男子健身房上私教课突发脑溢血致残

浦东法院梳理分析两起因健身引发健康权纠纷案例，提醒运动健身需高度关注安全风险

见习记者 姚沁艺 通讯员 王英鸽

当前，个性化的私教服务成为健身房里的“新贵”。然而，也有不少人在健身的过程中不小心“伤身”。

近日，上海市浦东新区人民法院（下称上海浦东法院）就两起一审判决已生效、因健身引发的健康权纠纷进行了梳理分析，借此一窥此类案件中的责任承担问题。

案例1 小伙增肌训练后被送进了ICU 法院认为：被告存在过错，但程度较小

最近，上海浦东法院审结了这样一起案件：原告小张身体欠佳，体型偏瘦，见很多人通过健身增肌效果不错，也心动了。于是经朋友推荐，他来到杨某个人投资经营的健身工作室。在了解到杨某从事健身行业多年，且拥有亚洲形体健身学院颁发的高级教练证书后，小张立即购买了3个月的私教课程。

训练前，杨某询问了小张的运动习惯和身体状况，并为其进行仪器测试，结果显示，小张的体重和肌肉含量均在标准范围内，但靠近低标准。小张也称自己此前无训练基础，且刚刚结束为期4周的控糖节食。

2020年6月16日，小张在杨某的指导下进行了多组腿部训练，其间因感到疲累，有动作未能完成。随后两天，小张又分别进行了手臂和背部训练，训练中未见异常。

6月18日晚训练结束后，小张发现自己的尿液呈褐色，便发微信告诉杨某，杨某回复“赶紧去医院，可能是横纹肌溶解症，会得急性肾衰竭的，不要拖”。小张立即前往医院就诊，并被确诊为横纹肌溶解症，后因症状较重被转入ICU。出院后，小张与杨某协商赔偿事宜未果，于是将杨某起诉至法院，要求其赔偿各项损失共计8万余元。

小张认为，杨某作为专业健身教练，理应根据客户身体条件、状态提供个性化、有针对性的健身指导。但杨某为用短期训练效果吸引客户，违规安排了明显超过其身体承受能力的超强度训练，致其身体严重损伤。但在法庭上，杨某委屈地表示，他为小张制定的私教课程都是“入门级”的，训练强度低，安全系数高，一般学员包括女生在内都能接受。小张身体素质欠佳、饮食作息不规律，训练中明知身体不适却未主动叫停，首次训练后也未提出休息，仍主动参加后续两天的训练，所以其自身也存在责任。

小张确诊横纹肌溶解症与健身之间存在因果关系的盖然性较大。杨某凭借专业经验，为小张制定针对新手、强度较小的训练方案，客观上尽到了一定善意的注意义务。但训练中，未能根据小张的实际训练表现，适时调整强度，所以难言在此次事故中毫无过错。但法院同时认为，每个人都是自己健康的第一责任人，小张虽缺乏健身知识和经验，但理应了解自己的身体状况，并拥有进行或者不进行训练的主动权，完全可以因身体不适或强度难以接受，主动中断训练。同时，小张发病与其个人的肌肉耐受度存在较大关联性，由于个体差异，以杨某的认知和测试手段无法事先预料。

故上海浦东法院认为，杨某在指导小张训练过程中存在一定过错，但过错程度较小，遂酌情确定其赔偿小张各项损失1万元。

案例2 健身突发脑溢血，术后成十级伤残 法院判决：健身房赔偿各项损失20万元

上海浦东法院还曾审理过这样一起案件：原告吴先生人到中年开始“发福”，为了保持身材，他在上海某健身房办理了会员卡。2018年4月12日，双方签订会籍合同，约定会籍期限为3年。会籍章程约定：“会员自愿承担健身运动风险，心脏病、高血压等疾病患者入会前应申报既往病史，60岁以上患病者应书面告知病情或提交体检证明……”当天，吴先生还应健身房要求，在入会确认书上对与合同相关的十几条内容逐一签字确认。

办卡后，吴先生又先后购买了价值1万余元的私教课和价值3000余元的拉伸课程，教练根据吴先生的身体状况、减肥需求等制定了相应的训练计划。吴先生表示：“签约时，我跟办手续的私教主管说过自己有高血压，我看他作了记录，然后跟我说会针对性地安排锻炼。”

同年5月25日，吴先生下班后照常到健身房上私教课，在双手持哑铃深蹲26次后，他突感身体不适，被紧急送医救治。医院诊断为“右基底节脑内出血，破入脑室、高血压”。司法鉴定结果为：左上肢单瘫、开颅术后分别相当于人体损伤八级，十级伤残。

