

# 觸角延伸

醫學專欄



*Sports Medicine*

## 從生活談馬術 運動治療

| 關暄麗

高雄醫學大學附設中和紀念醫院  
腦神經外科主治醫師

(本文照片由作者提供)  
本文視覺編輯 | 蔡佳祝

作者

| 關暄麗醫師

高雄醫學大學外科學教授

高雄醫學大學附設中和紀念醫院  
腦神經外科主治醫師

高雄醫學大學附設中和紀念醫院  
神經醫學中心主任

世界國際外科學會候任理事長



邀稿 | 張榮州



### Equine-assisted therapy (EAT) 馬術治療

一般認為馬的節奏步態可以讓騎乘者以類似人類走路時相同的旋轉及左右移動方式來運動骨盆。馬的節奏步態可以調整，讓騎乘者持續調整其骨盆運動，增進肌肉強度、平衡感、協調、靈活性、姿勢及活動力。

以往曾用馬術治療治療一些神經性疾病，例如腦性麻痺、運動障礙或是平衡問題等。馬術治療也可以用來治療其他的疾病，例如自閉症、行為疾患及精神疾患。因為缺乏嚴謹的科學證據，目前還沒有足夠的證據說明馬術治療對心理健康是否有幫助。

# AN ALTERNATIVE

回 台灣就讀醫學系之初，因中文程度太差，學習受到很多挫折，要比其他同學花更多的時間來適應學習環境，沒有辦法放鬆心情享受如同小時候的快樂時光。從小好動，快樂學習的我漸漸變得不那麼活潑，在三年級時曾有一度想重新就讀醫學系，所幸經由老師開導，愈戰愈勇，越過了重重障礙，隔年，我又重新找回了自我，展開了我的夢想！除了努力學習，也開啟了對台灣的好奇心，我開始省吃儉用，並學習如何幫助別人，以傳承父母的愛，展開愛的旅程。我嘗試領養孤兒，探望孤兒院，做了一兩年後，發現好多情境都是假象，我告訴自己要自己親身去執行才是真的！幫助自己周邊的人，簡單且易見！五年級開始至外科專科訓練結束期間，雖然繁忙，但天天都過得很充實、愉快！在考上外科專科證照後，我決定把自己嫁出去！



“

從小在印尼鄉村生長的我對馬並不陌生，馬車是村民的交通工具之一，由於父母忙著事業，小朋友們常常為了要去山上泉水泳池游泳，成群結隊坐上馬車是常有的事，而坐在前車與馬車伕一起操控馬匹更是每位小孩最得意之事！

”

## 與馬匹結良緣

結婚後開始與老公及小妹一起瞭解馬術，不再停留於小時候坐馬車的回憶，而是直接與馬結緣，三人一有空檔便是瘋狂到馬場騎馬，騎馬費用很高，乾脆就自己買馬，三個人輪流騎，也騎出了心得，學醫的自己看到國外醫學報導，證明騎馬可以訓練體能，更對自閉兒童有療效。

然而，生活有其輕重緩急，大兒子出生後，除了工作還要照顧家庭，老公繼續馬術研究發展，我們成了最大擁護者。直至醫院給機會讓我到美國進修，我帶著小孩在美國做實驗；老公在台灣就繼續接觸騎馬、養馬活動。當時我在美國也接觸了馬術治療這門另類療法，回國後為了推廣馬術治療，開了馬場，馬也越養越多，最後甚至親自到美國、德國挑選馬匹。全家人凝聚在馬匹活動，樂在其中，加上當時我的第一位優秀碩士班學生－吳曉臻，是物理治療系畢業生，願意與我們一起為這些兒童奮鬥。不可否認，我們為了馬術治療付出相當大的時間與金錢，但養馬近三十載，一路走來無怨無悔。

為了籌募腦性麻痺復健中心，高雄三光船運公司董事長張文溫先生，出錢出力、鼎力相助，我們共同成立了「陽光馬房馬術復健中心」，位於左營訓練中心（舊址）正式為患童服務。直至政府徵收土地蓋左營世運主場館，無奈下才結束這個活動。

為慶祝高雄大學五十週年和籌募腦性麻痺復健基金，高雄大學結合陽光馬房馬術復健中心在學校運動場舉辦「高雄巿市長盃慈善馬術錦標賽」，邀請歷屆亞運得獎選手及全國優秀馬術騎師參賽，共有來自全國各馬場五十多匹駿馬在障礙場上奔馳，吸引許多民眾攜家帶眷前往參觀，現場募得四十四萬六千元給腦性麻痺孩童作為補助經費。當時，高雄醫學大學王國照校長夫婦及高雄巿副市長林永堅陪著腦性麻痺兒童，乘坐美國進口的豪華馬車進場，揭開活動序幕，所有馬師騎乘參賽馬匹尾隨在後，場面相當盛大熱鬧。王校長表示，高醫大無比榮幸能以謙卑的心來回饋社會、照顧弱勢，舉辦這場別開生面的全國性大型馬術障礙賽，是高醫大創校五十年來頭一遭，同時也呼籲國人關懷腦性麻痺兒童，接納他們並對他們伸出援手。



## 腦性麻痺馬術復健

馬和人非常相像，善良溫馴且具有豐富的情感，不同的情緒會透過不同的神情、動作或聲音來表達。養馬和養小孩一樣都必須付出愛心，當馬同孩子一樣在你身上撒嬌磨蹭時，再累也能釋懷。

有關馬術治療，一直到2007年才開始應用在身體健康做有系統研究，不同研究者的研究缺乏共通術語及標準化，有待大家一齊努力。馬術復健基金難籌，場地更是難找，所幸遇到余前縣長，他非常有愛心，覺得馬術治療具有一定程度可提升孩童的健康。

實務做了很多年，就是難以科學證明馬術對自閉及腦麻兒童的治療效果，去年開始與高雄醫學大學神經醫學中心展開合作，希望能經由科學的角度來支持與證明馬術治療的效果，提升馬術治療的臨床運用性。我們夫婦倆也希望有生之年，取之於社會、用之於社會，盡我們所能，繼續為這群弱勢小朋友服務。

尋找夢想的天空  
陪伴腦性麻痺兒



陽光 · 歡笑 · 馬術治療

