

断腿不等于职业生涯终点 登巴巴最大的挑战是心理

登巴巴球场断腿的一幕让球迷心惊肉跳,惨剧发生后,无论是申花还是国内其他俱乐部的球迷,都表达了希望他早日康复、重回球场的祝愿。

上周五,登巴巴将在上海接受法国专家的手术治疗,但之后,他重回球场的道路还很漫长。

此前,国际足坛中曾多次发生过恐怖的断腿事件,也有许多球员在重伤后重回球场。在这个过程中,相比身体上的恢复,心理的恢复才是更艰难的部分。



断腿不等于职业生涯终点

当看到登巴巴在球场上惨遭断腿的画面时,许多人都担忧,他的职业生涯是否会就此终结?

但登巴巴的回答是:“这确实是一次非常严重的受伤,但是我会努力克服它,力争在明年3月前归队。我不认为这次受伤会结束我的球员生涯。”

登巴巴的信心并非没有来由,事实上,在国际足坛中,遭遇严重骨折事故后重回球场的例子有很多。

比如前阿森纳球员爱德华多·达席尔瓦。2008年2月,他在比赛中遭到伯明翰后卫马丁·泰勒的飞踹,导致腓骨骨折,踝关节脱臼。从现场的画面来看,场面恐怖程度和登巴巴的受伤瞬间有过之而无不及。

但经过一系列治疗,他只用了不到一年的时间就重回球场。

当时,阿森纳医务人员为他做出的恢复计划是:六至八周后拿拐杖下地行走,然后逐步增加局部力量,进入缓慢康复过程。六个月时间后进行慢跑。9个月后全面恢复。

后来,爱德华多的康复也基本是按照这一流程,358天后,他在复出战中用两粒进球宣告了自己的归来。

除了爱德华多外,拉姆塞、卢克·肖等球员也经历过严重骨折的惨剧,后者在十个月后复出,前者则只休养了约九个月。

心理恢复才是难关

对于职业球员来说,有专业的治疗、专业的康复,从骨折伤病中恢复并不是一件难事,相比之下,心理问题才是更难迈过的难关。

还是上面提到的爱德华多。受伤之前,他曾是让世界足坛所瞩目和期待的“妖人”,但从伤病中归来后,他却再难以找回曾经那随心所欲的感觉,最终于2010年离开了阿森纳。

谈到自己的这名爱将,枪手主帅温格感到颇为可惜。

“对于射手来说,进球就取决于抢先对方后卫的一刹那。一旦因为惧怕身体接触而畏首畏尾,那么机

会便转瞬即逝,这也正是爱德华多面临的问题。他很勇敢,但有时心理阴影引发的条件反射难以克服。”温格在接受电视台采访时表示。

而遭遇过断腿的拉姆塞也对《每日邮报》透露,自己在断腿后的几年里,内心里一直有着挣扎。

“伤病确实曾带走过我的信心,这是很自然的。自信心是件很重要的事情。假如你很挣扎的话,信心就会反映在表现上。”

这种伤病导致的心理“后遗症”并不仅限于足球运动员中间,在NBA球员中也存在着同样的情况。

比如曾在2014年遭遇胫骨骨折的步行者球员保罗·乔治。在恢复之后的一个赛季里,每次当他要走上球场前,还要得到心理辅导医生的同意。ESPN医学分析师卡普兰指出,即便他的身体没有问题,也要接受心理治疗后才能重返赛场。只有能在心理上彻底无视伤过的右腿,他才能算真正痊愈。

他需要再一次打败伤病

身体上,登巴巴需要完成漫长而艰辛的康复治疗。心理上,他需要强迫自己“忘掉”这次重伤,找回自己在球场上的霸气——这绝不是一个简单的任务。

更何况,这已经是他职业生涯第二次出现这样的惨剧。十年前,他就遭遇过一次胫腓骨骨折。

那时,还只有21岁的登巴巴很快就从重伤中站了起来,只休养了月8个月时间就回到了赛场。

但这一次,对于已经31岁的登巴巴来说,年龄让他的康复难度陡然增加。并且这次伤病的位置恰好是上一次骨折的患处附近2厘米,这或许会在登巴巴心中唤起更重的“心理阴影”。

此外,长海医院创伤骨科主任医师苏佳灿还在五星体育节目中表示,由于长期进行高强度运动,登巴巴的腿骨上还积累有“疲劳骨折”的隐患,这些疲劳的积累或许也是导致本次骨折的因素之一。

不过在世界足坛中,即使是“高龄”球员,也有着从重伤中恢复的成功先例。

2007年2月,当时效力英超布莱克本的“野人”萨维奇就遭遇了严重的右腿腓骨骨折,当时他已经是32岁。然而他的恢复速度却令人惊讶,在九个月后就重新回到了英超赛场。

(据《东方早报》)

卡纳瓦罗： 权健赶超恒大还有很长的路要走

据新华社天津7月23日体育专电(记者张泽伟)前世界足球先生卡纳瓦罗23日在天津说,他执教的天津权健跟老东家广州恒大一样具有雄心壮志,但权健要想赶超恒大还有很长的路要走。

