

从训练被吓哭到奥运会酷炫摘金

自由式小轮车运动员邓雅文说“只要心中有梦，脚下就有路”

7月31日，巴黎奥运会自由式小轮车女子组决赛中，中国选手邓雅文以出色的发挥拿下了冠军。在首轮比赛中，邓雅文就以平稳的技术发挥和超炫的动作拿下92.50分。第二轮，她更是以一套连贯性极佳的难度动作拿到了92.60分。这也是中国体育首次在这个项目上拿到冠军，创造了中国自由式小轮车的历史。



从田径跨界“小轮车”

邓雅文8岁进入泸州市业余体校田径队训练。2017年，随着自由式小轮车成为东京奥运会正式比赛项目，正在跨界选材的小轮车教练发来了邀请。“就在我准备去标枪队的时候，家人来电让我去成都练小轮车。”邓雅文说。

回忆起与小轮车的第一次接触，邓雅文感觉一切都充满了新奇，“那时，小轮车在国内刚刚发展起来，还没有掌握特别高难度的动作”。

进入四川省水上运动学校时，她是小轮车队伍中年龄最小的一位，每天她都跟在“哥哥”“姐姐”们的后面，从最简单的骑行开始，逐步开始接触难度动作。

邓雅文还记得自己第一次骑着车子从高处下滑时，“非常的害怕，恐惧感一下子就涌了上来，愣在了那里”。刚开始训练的那段时间，邓雅文几乎每天都会被吓哭，在教练和队友的鼓励下，她一次次克服了恐惧，哭完了接着练。

从看视频学习动作，再到通过比赛近距离观察模仿国外选手，邓雅文通过不断学习世界先进技术和高难度动作。就是用这样最原始的办法，邓雅文在短短几年间取得了长足进步。

哪里跌倒，就从哪里爬起

除了心理上的恐惧，训练中还很容易受伤。从接触这个项目开始，邓雅文不知在赛道上摔倒过多少次。邓雅文回忆，自己身体多个部位都有伤病，2019年左脚趾骨骨折，2022年的时候右肩膀反复脱臼并做了手术。最近两三年，两边肩膀都是反复脱臼，很多时候她都是带伤比赛。比如，来上海参加奥运资格赛前，她的两边肩膀还各打了一针封闭。

这次夺得奥运会冠军前，邓雅文最高光时刻是2023年10月在家乡四川拿到世界杯中国巴中站冠军。决赛中她战胜世锦赛冠军汉娜·罗伯茨和东京奥运会冠军夏洛特夺冠，当时夺冠的成绩93.84分创造该项目打分历史最高分。

其实，就在这次冠军前几个月，2023年世锦赛，预赛时排名第二的邓雅文决赛中

连续出现失误，仅仅获得第6位。彼时，邓雅文在使用一套高难度动作时摔倒在地。

她当时就哭了，回到宾馆依然哭得非常伤心，脑海里一直都是自己失误的镜头。邓雅文说，自己并非那种心态特别好的运动员，遇到问题也会为自己找出路，她的办法就是哭，“哭一场不够，那就哭两场……”

哭过之后，邓雅文开始思考自己的问题，并且在训练中不断改进自己。巴中站决赛，她用相同的动作拿到了冠军。

从哪里跌倒，就从哪里爬起——奥运资格赛上海站比赛，她在做360度转体三圈把这个高难度动作时出现失误摔倒在地。本次奥运会决赛，汉娜·罗伯茨和孙佳琪等竞争对手都出现了失误，只有邓雅文用稳稳的表现锁定了冠军。

巴黎金牌只是起点

北京奥运会的时候，当时只有3岁的小雅文印象最深的事就是奶奶的收音机里每天都在放《北京欢迎你》，也就是从那时起，在她内心深处埋下了“奥运”的种子。

奥运会前两站资格赛，邓雅文和队友一起锁定两个奥运会参赛名额，“就是觉得无论如何我都要去奥运会”。奥运会前接受央视采访时，她对自己信心十足，“我想去，我想去那个舞台上闯一闯，而且我知道我有那个能力站到奥运会的领奖台上”。

从东京奥运会到巴黎奥运会，小轮车的奥运会历史其实也仅仅过了4年时间，东京奥运会冠军夏洛特和美国名将汉娜·罗

伯茨在过去几年时间里也承担着推广这项运动的责任。

现在，作为新一届奥运会冠军，邓雅文也会承担相同的任务。“我希望能更多的国际赛场上为中国争光，同时也希望通过自己的努力，让更多人了解并爱上这项充满挑战与魅力的运动。”

而对于未满19岁的邓雅文来说，巴黎奥运会只是其职业起点，“我才18岁，如果比到28岁，我还可以参加世锦赛和奥运会，为什么不去试试？”邓雅文说，只要心中有梦，脚下就有路。

据澎湃新闻



近日，沧州市全民健身联赛围棋比赛举行。本次比赛项目为个人赛，设公开组和青少年组两个组别。比赛吸引了150余名围棋爱好者参与。 魏志广 李玥 摄

马蹄内翻足病因与治疗

沧州市人民医院医专院区 手足外科一区 沈朝

病因

马蹄内翻足的病因尚不完全明确，可能与胚胎发育早期发育缺陷、神经病变、胎儿在子宫内的姿势、宫内足部肌肉骨骼发育异常、产前病毒感染以及遗传因素等多种因素有关。同卵双胞胎中，若一人患病，另一人的患病概率会上升至三分之一。

治疗方法

非手术治疗：对于先天性马蹄内翻足，早期干预至关重要。非手术治疗包括手

法矫正加系列石膏、支具固定等。目前国际上普遍采用Ponseti疗法，即采用多次石膏矫正技术，使内翻、内收的足部恢复正常的解剖生理位置。治疗通常从出生后1周内开始，通过4-6次石膏矫正，并持续至4-5岁。在石膏矫正过程中，家长还需配合专业的康复锻炼，帮助患儿恢复下肢肌肉力量、平衡能力和步态。

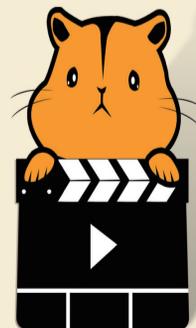
手术治疗：若非手术治疗失败或马蹄内翻足继发于神经肌肉及先天性疾病，

则需考虑手术治疗。手术时机一般在出生后6-12个月，术后还需进行石膏矫正和足部功能训练的康复治疗。

注意事项

家长一旦发现孩子存在马蹄内翻足的症状，应尽早前往医院进行诊治。早期干预预后较好，对患儿的生活质量有重要意义。同时，在治疗过程中，家长需密切关注患儿的病情变化，如有不适及时告知医生。

综上所述，马蹄内翻足是一种需要早期干预和治疗的足部畸形。通过科学合理的治疗方法，大多数患儿能够恢复正常的足部功能和生活质量。



仓鼠视频

HAMSTER VIDEO

沧州日报社出品

属于沧州的视频工作室

大型纪录片 / 宣传片 / 多机位直播

首届国际大运河影像大赛金镜头奖
《伟大的变革——庆祝改革开放四十周年》国家大型展览视频单元入选
全国文明城市创建媒体融合创新项目
河北省宣传文化系统工作十大创新案例
河北省网络产品重点扶持项目
抖音平台年度优质创作者

联系方式：1763205016