



全民健身热潮下运动损伤康复需求增加

专家建议补齐短板让服务有边界责任有依据

□ 本报记者 赵 丽
□ 本报实习生 吕榕格

全民健身热潮下,越来越多的人加入运动者的行列,老年人加入晨练队伍,孩子们在球场挥洒汗水,年轻人走进健身房……运动过程中,难免会出现崴脚、膝盖疼、肌肉拉伤等运动损伤。

运动损伤袭来,该如何应对?

《法治日报》记者近日调查发现,一些运动者把扭伤、崴脚当作“小毛病”,因缺乏及时干预留下更大隐患,有的运动者在康复过程中发现,从诊断治疗到功能恢复的衔接并不顺畅,还有运动者转向商业运动康复机构,却遭遇资质不明、手法存疑的窘境。

运动知识储备不足

43岁的北京市民郭毅(化名)在一次运动中崴了脚,由此导致韧带断裂后,他才意识到问题的严重性。“从小到大,身边人对崴脚的态度都是‘揉一揉、歇一歇就好了’,从来没有人告诉过我,崴脚可能导致韧带断裂,更不知道韧带断了需要怎么处理。”

为什么大家会将崴脚等常见运动损伤视为“歇歇就好”的小事?记者在北京市西城区、石景山区和丰台区的8家运动场馆随机走访了60名长期运动的市民,超过一半的受访者认为崴脚等运动损伤“是小伤,忍忍就过去了”,有受访者觉得“就医太麻烦”,还有受访者表示自己不清楚就诊和康复渠道。

郭毅也表示,自己在受伤前对防止运动损伤的知识储备几乎为零。“网络上虽然能查到不少相关内容,但大多是事后才去了解学习。”

北京市什利海体育运动学校羽毛球球队、击剑队运动康复师张翔炜告诉记者,自己曾遇到过一名40多岁的女性患者,最初这名患者因膝盖疼痛就医,被发现存在关节积液、软骨损伤,因为担心运动加重疼痛,此后近一年几乎没有活动。再次接受专业康复训练时,其腿部肌肉已明显萎缩。“这名患者原本希望通过长时间的休养保护膝盖,最后反而因肌肉力量下降、关节稳定性再次变差。”张翔炜说。

北京某三甲医院运动医学科一名副主任医师告诉记者,把扭伤、疼痛当成小问题和受伤后长期不敢活动,这两种看似相反的处理方式,其实指向同一个问题——普通运动者对运动损伤的识别、就医和康复知识储备不足。

上述医生同时表示,对于运动损伤,不能“一刀切”地用休息缓解。“大家常说的‘撑着了’,即肌肉和肌腱损伤,急性期剧痛时应立即停止运动,按休息、冰敷、加压、抬高原则先行处置;进入愈合期后,需要在专业人员指导下进行训练,重塑肌肉弹性,否则极易反复损伤。”

需求涌向院外机构

30岁的湖南省长沙市市民李女士今年年初运动后出现肩痛、膝盖反复疼痛,她选择在当地的一家三甲医院检查治疗,但医院离家较远,每次往返耗时不短,且每名患者得到康复指导有限。“一名康复师需要同时照看多名患者,分到每个人身上通常只有十几分钟,更多的时候是按照固



定流程理疗,再学习几个动作回家练习。”李女士说。在她看来,医院安全规范,但患者较多,很难满足长期、细致的个性化康复需求。

医院难以满足需求,患者便把目光转向院外。几次就诊后,李女士开始寻找离家更近的商业运动康复机构,“这类机构能提供更长时间的一对一服务,但费用明显更高。”李女士尝试过一家专业连锁机构,单次收费约700元,不同身体部位对应不同疗程。“确实有效果,但要把全身的问题都处理好,周期太长、费用太高,所以我只去了一次。”

也有受访者向记者表达了这样的观点:“医院相对规范但供给受限,院外机构灵活便捷但水平参差不齐。”

39岁的北京市民张颖(化名)便对商业运动康复机构的水平持怀疑态度。张颖是一名网球爱好者,在一次击球发力时,左侧小腿不慎拉伤,之后反复隐痛,影响到了走路、跑步。听说运动康复机构能帮助恢复,她便找了一家机构前去咨询。原本以为只是稍稍放松即可,没想到还没进行细致评估,工作人员就直接拿出筋膜刀开始操作。

