



## 太空小靈精在運動治療方面的使用

太空小靈精被證明能治療廣泛病症，並且發揮強烈效應，在急救情況下尤見顯著果效。

在不斷發掘新用途下，太空小靈精被發現應用在運動治療方面有特強收效。現代體壇對運動員的要求不斷對他們的心理及體能都構成極大的壓力。現今體壇最關注的話題是運動創傷的處理、體能穩定性的加強、普遍疾病的治療及完全、快速的康復，又或是運動生涯的延長。

太空小靈精既輕又可以放入衣袋裡，而且操作簡單，所以不只在醫院、家裡，即使旅途上或運動場上也可以應用。

在創傷，受傷或患病的第一時間便使用太空小靈精，會得到最好的效果，它既幫助緩和疾病亦使康復過程加快。所以有了太空小靈精，則在比賽，訓練或其它運動場上都大大提高了治療效率。

一組太空小靈精的專家們已經累積了許多運動治療的經驗，尤以不同距離的超級馬拉松賽。

因為這種比賽時間既長又對肌肉造成極大壓力，所以運動員都要依賴按摩治療師使用不同油膏及延長他們的休息時間以應付增加的壓力，這些都直接影響了運動員的表現，同時太多的參賽者亦造成按摩治療師的短缺。

### 太空小靈精與運動員的會面：

一九九六年春天的烏克蘭舉辦了一項 100km 的馬拉松長跑，有 56 位參賽者分別來自烏克蘭、俄羅斯、德國及加拿大等國家。他們的年齡由 17 至 75 歲不等，跑道沿著海岸形成一個八公里長的環。太空小靈精的專家們由賽前一日便與參賽者一起。由於大部份運動員都未曾聽過太空小靈精，故此太空小靈精的專家們先為他們安排了一堂講授有關太空小靈精的能力，使用方法並讓他們試用，結果引起參與者很大的興趣與提問。其中兩位因為受過創傷而不能參與賽事，他們只能夠到來支持隊友，他們首先提出試用。**兩位運動員的主要傷患是腿部不斷的激痛，經過 10-15 分鐘的治療後，他們發現痛楚明顯消失了，於是其中一個馬上報名參加比賽。**這個明顯的示範引證了講座上的內容，同時亦大大消除了運動員們的疑惑。

在第二天比賽開始前，太空小靈精的專家們又為運動員們開多一次講座，這次的反應就更加激烈了。

### 與傳統按摩治療的比較：

比賽過程中，太空小靈精被放置在按摩治療師的桌面上，與他們一起工作。運動員們跑完兩小時後直至賽事完成時的主要問題是腿部抽筋及繃緊，腳踝、腰部及背部胛骨等位置的損耗。

要舒緩背部肌肉及消除”三條通道”的疲勞，便要治療脊椎及左右神經位置，特別是腰部，另外腿部的治療也見功效，此外更可集中治療腳底部的兩處針灸點。平均每次治療 5-15



分鐘，有時可少至 2-3 分鐘，比起按摩的時間大大減少。

運動員很快便留意到他們的肌肉功能的回復及疲勞的消除，使他們可以增加跑速。一圈又一圈後的賽事，更多的運動員放棄對按摩治療的需求而轉移使用太空小靈精。太空小靈精的有效及速效都被證明了，它的聲名如一個雪球般被滾開了，而比賽的成績也因而大大進步。

賽事完結後，太空小靈精的治療師們又再為運動員們去除疲勞。治療完後，所有人都能充滿精神地走在一起去看風景，這是在他們以前從未發生過的事。

### 超級馬拉松賽得勝：

烏克蘭聯合運動會對於賽果及太空小靈精的治療非常滿意，便邀請了太空小靈精的專家們前去為烏克蘭超級馬拉松國家隊在瑞士的比賽服務。太空小靈精專家 Oleg Lutov 被派前往為他們服務。在旅程中，他便開始為隊員治療腎絞痛、心絞痛、胃痛、牙痛及頭痛。治療就在巴士上進行，除了令隊員得到即時的治療，更同時大大節省了在瑞士可能要花費的昂貴緊急治療費用。

賽事當中，太空小靈精大派用場，就算是自由時間，它也為不少前來求醫的運動員服務，語言的問題雖然是一個障礙，但也被克服，而烏克蘭國家隊最終於賽事中取得冠軍。

### 歐洲運動員也使用太空小靈精：

經過累積的經驗，一組太空小靈精的專家們決定支持參加第十三屆超級馬拉松賽的我方隊員。在一九九六年十月五日的斯柏特體育館，一千英里的長跑已經開始，在十月十四日又有參與“六天賽事”的跑手加入，十月十九日歐洲盃“繞鐘”跑的賽事也開始了，所有來自烏克蘭，英國及德國等的最佳運動員、紀錄保持者及各項超級馬拉松賽事的得獎者都雲集於此次賽事中。

