



# 前港隊猛將執教 培育「劍神」接班人

## 圓玄一中打造學界首個劍擊中心



圓玄一中新建「體適能訓練中心」，致力培育優秀的劍擊運動員。



▲退役劍擊港隊代表黃俊聲（左三），跟圓玄一中校長、副校長及一班學弟學妹分享心得。

張家朗勇奪奧運金牌，「劍神」效應帶動劍擊熱潮！葵青區的香港道教聯合會圓玄學院第一中學，新建符合國際標準的「體適能訓練中心」，成為津中首個劍擊中心。

學校本學年起，在中一至中六增設重劍劍擊體驗課程，此外亦計劃將訓練中心開放予中小學生免費預約試玩。目前，已有五間小學預約到校體驗劍擊運動。

大公報記者 鍾怡（文） 徐網（圖）

香港道教聯合會圓玄學院第一中學之前無專屬的劍擊訓練場，學生進行課後訓練時，要先把課室裏的桌子移開，騰出空間練習劍擊。平時更是通過跑樓梯、平板支撐等方法訓練體能，沒有專門的重量訓練器械。即便如此，圓玄一中近八年來，亦培養了楊均培、曾潤田、楊紫影等六位本校學生成為港隊代表。

### 將開放予中小學生試玩

為給學生創造更好的劍擊訓練環境，學校耗資約80萬元，新建面積達1856平方呎的「體適能訓練中心」，配有可調式雙滑輪多功能訓練機、四台室內飛輪健身單車、兩條標準劍擊賽道及即時計分裝置等專業設備。

學校將從本學年起，在中一至中六增設重劍劍擊體驗課程，教學生學習握劍、刺、弓步等專業知識。此外，該校亦透過與民政事務局合作的「開放學校設施推動體育發展計劃」，將中心開放予中小學生免費預約試玩。目前，已有五間小學預約到校體驗劍擊運動。

### 約100堂課僅收費200元

校友黃俊聲是退役劍擊港隊代表，他現於母校擔任劍擊導師。黃俊聲說，坊間劍擊課一般為每1.5小時250至500元，而學校每學年僅收200元，約100堂課。前人種樹，後人乘涼，師兄師姐近幾年來的成功案例，令學校加大對劍擊設施的投入。

黃俊聲續說，「作為學校第一批劍擊運動員，學校給予很大的幫助，例如援助我外出打比賽。」回校任教不僅是想回饋學校，更期望將劍擊傳承下去，培養更多港隊代表。

該校中五生曾潤田和楊紫影都合資格代表香港，參加亞洲青少年錦標賽。曾潤田說，在校訓練過程獲益良多，不僅學會劍擊，還懂得做人的道理。楊紫影亦認為，練習劍擊令自己學會控制情緒，明白堅持就會有收穫。

校長簡偉鴻表示，每個人都可以教育，學校希望創造優良的運動環境，幫助他們發光發熱。更重要的是，讓他們從運動中學會正確的價值觀，培養同學們堅毅、正向、專注的品質。

## 中學生試當「調查主任」 體驗廉署執法

【大公報訊】記者黃浩輝報道：廉署一向非常重視青少年的德育工作，今年首次為來自12間中學的中四、中五學生，開辦「iPLUS訓練營」，讓同學們嘗試擔任執行處「調查主任」，擴闊學習經歷及認識法治制度，廉署希望透過多元化活動，培育年輕一代誠信廉潔等核心價值。

### 模擬拘捕 跟蹤 搜查

是次訓練營在去年12月28至30日舉行，參與的30多名同學首先到北角的廉署總部參觀，了解大樓內的設施，以及廉署人員的日常職務和香港司法制度。翌日同學們到位於屯門的廉署訓練營，參加由執行處訓練學校及社關處設計的多項活動，包括模擬的執法體驗（拘捕疑犯、跟蹤及搜查行動），同學們在模擬案件中扮演調查人員，被指派去做跟蹤工作，還要到涉案人的寓所或車輛進行搜查，找出有用的證據，親身體驗執行處的工作，從而了解法治概念及守法的重要。

第三日，同學們到律政司的律政中心和前終審

法院，由律政司職員講解香港的司法制度、律政司職能，以及其他有關法治的知識，並向同學介紹廉署的工作和香港司法制度，結合執法及司法的元素，提醒同學堅守正面價值觀，共同維護香港廉潔的核心價值。

據悉，訓練營以「iPLUS」為主題，除了寓意今次活動增添新元素（PLUS）外，更突顯廉署反貪教育工作的特點及對青年領袖的期望，包括培養同學能恪守誠信、堅毅特質及解難能力。



▲學生參與模擬拘捕行動，為疑犯戴上手銬。

## 丘成桐中學科學獎揭曉 港生奪兩銅獎

【大公報訊】第三屆丘成桐中學科學獎（亞洲）於去年12月中旬圓滿結束，香港派出的兩支隊伍一鳴驚人，首次在電腦科、經濟及金融建模科獲取銅獎。負責籌辦該獎項的香港科學院創院院士與榮譽秘書黃乃正表示，希望在中學階段培養香港學生對科學研究的興趣，並通過參與不同的比賽與來自世界各地的同學進行交流，充實知識和經驗，壯大本港未來的科研實力。

### 改良電腦掃描 減誤診

第三屆丘成桐中學科學獎（亞洲）於去年10月底在香港舉行，十支優勝隊伍於12月中旬以視像方式參與在北京舉行的總決賽。當中，香港學生分別在電腦科、經濟及金融建模科獲得銅獎。