张颖告诉记者,自己很快察觉不对劲——疼痛确实出现了,但这并不是她原本受伤的部位,明明是左腿拉伤,对方却一直一直在处理她的右腿。“我当即提出疑问,对方却反问‘你就说痛不痛吧,只要痛就说明你的右腿也有问题,只是症状还没显现出来’。”

这次经历让张颖开始质疑此类机构的专业性。“我和不少球友们交流,发现的确有类似机构缺少规范评估流程,有的机构甚至采用模棱两可

的说法,把操作带来的痛感包装成‘找到病灶’。”张颖说。

张翔炜告诉记者,医学治疗是解决“伤病本身”,康复则是进一步帮助患者尽快“重新动起来”。理想状态下,二者应当是一条连续的服务链,同时明确各自的服务边界:患者完成诊断和必要治疗后,根据损伤情况进入康复阶段,再逐步恢复日常生活乃至重新投入运动。

一些业内人士则向记者表示,目前国内运动康复医生与运动康复行业从业者之间的沟通协作相对有限,尚未建立稳定、成熟的转诊和协作机制。

监管保护同步发力

李女士告诉记者,她发现,仅凭机构宣传甚至官方颁发的证书,很难判断康复机构是否真正适合自己。为了尽快康复,她几乎让自己成了“半个专家”。现在,她已经能解释“制动”“前交叉韧带损伤”“神经根型颈椎病”等专业术语,也会查询不同康复动作、手法治疗和影像检查的适用范围。

在一些业内人士看来,这恰恰反映出行业内存在的问题。

北京理工大学法学院教授孟强表示,实践中,一些运动康复机构存在评估流程不够标准化、缺少个体化动态调整,从业人员专业背景参差不齐、服务风险告知不充分、服务记录不完善等问题;也有机构对需要医学转诊的损伤情况识别不足,容易延误客户就医时机;此外,也存在操作不规范等风险。

“目前的一些纠纷中的,确存在消费者在运动康复过程中出现新的不适甚至二次损伤的情况,其中,责任如何认定,由谁举证,常常说不清楚。”曾经接触此类消费纠纷案件的北京京都律师事务所律师翁小平说。对此,翁小平建议,可以引入独立的第三方专业鉴定机制,明确机构在评估、操作、告知等环节的注意义务;同时通过书面服务合同固定服务内容、风险提示与责任约定,强化机构的举证责任,避免出现“出了事说不清”的情况。

翁小平告诉记者,随着运动康复服务规模扩大,相关责任问题难以避免。一方面,康复师如果经验不足或操作不当可能导致消费者出现新的不适;另一方面,康复效果还受消费者身体状况、训练执行等多种因素影响。出现争议后,如何判断问题究竟来自原有伤病,消费者自身情况,还是从业者的操作不当,如何保护服务双方权益,都需要制度予以明晰。

受访专家表示,监管与消费者权益保护需同步发力。卫生健康、体育、市场监管等部门应明确各自监管职责,形成联动,对投诉举报多、服务不规范的机构及时查处并公示。

“应保障消费者的知情权与选择权,要求相关机构公示从业人员资质、服务项目和收费标准,规范宣传用语,杜绝诱导行为。”孟强表示,运动康复是全民健身时代的刚性需求,只有规范发展才能行稳致远。“只有尽快补上相关短板,让资质有认定、服务有边界、责任有依据、监管有主体,消费者消费的力量才能放心走进商业运动康复机构,康复之路才能安全、顺畅。”

漫画/李晓军

全方位筑牢景区防线 全维度聚力平安建设

襄阳公安以数智赋能全链条护航城市发展

□ 本报记者 刘志月 刘欢
□ 本报通讯员 周胤伍

湖北襄阳,千年古城,文脉悠远。

从湖北文化旅游发展大会到中国农民丰收节,从全国大学生艺术展演到国潮音乐节;从管家巷的青砖黛瓦到小北门的光影流转,从古隆中的历史风华到汉江畔的烟火氤氲,襄阳总能让游客沉醉其中。

《法治日报》记者了解到,近年来,襄阳公安紧扣文旅发展战略布局,全方位筑牢景区防线,全维度聚力平安建设,全链条护航城市发展。2025年以来,全市200余场大型活动安全“零差错、零事故”,刑事、治安警情持续下降,群众对平安更加可见、可触、可感。

守护“诗与远方”

“请大家不要拥挤,看好老人小孩!”

