

当铅球冠军的“内力”用来推髌骨

文/图 羊城晚报记者 张华

笑着说道。

为何如此重视术后康复？他告诉记者：“膝关节手术，只是完成了治疗的一半。手术修复了损伤的组织，但关节功能能不能恢复到理想状态，关键要看术后康复。”

更难得的是，患者出院前，他会亲自示范康复动作，指导患者训练；术后两周、四周、六周、八周、十周、十二周，他都会要求患者按时返院复诊。他根据每个人不同的恢复进度，动态调整康复训练方案，避免千篇一律的训练带来恢复不佳或二次损伤。

“后来我才发现，很少有主刀医生会亲自给患者做康复。”这件看似“费时间”的事，李卫平却坚持一做就是三十多年。同时，他也希望将积累的临床经验传承给年轻医生。在诊室内，常常可以看到满是前来跟诊学习的青年医师、研究生与进修医生。他说，还应该在省、国内积极推广膝关节术后早期康复理念，让更多患者获益，也帮助更多临床医生掌握这套科学的康复思路。

一次用力推髌骨 他眼睛出血了都没察觉

推髌骨，是李卫平的一项“独门功夫”。膝关节术后，髌骨周围极易发生组织粘连，倘若干预不及时，可能影响关节屈伸功能，甚至需要再次接受松解手术。这项看似简单的动作，实际上十分考验医生对力量的控制：要用沉实的内力，绝不能粗暴发力，力度既要足够，又必须精准可控。

“早些年，科室里不少年轻人，手劲都比不上我。”今年63岁的李卫平笑说。这份力量功底，并非来自医生岗位上的训练，而来自他年少的运动员经历。

12岁时，李卫平进入佛山少年队接受专业羽毛球训练。考入原中山医科大学医疗系（现中山大学中山医学院临床医学专业）后，他又成为校羽毛球队、排球队、足球队、铅球队的主力。

六年大学时光里，他连续五年夺得校铅球冠军。即便面对教工组选手，他也依然实力不俗，只是谈起往事时轻描淡写：“原地不做准备活动，站定直接投掷，就能比第二名远出一米多。”

每逢患者复诊，遇到髌骨活动不佳、关节屈伸受限的情况，李卫平都会亲自上手操作推髌骨。

一次诊疗中，他凝神发力，竟因用力过猛导致眼球巩膜毛细血管破裂出血。可他自己毫无察觉，直到患者提醒，才发现自己的左眼已经通红。那一刻，他关注的仍是患者的关节恢复，而不是自己的眼睛。

“行医大半辈子，我几乎没有因为伤病请过一天假，常常带着身体不适坚守岗位。”李卫平坦然说道。

对他而言，医生的手，不只是完成一次手术，更要陪伴患者走完康复的路。

“患者顺利康复， 就是对我最大的感谢”

在李卫平的门诊中，许多患者不仅承受着身体上的疼痛，也背负着对手术和康复的不安。

在看诊过程中，他除了解读病情、制定治疗方案，还十分注重患者的心理疏导，耐心帮助他们减轻焦虑，以更平和的心态面对治疗和康复。“这其实也是诊疗当中十分重要的一环。”

“在我的病房，要让患者能听到笑声。”李卫平说。

在他看来，病痛带来的不仅是身体上的伤害，也有心理上的压力。因此，医生治病，不只是治疗身体，更要理解患者面对疾病时的恐惧与无助。

曾有一个周一的上午，20位患者完成检查准备出院，李卫平挨个和他们合影留念，送上鼓励。

“加油，加油！”他和每一位拄拐、坐轮椅的患者击掌，把信心传递给饱受伤痛的人们。

谈及希望患者如何回报自己，李卫平的回答十分朴素：“他们能够好好完成训练、彻底康复，就是对我最大的感谢。反过来我也要感谢他们，毕竟手术是我做的，一定要给出好的治疗效果。”

作为国内运动医学顶尖专家，李卫平曾为多名奥运冠军提供运动损伤诊疗，也身负多项国家级、省级学术职务。

“大多是患者辗转找到我。”在李卫平心中，医生的价值不靠舆论造势，而靠真实的病例积累与长期疗效追踪。他甚至坚持推进一项创新性手术，持续跟踪四至五年，要积累足够病例，确认疗效稳定确切之后，才撰写发表学术论文。他不夸大技术优势，坚持用长期实践验证疗效，既对患者负责，也对同行负责。

“手术结束，绝不等于治疗结束；康



李卫平教授在查看患者膝关节的情况

复跟上，才能守住手术的成果。”这是李卫平时常挂在嘴边的一句话。国内像他这样，主刀医生亲自深度参与术后康复指导的情况并不多见，而这份坚持，他一做就是三十年。

不追逐运动热潮 只相信身体本身

李卫平习惯独立思考。面对医疗与健身领域不断出现的新理念、新技术，他始终保持审慎态度：尊重创新，但更看重证据和实际效果。

面对外骨骼机器人等新技术的热潮，李卫平保持客观审慎。在他看来，科技可以帮助人类，但不能替代身体本身的力量。外骨骼机器人只是辅助工具，更适合高龄体弱、关节严重损毁的特殊人群短期使用；普通人不应过度依赖器械。