來自香港弘立書院中學部的電腦科參賽者Sally，憑「減少電腦斷層掃描中的單色金屬假影」研究獲獎。該研究提出使用兩股不



Sally



Elena

同的合一能量，加強儀器識別不同質料的能力，再配合深度學習運算，進一步減少電腦斷層掃描的誤差，降低誤診機率。

另外，來自香港英皇佐治五世學校的Elena和Aditya Nagachandra，以「COVID-19與浪費：紐約及台灣的例證」研究獲獎。該研究發現，在新冠疫情下，紐約和台灣的廢物量顯著增加。研究同時指出，疫情可改變許多人的消費行為。網購、送貨上門等活動將會不斷增加，相應垃圾量亦隨之增加，因此建議各地政府採取適當的措施來應對此危機。



## 嶄新技術通波仔 360度磨走血管鈣化物

【大公報訊】記者王亞毛報道：心臟病是本港第三大殺手病，患者接受「通波仔」手術放置支架前，需先移除血管鈣化物，而鈣化物越嚴重越堅硬，術後出現心肌梗塞等不良心血管事件比率越高，已成為「通波仔」大敵。中文大學醫院採用改良後的儀器，可360度磨走鈣化物，手術時間節省半小時，成功率超過九成，一年約有200位病患受惠。

冠心病通常表現為心血管內血脂、鈣沉積物等在動脈內壁積聚，令血管出現粥樣硬化。香港中文大學醫院心臟專科醫生陳裕豪表示，年屆70歲的冠心病患者，高達九成人的心血管內有鈣化物，其堅硬程度可令「通波仔」支撐血管的球囊和支架無法完全打開，大

大削弱手術用處，而且血管鈣化越嚴重，患者在術後一年出現心臟死亡、心肌梗塞等不良心血管事件的比率越高。

### 新版切除器 手術成功率逾九成

針對血管鈣化物，一般會在「通波仔」手術前，採用冠狀動脈旋磨術。陳裕豪說，運用經改良後的360度心臟動脈粥樣硬化切除器，將金屬動脈旋磨頭送至血管內狹窄部位前，以電動旋磨方式將鈣化物磨碎成微細碎屑，最終進入循環系統被白血球吞噬。

陳裕豪稱，360度心臟動脈粥樣硬化切除器舊版本需使用腳踏，醫生於手術期間手腳並用，操作較困難，且接駁鑽石磨頭時需要多花15至30分鐘。改良後鑽石磨頭預先接駁，令手術時間大幅減少，手術成功率高達九成以上。

旋磨頭送至血管內狹窄部位前，以電動旋磨方式將鈣化物磨碎成微細碎屑，最終進入循環系統被白血球吞噬。

陳裕豪稱，360度心臟動脈粥樣硬化切除器舊版本需使用腳踏，醫生於手術期間手腳並用，操作較困難，且接駁鑽石磨頭時需要多花15至30分鐘。改良後鑽石磨頭預先接駁，令手術時間大幅減少，手術成功率高達九成以上。



▲患者陳先生模擬如何跟着程式進行復康運動。大公報記者邵穎攝

## 醫院推「換散拮」程式 助病人家居做復康

【大公報訊】記者邵穎報道：關節置換手術前後，病人需掌握大量術前、術後資訊，而紙質資料令病人感到混亂。大埔那打素醫院去年5月推出全港首個換散專用應用程式「換散拮」，病人可透過程式內的教學影片，在家中進行復康運動。有60歲病人利用該程式，術後一個多月已恢復至能行走一小時。沙田威爾斯親王醫院、北區醫院將於今年上半年推出「換散拮」。

麥卓恒表示，該院在2017年進行病人教育電子化可行性研究，醫院管理局新界東醫院聯網的跨專業團隊其後研究「換散拮」應用程式，包含約20條教學影片、20多條常見問題解答，去年4月試行。

### 95%用戶認為內容實用

60歲的陳先生於去年11月完成換散手術，術前在醫院上四堂物理治療課，但感到「混亂，分不清邊個係術前、術後運動」，透過使用「換散拮」，他清晰知曉在術前術後不同時期

的注意事項，根據視頻進行康復運動。麥卓恒說，病人可在院內治療與在家運動，儼如「有堂食，有外賣」。截至去年11月，該院269位完成換散病人中，82%人已安裝該程式，95%用戶認為內容實用，會推薦給病友。

病人也可透過程式內的「康復進度」功能，記錄手術日期、手術前後可持逐步行的時間、關節疼痛程度等，更直觀呈現關節情況。在「手術相片簿」，患者可上傳傷口照片，由護士判斷嚴重情況，與醫護及時溝通。醫護可將病人置換的關節型號、

### 透視鏡

蔡樹文

免檢疫國泰機組人員違規外出，四處播

毒，造成Omicron變種病毒攻入社區。食物及衛生局局長陳肇始表示，正追蹤又一城望月樓群組的密切接觸者，利用信用卡結賬系統，找到與確診者同一時段用膳的食客。

究竟多少人當時同場用膳，竟然要借用信用卡資料協助尋找，反映出「安心出行」與「填紙仔」措施存在漏洞，目前還沒有出現社區大爆發只是僥倖。

政府專家顧問袁國勇亦承認，本港追查接觸者的技術弱，以致當局未能在短時間內找到密切接觸者。

無法短時間內追蹤緊密接觸者，會造成病毒在社區傳播。以今日的科技，透過手機追蹤緊密接觸者，完全沒有難度，但當前最大的制約是所謂的「私隱」。香港有一連串法例保障私隱，若有效防疫，必須作出取捨，勿因過度顧及「私隱」，釀成公共衛生危機。唯有加強追蹤，才有望成功戰勝疫情。

## 加強追蹤 對抗變種蔓延