



比赛场上的廖陆峰

白大褂与球衣在他身上完美融合 43岁医生的“渝超”人生

老记伏枥

联系电话
17708339062

渝超赛场接连不断创造着奇迹：巫山红叶队的19岁大学生夏奇，在50米外的一记任意球破门，瞬间火爆全网；万盛黑山谷队的00后大学生门将赵之天，弃门出击，头球破门，一夜成名……然而，这里的奇迹并非仅限于青春的闪耀。

梁平区人民医院保健科医生廖陆峰，同样是渝超赛场上的一大奇迹象征——他不仅是球队后防线的中流砥柱，更以出色的体能打满全场。在平均年龄仅23岁的梁平运虹足球队中，43岁的他虽显得有些与众不同，但他的存在无疑是一大奇迹。他的坚持，既展现了一位中年人对足球最质朴的热爱，也见证了渝超赛场创造奇迹的独特魅力。



廖陆峰在训练



廖陆峰参加马拉松

从医生到球员的身份转换

10月12日19点30分，梁平运虹足球队在梁平区全民健身中心主场迎战巫溪红池坝队。赛场上，廖陆峰那略显秃顶的中年大叔形象格外显眼。他佩戴着队长袖标，稳健地镇守在后防线上。场上，他脚步轻盈如飞，身形矫健利落，奔跑时的爆发力和转身时的灵活度，丝毫不逊色于二十多岁的年轻球员。在绿茵场上划出的身影，尽显不服岁月的韧劲。

作为边后卫，每场比赛需要完成10~12公里的跑动距离，频繁的高强度冲刺对任何年龄的球员都是严峻的考验。但是，当晚的整场比赛，他打满全场。

他在赛场上的拼搏与他生活中的另一面截然不同。他是梁平区人民医院保健科一名温文尔雅的医生。

10月15日上午9点，梁平区人民医院康复科内，廖陆峰穿着整洁的白大褂，耐心地为一位老人测量血压。“您最近的血压控制得不错，但还是要记得按时服药。”他的声音温和，动作轻柔，与球场上那个硬朗的后卫判若两人。

康复科的工作需要极大的耐心和细心，廖陆峰每天要接诊数十位患者，从脑卒中到脊髓损伤，他总是不厌其烦。“诊室里的每一个细节都不能放过，就像在球场上盯防对手一样。”他说，“病人的一个表情、一句描述，都可能隐藏着重要信息。”

下午出诊结束后，他直接赶往训练场，完成从医生到球员的身份转换。

廖陆峰是土生土长的梁平人，1982年出生于梁平区屏锦镇。在高中之前，他对足球几乎一无所知。然而，1997年进入梁平中学就读高中时，他逐渐对足球产生了浓厚兴趣。15岁那年，廖陆峰穿上了绣有校徽的队服。尽管当时他身材瘦削，但凭借卓越的位置感和灵活的转身技巧，迅速成为球队中最值得信赖的后卫。

“那时候的球鞋，要攒三个月的零花钱才能够买到的。”廖陆峰回忆时，指尖在诊疗桌上轻轻敲击，仿佛在弹奏青春的旋律，“鞋磨穿露出脚趾仍继续踢，只要能站在球场上，心里就是满的。”

2000年，他考入成都体育学院医学系，人生的两条轨迹开始交汇。课堂上，他学习人体解剖、运动医学；训练场上，他是系队不可或缺的主力后卫。独

特的“医学生+球员”双重身份，让他在球场上格外受欢迎——既能精准抢断，又能及时处理队友的运动损伤。

“那时我就发现，医学和足球本质上是相通的。”廖陆峰说，“都需要专注、判断和瞬间决策。听诊器寻找的是身体的异常音，防守时寻找的是对手的进攻漏洞。”

双重身份也让他成为球队的特殊财富。训练中，有队员抱怨膝盖疼痛，廖陆峰立即上前检查，几个专业的触诊动作后得出结论：“是髂胫束综合征，需要加强臀中肌训练，我来教你几个动作。”随后，他现场示范了一套康复训练方法。

每天一圈4公里雷打不动

2013年，廖陆峰大学毕业从成都回到梁平工作，他不仅在医疗岗位上坚守医者初心，还重拾了对足球的热爱——担任梁平足球队队长，统筹球队训练，并凭借专业医疗知识帮助队友规避运动损伤，使球队的凝聚力和竞技水平稳步提升。

2016年9月，重庆第五届运动会如期举行，作为队长的廖陆峰带领梁平足球队征战赛场。在比赛中，他既担任“后防铁闸”稳固防线，又成为“精神领袖”激励队友，最终带领球队取得优异成绩。这不仅让梁平足球在市级赛事中崭露头角，更为他后续踏上渝超舞台积累了丰富的带队经验和实战底气。