面对全民马拉松热潮，李卫平也保持着自己的判断：“马拉松属于极限运动，并不适合作为大众普及的健身项目。”他建议群众赛事增加5公里、10公里等更适合普通人的组别，同时提醒跑

从赶海博主到“清道夫”猎手

文/羊城晚报记者 张晗 实习生 林业翔 图/受访者提供

广东，并在调查涉及的大多数水系中形成了能够自行繁殖、延续的种群。

从2024年那次偶然捕获之后，王湛江开始留意河里的“清道夫”。最初一年多，他的视频仍在赶海与捕捞“清道夫”之间交替，哪一种更受关注，就多拍一些。与常见的赶海视频相比，密密麻麻的“清道夫”被带出水面的画面更容易引起讨论；评论区里，也开始有人向他提供线索，希望他们能到当地看看。2025年12月，团队将主要精力转向捕捞“清道夫”；王湛江也从一名赶海博主，渐渐成了“清道夫”猎手。

大量“清道夫”怎样处理 至今仍困扰着团队

随着账号热度的增长，王湛江常常收到陌生钓友发来的视频。有人拍下水面情况发给他，河流过宽、过深的水域，对他们来说难度过大；水面较窄、岸边掩体多的地方，才可能成为下一站。

王湛江摸索出一套找鱼的经验：如果岸边有竹林，或水边有枯枝、作物秸秆等堆积，可以重点搜寻附近水下区域，往往更容易找到“清道夫”。这类鱼多活动于水体底层，常见于水流较缓的河流、沟渠等水域，对低溶氧环境有较强的耐受能力。繁殖期，一些翼甲鲇属鱼类还会在岸坡掘洞筑巢。

今年8月初，团队在廉江一处河道连续工作。据王湛江估算，最初每天捕到的“清道夫”超过一千斤，其中还有大量幼鱼。在雷州调风镇，他们停留了一个多月。同一段水域最初一次能捕到几十条大鱼，连续清理后，有时只剩七八条。时隔半年回访其他清理点时，数量也有所减少。不过，他只把这种变化限定在反复清理的局部河段。“河道太长了，单靠几个人，效果还是微乎其

微。”他说。

王湛江发布的相关视频中，播放量最高的一条超过3000万。有人支持，也有人质疑“蹭流量”“摆拍”，认为“清道夫”永远不可能抓完，甚至怀疑团队把捕获的“清道夫”重新放回水中拍摄。作为回应，王湛江开始在视频里完整记录捕获上岸和处理过程。与此同时，更多清理“清道夫”的博主出现，一些捕鱼账号也开始把本土鱼放回水中，只留下“清道夫”。

大量“清道夫”怎样处理，至今仍困扰着团队。王湛江联系过养殖场和肥料、饲料加工者，但受运输、加工成本等因素影响，目前多数只能集中填埋。“一旦选了这条路，就被架着走了。”王湛江说。一处河段刚告一段落，评论区又出现新的求助。越来越多人的参与和关注，让他觉得不能做到一半便转身离开。

无法继续饲养的动物 不能随意放进河里

在雷州调风镇，他们的一次收获里除了“清道夫”，还有一百多只同为重点管理外来入侵物种的红耳彩龟（又称“巴西龟”）。有的龟壳上留着记号，当地人，它们可能来自此前的放生活动。

一名当地年轻人在现场跟着团队捕捞了一段时间。王湛江离开调风镇后，这名年轻人告诉他，自己的家人准备把一只巴西龟放进河里，被他拦了下来。还有网友发来照片：当地有关部门在河边立起一块“勿放外来生物 守护河湖生态”的提示牌。这些变化让王湛江觉得，他们的行动至少影响了一些人，“这点我挺欣慰的”，他说。

王湛江也越来越确信，捕捞只是末端的一步。若外来入侵物种仍被不断放进自然水体，清理的成果很快就会被抵消。

者，若要参加比赛，应当提前两到三个月调整作息训练，适应清晨开赛的节奏，避免在睡眠不足状态下进行高强度运动，埋下健康隐患。

少年时代，李卫平曾是颇具潜力的运动苗子，12岁进入佛山少年队，大学期间屡夺铅球冠军；后来因为眼部职业损伤，他告别了热爱的羽毛球运动。运动员经历和多年运动医学实践，让他比许多人更懂得身体的边界。他常常提醒患者，健身不必追逐潮流。运动能够提升生活质量，但不等同于运动就会长寿；每个人身体禀赋各不相同，不必照搬别人的生活方式。

“搞运动医学，我很清楚，锻炼要结合自己身体实际，切莫随大流。”这句话，既是李卫平对患者的忠告，也是他从医三十余年恪守的人生信条：不随波逐流，不追名逐利，只踏踏实实地做真正对患者有益的事。

从12岁的少年运动员，到国内知名运动医学专家；从铅球赛场上的冠军，到手术台前帮助患者恢复的医生；从坚持50元普通专家挂号费，到三十年亲自参与康复训练，李卫平用自己的选择，写下了一名医生对责任的理解。