卡纳瓦罗在上个月接手天津权健后迅速扭转了球队的颓势,一波六连胜后权健重新恢复“中甲航母”本色。球迷期待卡纳瓦罗能带领权健成为第二个恒大。

“恒大取得了很大的成功和亮眼的成绩,的确值得大家学习。但我们权健的雄心一点不比恒大小。”卡纳瓦罗23日在权健对阵北京北控的赛前新闻发布会上说。

“当然,中甲跟中超的差距还很大,中超球队的水平比较平均,外籍球员知名度和水平也都很高。”卡纳

瓦罗认为,权健想要赶上或超过恒大,还有很长的路要走,不仅球员的水平需要进步,俱乐部的管理、服务等都需要提高。

让卡纳瓦罗非常满意的是,权健球员在训练和比赛中的积极性,跟他当初率队的广州恒大一样。“一旦大家把激情和热情带到比赛中,自然会解决很多问题。”他说。

卡纳瓦罗表示,虽然俱乐部的宏伟蓝图令人期待,但重要的是要一步步地走,一个个目标去实现。“就我个人的性格来说,我不喜欢空谈长远的目标,而在乎每一天做了什么,”他说。

对于权健冲超的话题,卡纳瓦罗说:“在我决定来执教时,俱乐部并没有要求我一定要冲超或者一定要夺冠,我的任务就是给球队带来改变和进步。”

首位入选NHL的中国球员 宋安东加入北京冰球队

据新华社北京7月22日体育专电(记者汪涌)去年6月在北美职业冰球联盟(NHL)选秀中被纽约岛人队选中,成为第一位入选NHL中国人的宋安东,22日加入北京冰球队。

年仅19岁,身高1米85的宋安东接受采访时表示,作为一名北京孩子,非常希望能够为北京冰球队效力,为中国国家队效力。刚刚成立的北京冰球队中有许多从小就在北京一起打球的伙伴,彼此之间十分熟悉。宋安东认为,希望这支北京队能够与冰球发达国家的队伍加强交流,吸取先进的训练方法,丰富比赛经验,尽快成为一支具有较强实力的队伍。

“首位入选NHL的中国球员”的身份,使得宋安东的名字已广为人知。他去年还随北京申冬奥代表团远赴吉隆坡,为北京携手张家口成功举办2022年冬奥会贡献了力量。宋安东的冰球启蒙和基础训练是在北京完成的,之后他曾赴北美进行了八年多的冰球留学深造,他还入选了中国青年冰球队。

在22日的北京冰雪运动队成立仪式上,北京市一共组建了冰球、冰壶、花样滑冰、短道、速滑、单板滑雪、自由式滑雪、跳台滑雪等8个项目16支冰雪运动队伍,其中运动员164人,教练员11人。队伍中既有经验丰富的老运动员,又有具备发展潜质的年轻运动员。

曼联前主帅莫耶斯 就任桑德兰队主帅

据新华社伦敦7月23日体育专电(记者王子江)曼联前主帅莫耶斯23日被正式任命为英超桑德兰队主教练,接替前往英格兰队的阿勒代斯留下的空缺。

53岁的莫耶斯自从去年11月被西甲的皇家社会队解职后,一直赋闲在家。据报道,他与桑德兰队签订了一份长达4年的协议。

在曼联待了不到一年的莫耶斯说:“我接手了一个受到重大支持的、很大的英国俱乐部,我很期待重返英超工作。”

桑德兰俱乐部主席肖特透露,他曾在很多场合与莫耶斯交流,对曾执教埃弗顿11年的莫耶斯印象深刻,他还说,桑德兰过去5次换帅,莫耶斯都是第一人选,但因为莫耶斯不愿中断当时的合同,才未能加盟。

曼联前主帅弗格森退休后,莫耶斯与红魔签订了为期六年的合同,但仅过了10个月就被无情解雇。桑德兰队上赛季位居英超积分榜第17位,勉强保级。

法拉赫创5000米 赛季世界最好成绩

据新华社伦敦7月23日体育专电 在23日进行的国际田联钻石联赛伦敦站比赛中,主场作战的伦敦奥运会双料冠军默·法拉赫以12分59秒29的赛季世界最好成绩夺得男子5000米冠军,证明他依然是奥运争金的热门选手。

这是法拉赫职业生涯中第四次跑进13分。另一位英国选手布查特以13分14秒85获得亚军,美国选手拉加特以13分14秒96位列第三。

“得到观众们的热情支持,这太不可思议了。”法拉赫说,“这是我在里约奥运会前的最后一场比赛。现在是我参加大赛前的最好状态,接下来的两周半时间什么都可能发生,我必须保持耐心和冷静。”

荷兰名将席佩斯以22秒13的成绩夺得女子200米冠军。她在赛后表示,重要的是赢得比赛,而不是时间。“我可以应对夺冠热门带来的压力,我不紧张,这对我来说很好,”她说。

女子跳远比赛中,英国选手约翰逊·汤普森以6米84摘得桂冠,创造了个人赛季最好成绩。奥运会七项全能冠军恩尼斯·希尔表现不佳,在八名选手中仅列第七。

牙买加短跑名将、两届奥运冠军弗雷泽·普赖斯在女子100米比赛中跑出11秒06,仅收获第三。

不过对于实现奥运三连冠,弗雷泽·普赖斯依然信心满满。“近期没参加什么比赛,目前我的体能状况不是特别好,因此这次比赛对我来说很重要,让我摸清了自己的状况,以便接下来更好地训练,”她说。