比赛要求充沛的体力，而他始终

不懈地进行训练。清晨6点的梁平区双桂湖国家湿地公园，薄雾如轻纱般笼罩湖面，廖陆峰的身影准时出现在环湖跑道上。芦苇在晨风中摇曳，野鸭从水面掠过，他的脚步声惊起几只早起的白鹭。

“一圈4公里，每天雷打不动。”廖陆峰抬起手腕，运动表盘上“连续晨跑1234天”的数字格外醒目，“雨天就穿防滑鞋，雪天就慢走，从未间断过。”除了每日晨跑，他还会加练核心力量与折返冲刺，每周更会和本地球队踢友谊赛，以赛代练保持状态。

这份近乎偏执的自律，在2025重庆市足球超级联赛（简称渝超）中得到了回报。10月7日，梁平运虹足球队在开州客场首轮对阵开州汉丰湖队的比赛，当年轻队友们在中场休息时瘫坐在地、大口喘气时，43岁的廖陆峰却只是拧开矿泉水，从容地喝着水，同时用手指按压膝盖进行放松。

“开州的前锋速度确实很快，上半场我跟他拼了四次冲刺，确实有点吃力。”廖陆峰回忆道。但比赛进行到第78分钟，正是这位老将凭借出色的预判和充足的体能，完成了一次关键拦截，瓦解了对手的单刀机会，为球队保住了1:1的平局。

据中国足协数据，边后卫场均需跑10~12公里，且需频繁往返冲刺。廖陆峰不仅达标，其高强度冲刺距离与成功率，更不输二十多岁的对手。

梁平足球队的定海神针

当天对阵开州汉丰湖队，作为队长的廖陆峰作为后防核心首发出战。比赛进行到约60分钟时，惊险一幕发生：廖陆峰在一次关键铲断时被对方球员踩中脚踝。踉跄着站起来，额头上瞬间渗出冷汗，队医急忙上前喷涂冷冻喷雾剂。“当时感觉脚踝像被烙铁烫过一样，每走一步都钻心地疼。”廖陆峰回忆道。但当教练示意换人时，他却坚定地摇了摇头。

“那一刻，我想起了很多。”他说，“想起自己这30年来对足球的不离不弃，我需要守住这道防线。”

带着受伤的脚踝，廖陆峰坚持打满了全场。比赛结束时，他的脚踝已经肿了。回到梁平后，他没有去医院理疗科，而是选择用自己熟悉的中医方法处理伤情。

“先拔罐把淤血引到表层，再用针灸针点刺放血。”廖陆峰边介绍治疗方式边解释什么是“放血”，“这是中医的传统方法，虽然过程有些痛苦，但消肿特别快。”

在一旁照顾他的妻子银国维心疼又生气：“下次再这么拼命，我就真把你的球衣全扔了！”话虽这么说，她的手却始终稳稳地扶着他脚踝上的冰袋。

妻子银国维是梁平区人民医院的护士，比任何人都清楚丈夫每次带伤上场的风险。“他受伤后，就是不想跟他说，但还是要帮他做康复按摩。”银国维回忆道，“因为我太了解运动员伤病的潜在风险了。”

10月12日，梁平运虹队主场对阵巫溪红池坝队。当天，银国维送廖陆峰出门时，一遍又一遍叮嘱：“注意安全，我在看台上的哦。”“别人看球是看比分，我看球是看他的跑动姿势。”银国维说，“只要他的动作有一点不对劲，我就能看出来。这大概就是护士的本能吧。”

“以前和现在的队友们都开玩笑，说我是有‘私人医疗团队’的，特别是渝超比赛以来，我能带‘私人医疗团队’。”廖陆峰笑着说，眼神里满是幸福。

经历两场比赛，年轻球员看到廖陆峰能跑满全场，还能帮助球队取得胜利，都很惊讶。“很多年轻球员看到我，

都会想，‘廖医生43岁还能踢渝超，我为什么不行’。”廖陆峰说，“这种激励，比任何说教都更有力量。”

渝超的比赛机会太珍贵了。在训练场上，廖陆峰花白的鬓角上流出汗珠，却遮不住眼中炽热的光芒。他一脚将球开向远方，看着它在空中划出优美的弧线，“我今年43岁，也许明年就不能上赛场了。但现在只要我还能站在这里，就会像守护病人健康一样，守护好球队的后防线。”

“廖队堪称我们队中的定海神针，只要有他在，大家心中便踏实，即便面对再紧张的局势也毫不慌乱。”梁平运虹足球队队务李效竹谈及廖陆峰，语气中透露出对他的认可，“无论是训练时协助大家调整状态，还是在比赛中稳固后防、提振士气，他总能以实际行动赋予队友们信心。这份精神力量，至关重要。”

这位43岁的医生兼球员，继续在他的精彩人生中稳步向前。白大褂与球衣，听诊器与足球，在他身上完美融合，谱写出一曲关于热爱、坚持与梦想的动人乐章。

上游财经-重庆晨报记者 郑三波



廖陆峰在训练