內容即涵蓋環境議題等不同學門，很期盼能貢獻所學創造更好的未來，讓未來有更好願景。同時她也到過印度、土耳其考察，對當地新城市的開發印象深刻，「尤其永續環境的議題日益受重視，畢竟地球是大家共享的，希望有更多人關注。而透過DRIA逐年進展，相信以後友誼互動更密切，今年在成大舉辦的活動也會成為重要里程碑。」

成大規劃與設計學院院長鄭泰昇指出，成大每年都參加DRIA，今年獲主辦權，特別選在舊總圖書館舉行，因為此次活動結束後，舊總圖就要被重新翻修，面臨未來氣候變遷的嚴峻挑戰、與承載60多年的歷史記憶，無疑會帶給學校更多艱難的應對過程，但就如同過去圖書館做為知識累積的內涵意義，包括極端氣候變化、建築設計施工及建材，都要有新的因應對策，後續3天將有各種不同課程提供分享，7月5日將為競賽結果頒獎。



成功大學校長蘇慧貞上午8時30分前往DRIA「亞洲韌性城市設計國際競賽與論壇」會場致詞。

成大羽球公開賽 千餘好手尬球技

記者施春瑛／台南報導

二〇一九大專羽球最盛大的賽事——成大羽球公開賽，將於四日起一連四天在成大中正堂舉行，總比賽場次達一千四百場，共有一千兩百零一人來自一〇六所學校和贊助企業的羽球好手將同場尬球技。

成大羽球公開賽除了推廣羽球運動外，今年依然延續往年慣例結合公益活動，增加比賽的多元性。民衆或選手於競賽期間至大會會場活動專區捐贈五張發票即可兌換大會相關紀念品，所募得的發票將捐給創世基金會，期能夠幫助更多社會上有需要的人。

另爲了促進選手間的交流，大會在選手證背面印上各式的圖案，如果將選手證背面拼成一個拼圖，即可一同前去活動專區兌換獎品，如此在休息或觀看比賽的同時，便可藉此機會認識來自全台各所學校的選手，實現以球會友之精神。

成大表示，本屆大會感謝成大羽球隊、成大羽球校友會和台南市羽球協會裁判的協助，並特別感謝與大會長期合作的勝利體育事業股份有限公司，本次大會使用的比賽級羽毛球，及將贈送給參賽選手的紀念衫及紀念品，都和勝利公司合作推出。

自體韌帶移植手術傷口小、手術時間短

【記者孫宜秋／南市報導】愛好運動的二十五歲黃先生在一次激烈的球類運動中，嚴重扭傷到左邊膝蓋，聽到「啪」

一聲，並且感覺到膝蓋骨有錯位的感覺。休養二周後，膝蓋依然疼痛腫脹，並無法完全伸直，因此至成大醫院骨科求診。經理學檢查以及核磁共振後，確診為「前十字韌帶完全斷裂」。

成大醫院骨科部官法全醫師表示，黃先生後來接受自體韌帶移植手術，術後於本院物理治療中心接受積極的復健及肌力訓練，包括目前美國職業球隊熱門訓練方式的紅繩（Redcord）和波速球（Bostu）訓練。黃先生膝蓋恢復的狀況

良好，現在已回到運動場，重拾喜愛的活動。

前十字韌帶又被稱為運動員的命脈，其主要功能為穩定膝關節，會受傷通常是在跳起落下時著地不穩，再加上扭轉的力量而致。官法全醫師表示，急性期患者會感覺關節血腫，這時候可以先冰敷休息，但之後患者常常會感覺到以下症狀：※走路、上下樓梯會軟腳，覺得膝蓋空空的沒力氣；※活動後膝蓋容易腫起來積水；※稍微運動覺得膝蓋不穩定，好像快要扭到一樣。

如果有這些相關症狀，官法全醫師提醒需就醫接受檢查。他並指出，如果韌

帶是不完全斷裂，可以考慮接受物理治療及增生治療；若韌帶是完全斷裂，因為關節內韌帶無法再生，就須評估是否接受重建手術。

成大醫院運動治療團隊今年初率先從法國引進膝關節測量儀，可以針對患者膝關節穩定度做完整的評估，在受傷後及術前、術後復健期等不同階段，透過測量儀取得客觀的數值，來量身訂做對應的治療。

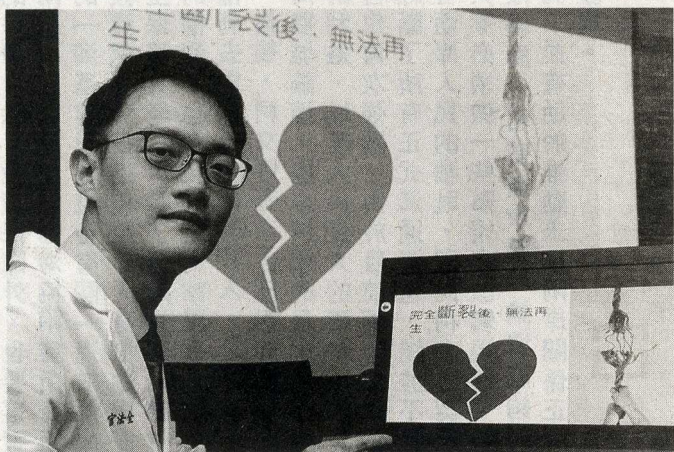
官法全醫師表示，如果評估需要接受十字韌帶重建手術，使用的重建材料分有自體及異體二種：1.自體韌帶移植：常用的選擇有腿後肌腱或髌骨韌