治療工作在體育館內進行，運動員可以觀看太空小靈精專家們的治療工作而決定何時進行治療，一般來說，每位參與者每天均接受 3-5 分鐘的治療。他們都對太空小靈精的功效給予讚賞。

當中一千英里賽事便發生了些有趣的事情，在首兩天的賽事裡，George Ermolaev 穩佔首位，他是一位經驗豐富的跑手，在一千英里，千三英里及二千七英里的國際紀錄裡都排名第二。起初，George 企圖打破現有世界紀錄，他拒絕使用太空小靈精，但最終他為此而後悔，因為他被逼提前離場並需接受太空小靈精的治療。

賽事中的另一傑出選手是英國跑手 Richard Brown，他曾經是英國賽事中八屆冠軍得主，在第三天的賽事裡，他拋離了 Ermolaev 並大大帶前。他在第四天的賽事後才使用太空小靈精，這可能是英國人的羞澀性格致使他猶疑，但又因為其它運動員使用完後的明顯進步而鼓勵他使用。

太空小靈精的專家們工作繁忙，在一場賽事的第三個小時裡，俄羅斯運動員 V Glaskow 在跌倒時嚴重弄傷了左手第四與第五根手指間的位置，太空小靈精為他的腕部迅速地止血並去除痛楚，而無需使用繃帶。但在同一晚上，他卻被舊患——腳後根的痛楚所困擾而打算退出賽事。太空小靈精為他每天治療 4-5 次，首八分鐘後已幫他消除了痛楚並激發他



得勝的信心。

### 棄按摩治療而取太空小靈精：

賽事的第三天，所有運動員都放棄他們的按摩治療師，改而支持太空小靈精的專家們。他們全部都給予正面的回應，注意到使用太空小靈精後步伐明顯地輕了，也沒有以前那麼疲倦。這使到他們的速度加快了，休息的時間也減少。

運動員的努力配合太空小靈精專家們的辛勤，多項世界紀錄不斷被打破。英國選手 Richard Brown (47 歲) 創造了 1100km 及 700 英里 (8 天 9 小時 23 分 48 秒) 新的世界紀錄，隨後他又在 1200km 的賽事裡以 (9 日 1 小時 20 分 24 秒) 的時間刷新另一紀錄。但是在晚上，他因為胃痛而太空小靈精專家們又不在場而被逼退出比賽，急救醫生讓他吃了藥丸，引致他嚴重嘔吐而損失了 5 個小時，但是他的胃痛依然持續至得到太空小靈精的治療。

Glaskow 依然有少少跛腳，但他堅持要接受太空小靈精的治療。他與 I Vasutin (45 歲) 亦同是打破 1200km 世界紀錄的跑手。

### 魔術治療毯幫助減少休息時間：

在賽事進行中，傳來一個消息，Alberto Aria 在西班牙以兩個半小時的時間新創下了 100 英里的世界紀錄。結果，大會的進度表要立刻重新審閱，希望可以打破此項新紀錄，但是，運動員們的體能早已接近他們的極限。太空小靈精專家們此時建議讓運動員們在休息時使用魔術治療毯。只要身體以毯遮蓋一小時，便能使休息時間減少 1.5-2 小時。運動員既得到充足的休息、鬆弛及心理情緒上的舒緩並同時感受到一股能量在體內的流動，這相等於休息了 5-6 小時或浸了一個桑拿浴，結果每一個人都準備好要刷新另一新紀錄。

首先，V Glaskow 及 I Vasutin 分別在 1500km 以 (11 天 15 小時 26 分 10 秒) 及 (11 天 17 小時 30 分 5 秒) 創下了新紀錄。然後，Glaskow 即使跛著腳也再創下了 1000 英里的世界紀錄，以快 4.5 小時的速度抵達終點(全程跑了 12 天 13 小時 32 分 41 秒)。事實上，賽後他告訴我們他有傷的左腳現在感覺比起比賽前的右腳還要好。

另外，Vladimir Vasutin 也創下了烏克蘭紀錄(12 天 14 小時 55 分 21 秒)。Peter Silkin 亦同樣有傑出的表現以 13 天 5 小時 6 分創下了 Lithuania 的紀錄而排名世界第六位。在比賽中，有 21 項世界紀錄被建立，5 項全能，16 項在不同年齡界別裡。能夠獲得這等優異成績，太空小靈精功勞不少。這是首個比賽有這麼叫人興奮的賽果，同時亦是第一個賽事讓太空小靈精被使用得這麼多及這麼長時間。賽事中，太空小靈精亦同時為體育館內的足球員及他們的支持者治療，效果同樣令人滿意。

### 總結：

在這麼多天的使用中，太空小靈精的科技被證實為可用於運動治療上，作為急救或是增強人體本能，它都是一件非常有效的工具。當然，最好每一支運動隊伍都有一位太空小靈精專家長期在旁協助。

認識了太空小靈精的能力，你可以用不同的眼光去看待著名的運動悲劇，而相信太空小靈精在未來體壇上的不同領域裡將創造許許多多的世界紀錄。