目前，电商平台上仍有“清道夫”鱼苗出售，一条三厘米左右的小鱼不到3元。王湛江说：“等到鱼长大了，有人不想继续养，公园湖泊和附近河流便成了弃养的去处。”

他在视频中反复提醒：无法继续饲养的动物不能随意放进河里。对于已经捕获的“清道夫”，他也反对用折磨动物的方式来吸引眼球。在他看来，应当防范的是外来鱼进入自然水体带来的生态风险，而不是把情绪发泄在一条鱼身上。

我国现行《外来入侵物种管理办法》明确，任何单位和个人未经批准，不得擅自引进、释放或者丢弃外来物种；对外来入侵水生动物的治理，应当采取针对性捕捞等措施，防止其进一步扩散危害。

在粤西，针对“清道夫”的清理已持续多年。记者综合《湛江日报》此前报道及湛江市雷州青年运河管理局公开资料，早在2015年，湛江市赤坎水库管理所便组织开展捕捞。2025年10月底，管理所再次利用枯水期组织专项行动，捕获约80斤“清道夫”，并表示将继续开展常态化排查和专项捕捞。据茂名网讯，2024年，茂名信宜也曾开展“清道夫”专项整治，并邀请华南农业大学专家团队在当地河流试验诱捕方法。

这些由管理单位组织的行动，围绕固定水域开展着捕捞、处置和后续巡查。王湛江的团队则根据网友提供的线索，辗转不同河段开展捕捞，也让一些原本不易被注意的外来入侵物种问题进入公众视野。行动中，如何了解不同水域的管理规定、选择适当的捕捞方式、判断局部种群变化、处理大量捕获物等问题超出了团队的经验。对于这些，王湛江也希望后续能得到水产、生态专家和属地部门的专业指导。

在中山大学孙逸仙纪念医院骨科，有一双手很特别。

这双手，年轻时曾是铅球赛场上的冠军之手；后来，它握起手术刀，成为运动医学专家的手；如今，它一次次帮助患者恢复健康——在诊室里，李卫平会俯下身，为术后患者轻轻推动髌骨。

63岁的李卫平，曾为多位奥运冠军诊治运动损伤，并且数十年坚持只收取50元普通专家挂号费。他说，患者给他的最好回报，不是感谢，而是“能够好好完成训练、彻底康复”。

50元挂号费背后 是一份不变的医者承诺

每周一下午两点，中山大学孙逸仙纪念医院骨科二级主任医师、首届“广东医师奖”获得者李卫平的门诊室外，总会早早排起长队。一个专家号，承载着许多患者对康复的期待。20个常规号源一经放出，常常10秒内便被抢空，有人连续数月仍未能挂上。为了让更多患者得到诊治，李卫平常常主动加号，一加近二十个，下班时间也随之推迟到下午六点多。

身兼中国医师协会骨科分会运动医学专业委员会副主任委员、国家卫健委骨关节内镜诊疗技术专家组专家、广东省干部保健专家等多项重要职务，凭借这样的专业资历，李卫平完全可以开设挂号费300元的特需门诊。但在他看来，医生首先面对的是患者，而不是价格标签。数十年来，他始终坚持只收取50元的普通专家挂号费。

在李卫平看来，患者已经承受病痛折磨，不该再为看病增添过重的经济负担。而医生的工作，也从来不止于手术结束的那一刻。在他的诊室旁，有一条仅一米宽、六米长的狭长走廊，这里成了一个简易康复训练区。“来我这里看病，我就要对患者的康复负责。”李卫平



王湛江在拍视频科普“清道夫”等物种知识

在粤西的一些河道里，一类原产于南美洲、俗称“清道夫”的外来鱼类，正成为一些民间捕捞者关注的对象。近两年，33岁的自媒体博主王湛江和团队循着网友提供的线索，辗转徐闻、雷州、廉江等地，捕捞、清理进入自然水体的“清道夫”。他们把捕捞过程拍成视频，穿插科普知识，希望让更多人认识这些外来鱼类，也提醒公众不要随意弃养、放生。

“清道夫”是民间俗称，并不严格对应单一物种。记者综合中国科学院动物研究所国家动物标本资源库、中国水产科学研究院珠江水产研究所等平台 and 科研机构资料了解到，在广东自然水体形成种群的主要为翼甲鲇属鱼类，包括豹纹翼甲鲇、野翼甲鲇，以及大量疑似二者杂交的中间类型个体。相关鱼类原产于南美洲，曾作为观赏鱼及清理鱼缸藻类的“工具鱼”被引入我国，后因养殖逃逸、弃养和人为放生等进入自然水体。其中，豹纹翼甲鲇已被列入中华人民共和国农业农村部会同自然资源部、生态环境部、住房和城乡建设部、海关总署和国家林草局组织制定的《重点管理外来入侵物种名录》。

羊城晚报

A5

漫读周末
· 人世間

2026年8月8日

星期六

责编 潘玮倩

美编 温 亮

校对 刘博宇

有本版新闻线索
请扫码加群爆料



二维码有效期至8月13日