帶。

自體韌帶移植是目前國內最廣泛使用的方式，其手術成功率也最高，但缺點是需要犧牲正常的組織，手術時間較長，傷口也會略大。2.異體韌帶移植：即為使用他人捐贈的韌帶，也是常見的選擇之一，在歐美國家甚至比自體韌帶更加流行。其最大的好處是不需犧牲健康的韌帶或肌腱，這對職業運動員尤其重要；另外，其手術時間較短，傷口較小也是優勢之一。

異體韌帶移植在沒有組織庫的醫院，需要向外國公司訂購，通常需要支付高額購買及運送的費用。成大醫院因設有人體組織庫，固定取得捐贈韌帶，因此接受異體韌帶移植手術者僅須負擔較低廉的處理費。

民時新聞 2 版 10 80 704



成醫官法全醫師。

（記者孫宜秋攝）

膝扭傷「啪」一聲 前十字韌帶斷裂

25歲男休養2週仍腫脹 自體韌帶移植手術重建 開心重返球場

記者葉進耀／台南報導

25歲黃姓男子在一次激烈的球類運動中，嚴重扭傷左邊膝蓋，聽到「啪」一聲，並有膝蓋骨錯位的感覺。休養2週後，膝蓋依然疼痛腫脹且無法完全伸直，就醫確診為「前十字韌帶完全斷裂」，經自體韌帶移植手術重建，9個月後已能再回球場。

成大醫院骨科醫師官法全表示，前十字韌帶主要功能為穩定膝關節，又稱為運動員的命脈，其受傷通常是在跳起落下時著地不穩，加上扭轉的力量而致。急性期患者會感覺關節血腫，可以先冰敷休息，但之後患者常常會感覺走

路、上下樓梯會軟腳，覺得膝蓋空空的沒力氣；活動後膝蓋容易腫起來積水；稍微運動覺得膝蓋不穩定，好像快要扭到一樣。如果有出現這些相關症狀，要就醫檢查。

官法全指出，如果前十字韌帶不是完全斷裂，可以考慮接受物理治療及增生治療；若韌帶是完全斷裂，因為關節內韌帶無法再生，就要評估是否接受重建手術。

重建手術使用的重建材料分有自體及異體2種。其中，自體韌帶移植常用的有腿後肌腱或髌骨韌帶，是目前國內最廣泛使用的方式，手術成功率也最高，但缺點是需要犧牲正常的組

織，手術時間較長，傷口也會略大。

異體韌帶移植即為使用他人捐贈的韌帶，也是常見的選擇之一，在歐美國家甚至比自體韌帶更加流行。最大的好處是不需犧牲健康的韌帶或肌腱，這對職業運動員尤其重要；另外，其手術時間較短，傷口較小也是優勢之一。

他說，前十字韌帶完全斷裂是否開刀重建，因人而異，若僅是感覺走路並不會受到很大的影響，未必要開刀；若嚴重影響到日常生活，則必須開刀重建治療。

前十字韌帶斷裂 運動員大殺手

愛好運動的25歲黃先生，在一次激烈球賽中，嚴重扭傷左膝蓋，還聽到啪一聲，休養兩週後，膝蓋仍疼痛腫脹，無法完全伸直，就醫確認是膝蓋內前十字韌帶斷裂，接受自體韌帶移植手術，以及復健治療後，恢復情形良好，已回運動場上，重拾熱愛的運動。

成大醫院骨科主治醫師官法全指出，前十字韌帶被稱為運動員的命脈，主要功能為穩定膝關節。通常是在跳起、落下著地時不穩，加上扭轉的力量導致受傷。

受傷急性期患者會感覺關節血腫，可先冰敷休息，但之後患者常會覺得走路、上下樓梯時「軟腳」、膝蓋空空的沒力氣，活動後，膝蓋容易腫起來積水，稍微運動覺得膝蓋不穩定，好像快扭到一樣。

若完全斷裂 需移植韌帶重建

官法全提醒，若有這類症狀，一定要儘快就醫檢查，如果檢查確認韌帶有受損，但是不完全斷裂，可考慮物理治療與增生治療；但若韌帶是完全斷裂，因為關節內韌帶無法再生，須評估是否接受重建手術。

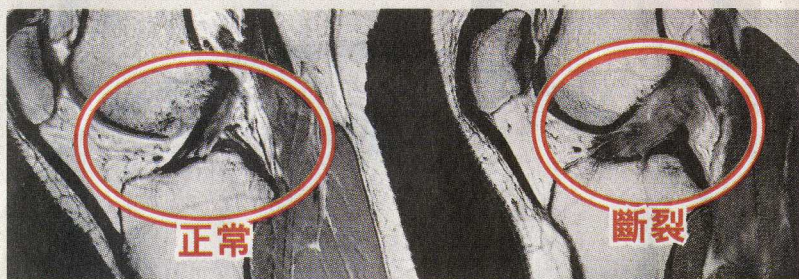
至於十字韌帶重建手術可採用自體韌帶移植，或是異體韌帶移植。其中自體移植是國內最廣泛使用的手術，成功率高，缺點是要犧牲正常組織，手術時間長、傷口略大；異體韌帶移植是使用他人捐贈的韌帶，歐美國家較流行，最大好處是不需犧牲自己健康韌帶或肌腱。

自由時報D10版 1080704

運動前熱身戴護膝 以防受傷

一般手術後的前6週需撐拐杖、穿護膝，持續接受物理治療與復健，約3個月後可以工作，6個月能快走，9個月後就能恢復正常運動。

醫師提醒，運動前一定要做好足夠的肌肉訓練、充分熱身及穿戴護膝，儘量避免跳躍、撞擊等危險動作，以預防十字韌帶受傷。



核磁共振檢查顯示，前十字韌帶正常（左）與斷裂（右）。



膝蓋前十字韌帶受傷急性初期（圖左），出現明顯紅腫情形。

（記者王俊忠翻攝）