吴先生认为，教练明知或应知自己有高血压病史，仍然安排一周3次运动，计划明显不合理，且健身前其并未询问自己的健康状况，未能尽到审慎义务。故吴先生起诉至法院，要求健身房赔偿自己医疗费等各项损失76万余元。但健身房却表示，吴先生并未主动告知病情，吴先生作为成年人，在有病史和医嘱的情况下，对于自己的身体状况应有判断能力，教练安排的课程频率和强度均属于正常减脂训练，吴先生发生脑溢血，是其隐瞒身体状况、疏忽大意造成的。事发时，教练及时中止训练并将吴先生送医，已尽到安全保障义务，因此健身房不应担责。

吴先生作为自身健康的第一责任人，了解自己的患病情况，却未能在运动中密切关注个人身体变化和健康状况，应对损害发生承担一定责任。但同时，健身房也存在对健身风险提示不足的情况，在合同签订和履行过程中，未再就疾病申报作任何形式的告知或提供确认方式，入会确认书上也未就高血压等疾病的告知作签字确认。故法院认为健身房应对吴先生的损害后果承担侵权责任，酌情确定责任比例为30%。

最终，经过对赔偿项目及金额的核准，上海浦东法院一审判决健身房赔偿吴先生医疗费等各项损失20万余元。

法官说法 运动健身需高度关注安全风险，否则可能无法主张侵权责任

近年来，随着人们对身体健康、生活质量的关注不断提高，健身行业迅速发展，由此引发的消费纠纷也日益增多。除一般因预付会费引发的合同纠纷外，健身过程中突发意外而导致的侵权责任纠纷同样备受关注。

《中华人民共和国民法典》第一千一百九十八条规定，宾馆、商场、银行、车站、机场、体育场馆、娱乐场所等经营场所、公共场所的经营者、管理者或者群众性活动的组织者，负有安全保障义务，即安全保障义务是健身房等经营性场所的法定义务。实践中，一旦事故发生，各方当事人往往会针对该场所是否尽到安全保障义务而产生分歧。

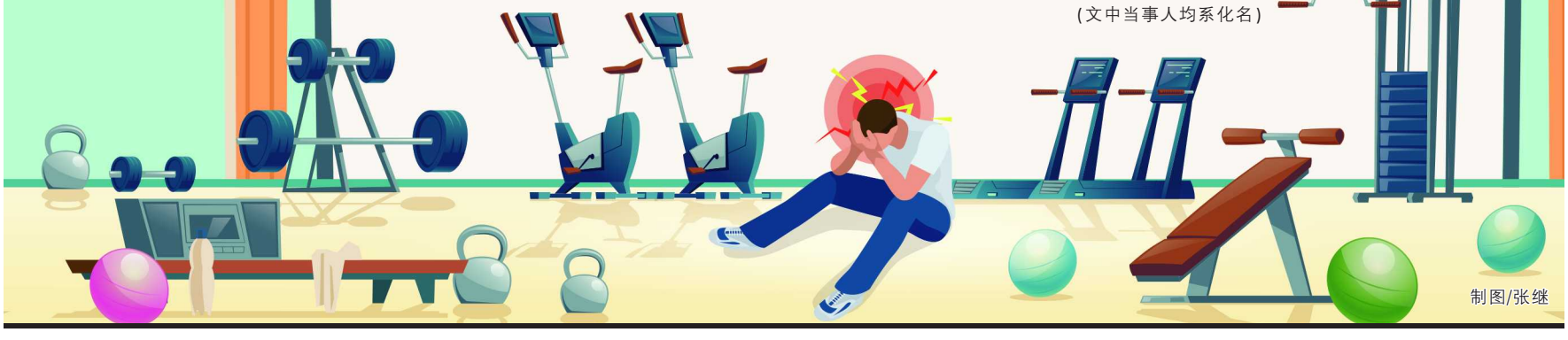
一般来讲，健身房的安全保障义务主要包括三种情形：应当确保其场所建筑、服务设施等正常运转，排除安全隐患；应当对运动中可能出现的风险或意外充分警示告知，并在会员受伤后及时救助；应当采取合理措施积极预防和制止外来侵害。

但安全保障义务并非毫无限度，而应与其提供的服务内容及风险防范能力相匹配。

诉讼中，法院往往会在合理限度范围内，审查健身房是否尽到了善良管理人的注意义务，在合同签订和履行过程中进行了充分的风险告知和提示，如损害结果是其完全无法预见或防范制止的，则不应承担责任。

同时，法院在审理此类案件时，也更倾向于将健身者视作个人健康的第一责任人，对自己在运动中的身体情况、运动强度等负有更直接的注意义务，如有意隐瞒健康状况或在运动中忽视对实际身体情况的密切关注，导致损害发生，则自己应负主要责任。此外，《中华人民共和国民法典》中还首次规定了“自甘风险”条款，即“自愿参加具有一定风险的文体活动，因其他参加者的行为受到损害的，受害人不得请求其他参加者承担侵权责任……”所以，消费者在参加具有一定风险性的体育运动时，也应对自身安全高度关注，对潜在风险充分预判，否则将可能无法向他人主张侵权责任。

（文中当事人均系化名）



制图/张继