2026年10月6日晚,襄阳古城小北门广场人头攒动,游客拾头沉醉于城墙光影与空中无人机表演,广场内4个离地约3米高的警务瞭望台上,民警低头紧盯现场动态,通过小喇叭一遍遍喊话提醒安全事项,一旦发现寻人找物、人群拥挤等情况,便通过“高空瞭望+地面布防+动态管控”联动机制迅速处置。

这样全时空、立体化的护航,一次次出现在襄阳城市文旅的高光时刻。

2025年12月21日,一场群星演唱会在襄阳市奥体中心开唱,这场演唱会的筹备周期仅有一周。襄阳公安高效攻坚,3天完成审批,在一周内落地全部安保措施,高标准通过这场极限“压力测试”。

2026年8月1日,湖北省城市足球联赛的焦

点赛事和某歌手的演唱会同日在襄阳启幕,民辅警警面双线作战考验,顶着高温连续鏖战,以扎实的服务保障举措赢得球迷、歌迷的一致好评。

如何让群众乘兴而来,平安而返,是襄阳公安护航文旅的必答题。

据襄阳市公安局有关负责人介绍,襄阳公安坚持“一活动一专班、一现场一方案”,联动文旅、应急、交通、消防等部门,搭建信息互通、联动指挥、应急响应的协同机制,创新实践“八步工作法”,做实做细指挥调度、风险研判、预案保障等全链条安保措施。

襄阳公安在审批环节围绕“联动联审、精简事项、一网通办”,将大型活动审批时限由7个工作日压缩至平均3个工作日内,对多场次活动实行一次性申请、一次性许可,切实提升企业和群众的办事体验。交管部门则按照“远端分控、近端疏导、核心管控”及“潮汐停车、实时指引”等思路科学组织勤务,11个柔性执法小分队上路精准宣防,确保道路畅通、出行平安、停车有序。

深化“全域智防”

“枣阳黄桃甜润天下,千古帝乡勇担荣光……”2026年9月23日,第九届中国农民丰收节主场活动在襄阳市枣阳市东郊村举办,活动现场,近万名观众伴随悠扬的旋律,体味具有荆楚特色的丰收盛景。

人群中,巡逻值守的民警通过智慧警务平台,可视化警务终端等与情指中心实时互动,实现安保布防与社会面动态“一屏可视、一键调度”。

近年来,襄阳公安依托“专业+机制+大数据”模式,持续深化“全域智防”建设。全量接入景区

监控、智慧交管、旅馆业平台等信息,以大数据模型、人流车流统计、无人机巡航等技术运用为抓手,搭建起“风险预警、警情快处、远程调度、交通疏导”的数智工作链条。

“奇幻谷星球集市处有大量游客聚集,请无人机巡组及地面巡组前往查看处置。”2026年9月25日,襄阳华侨城奇幻度假区东津派出所警务室内,民警李迅紧盯大屏上的流量热力图,实时调度景区治安勤务。

无人机迅速升空,现场画面被传回,地面警力同步向相关区域靠拢。5分钟后,点位拥堵情况得到解决。“以前守景区主要靠‘铁脚板’,现在有了新技术装备,我们能更好更快地为游客服务。”李迅说。

如今,在襄阳各大景区,一键报警装置、可视化警务终端、机器狗等“黑科技”,正逐渐成为民警的“标配”。

借力数智襄阳“一张图”平台,襄阳公安把重点区域、关键点位纳入可视化管控体系,织密“环省、市、县”圈层防控网,落实“1、3、5分钟”快速响应机制。

与此同时,襄阳公安持续深化城区巡防体系改革,街面警力达总警力的40%;在水域、景区等人员密集区位布设“空地一体”无人巡逻车及157套智能感知设备,初步形成“空天水地”立体化防控网络。

统计显示,2026年上半年,襄阳可防性案件量同比下降27%。

护航“发展沃土”

“没想到一通预约电话,民警就上门办好了手续!”前段时间,襄阳市谷城县公安局治安大队民警驱车50多公里,到谷城县五山镇班河大峡谷

景区的多家民宿完成了“行业体检”和业务办理等工作。

一些民宿、露营等涉文旅新业态大多地处偏远,如何在服务乡村全面振兴、文旅兴城的同时,保障相关经营者的从业积极性?

襄阳公安创新推行“梯度式培育、全链式服务、靶向式除患”三型模式,变被动等待为主动下沉,民警走进景区,“面对面”答疑解惑,“手把手”指导服务。在此基础上,着力深化“警、景、群”联动联动机制,推动警力常驻景区,发动工作人员、义巡队员、志愿者等力量共建共治,“一站式”承接求助、咨询、纠纷调解等,让游客切实感受到“警察就在身边,服务就在眼前”。

不仅是文旅场景,襄阳公安的平安保障延伸至经济社会发展各领域:依托国家级车联网先导区建设,实现中心城区道路智能网联设备全域覆盖,使通行效率提升10%以上;围绕全市11个百亿元级重点项目,深入推行“一业一策一专班”“一项目一警长一警务室”,服务触角从解决企业“一件事”拓展到护航“一类产业”。

一组组数据体现出公安服务的温度和力度:企业服务专窗实现批量业务打包通办,办理时间节省80%以上;规范涉企执法,全市涉企检查量下降30%,最大限度降低对企业正常经营的干扰;出台无人机飞行表演等4项指引规范,助力新兴产业有序发展;建立“公安+农业+水利+N”联动机制,3500余名护江志愿者与智慧渔政系统共同构筑立体护江体系,以生态平安助力绿色发展。

“我们将持续打造系统化、常态化、精细化的平安治理体系,为城市魅力的不断绽放筑起坚不可摧的安全屏障。”襄阳市公安局有关负责人说。

□ 本报记者 赵红旗

与2025年同期相比,2026年以来,河南省洛阳市人民法院新收案量下降14.14%,调解率上升3.5%,其中,洛龙区人民法院龙门人民法庭、嵩县人民法院田湖人民法庭、栾川县人民法院潭头人民法庭等9个人民法庭调解率超过50%……这是《法治日报》记者在2026年9月获得的一组数据,这组数据印证了洛阳市人民法院发生的变化。

这组数据从何而来?新收案量下降、调解率上升的变化又因何而起?

“我们结合洛阳文旅资源丰富、特色产业鲜明、现代工业完备的现实发展情况和治理需要,在全市打造14个文旅融合法庭,12个特色产业法庭,11个营商环境法庭,9个基层治理法庭,形成‘纵向联动指导,横向互学互鉴’的品牌发展矩阵。”9月29日,洛阳市中级人民法院党组书记、院长徐哲在接受记者采访时介绍说。

打造文旅融合法庭

截至目前,洛阳共有3项6处世界文化遗产、5家5A级景区,36家4A级景区,文旅资源丰富,但涉旅纠纷呈现出流动性强、时效性高、涉众面广等特点。如何让矛盾纠纷化解在萌芽、解决在景区?

洛阳中院给出的答案是:构建全市统一、上下联动、全域覆盖的护航文旅发展司法服务矩阵。龙门法庭、潭头法庭就是洛阳中院打造的14个文旅融合法庭中的2个。

“游玩过程中遇到纠纷,可以到我们法庭在景区治安派出所设立的法官工作站来咨询,干警会帮助您解决问题。”“咱们商户的一言一行都代表着洛阳形象……”

2026年国庆节期间,洛阳龙门石窟游客如织。龙门法庭干警将法治宣传搬进游客必经的龙门古街,开展“法治护航文旅 诚信经营畅游”主题普法活动,为游客提供“一站式”法律咨询,还走进沿街商铺、特色摊位,逐户发放《文旅诚信经营倡议书》,并结合涉文旅典型案例以案释法,引导商户守住诚信底线。

龙门法庭庭长毛继光向记者介绍说:“法庭通过与景区、治安派出所建立诉调对接机制,打造‘现场受理、就地调解、当日办结’的涉旅游纠纷快速调处通道,努力让小事不出店、矛盾不出街,纠纷不成讼。在旅游旺季展开值守,现场提供法律咨询,纠纷调处服务,打通文旅司法服务‘最后一公里’。”

秋天的栾川县老君山景区雾气缭绕,层林尽染,八方游客踏秋而来。潭头法庭老君山法官工作站设立在景区内,干警们落实旺季每日值守,日常定期驻站制度,面向游客和商户提供法律咨询、纠纷化解服务,“有矛盾纠纷,找法官工作站”已在景区中的商户、游客间广为流传。

“针对游客普遍关心的景区消费争议等问题,我们用‘拉家常’的方式以案释法,把‘法言法语’变成‘家常话’,引导游客依法出游、理性消费、遇事找法,让法治服务在景区‘看得见、找得到、用得上’。”潭头法庭庭长苏芳说。

记者了解到,目前,洛阳全市14个文旅融合法庭累计在重点景区、文旅商圈、民宿集群等区域设置景区法官工作站、联络点及巡回审判点28个,把司法服务从法院院内搬到文旅一线,构建起“覆盖全域、多点联动”的司法服务网络。

洛阳中院还统一制作发布《洛阳市文旅法庭分布》地图,清晰标注14个文旅融合法庭的具体地址、联系电话、服务景区及作品品牌,串联起全市各级文旅资源点位,形成“一图览全域、一图找法庭”的司法服务指引体系。只需对照地图,便可快速定位辖区内的文旅法庭,对接获取相应司法服务。如今,行走在洛阳,游客在感受河洛文化魅力的同时,总能在不经意间遇到一抹“司法蓝”。

建立助农工作机制

汝阳县属伏牛山革命老区,汝阳县人民法院三屯人民法庭红色底蕴厚重,其渊源可追溯至1948年伊阳县(汝阳县旧称)民主政府驻三屯时期设立的区级调解审判机构。法庭地处汝阳县南部山区,法庭所辖的3个乡镇种植着红薯、香菇、角里艾、杜仲、花生五大地理标志农产品,种植总面积约13.72万亩,土地流转、订单履约、地理标志使用、涉农劳务等各类矛盾纠纷多发。

为此,三屯法庭确立“法庭+特色产业”建设定位,建立“1+4+N”全链条助农工作机制,即以法庭司法服务为核心,做实“察农情、释农惑、解农争、护农兴”四项闭环举措,联动乡镇综治、司法所、派出所、村“两委”、农业专班、行业协会、乡贤调解员等多方力量,形成“需求摸排—风险预警—普法宣传—多元化解—产业赋能”全流程司法服务体系。

三屯法庭庭长丁乐利介绍说,三屯法庭实行法官官分片包联制度,干警常态化到种植基地、合作社、农户家中走访调研,梳理产业风险点,精准收集涉农经营主体法律诉求,把邻里、土地流转、劳务、农产品交易等矛盾化解在诉前,切实减轻群众诉讼负担,实现维权不误农时、矛盾不出乡。2026年1至9月,三屯法庭收案247件,调解108件,调解率达47.79%,判息息诉率达94.69%。

徐哲告诉记者,洛阳中院聚焦全市27个国家地理标志农产品主要产区,目前已打造12个特色产业法庭,洛阳牡丹、伊川富硒小米、孟津黄河鲤鱼、洛宁上艾苹果等知名农产品均受到司法保护。同时,全市法院积极助力产业集群发展,新安县人民法院铁门人民法庭推出“法庭+商会”调解模式;偃师区人民法院顾县人民法庭在产业园区建设法官工作站,服务辖区多个产业集群。

深度融入基层治理

据介绍,目前,洛阳中院通过聚焦基层多发矛盾类型,以婚姻家庭事、劳动争议、道路交通事故、金融等专业化审判为核心,打造9个基层治理法庭,深度融入基层社会治理,推动矛盾纠纷源头减量,筑牢基层平安建设防线。

洛阳高新技术产业开发区人民法院李村人民法庭辖区市场主体密集、人员构成多元,共有9所高校,9万余名师生,289个在建工地,318家现代化企业、11个安置小区。面对流动人口数量大、工地纠纷频发等问题,法庭与公安派出所建立“庭所联动”机制,将婚姻家庭事、拆迁安置、校园侵权、劳务讨薪、合同纠纷等常见纠纷细化为14项具体情形,逐项标明谁主办、谁协助,怎么流转,夯实基层治理根基。

西工区作为金融机构聚集地,金融纠纷案件近年来逐渐增多。为提升金融审判质效,西工区人民法院将红山人民法庭打造成专业化的金融审判法庭。法庭将全年工作按照四季分解,形成独具特色的“四季”金融审判工作法。“春耕”强基,深耕新时代“枫桥经验”,创新基层治理模式,推动矛盾化解从“事了”向“心安”迈进;“夏耘”协同,借助“法庭+N”机制,积极融入社会治理大局,为金融行业发展注入司法动能;“秋收”赋能,举办法庭观摩、法企共建等活动,主动接受社会监督,提升司法公信力;“冬藏”蓄势,完善“前端预防—案件分流—及时跟进”纠纷化解机制,推动矛盾化解由“独角戏”升级为“大合唱”。

孟津区人民法院小浪底人民法庭主动“走出去”,针对单靠法庭力量难以化解的疑难复杂纠纷,构建“法庭+N”多元联动解纷体系,联合乡镇综治中心、司法所、派出所、村(社区)等形成调解强力支撑力量。今年以来,法庭收案数同比下降6.93%,调解率达35.5%。

纵向联动指导 横向互学互鉴

洛阳打造人民法庭品牌发展矩阵