

提升服务能力 守护群众健康

本报记者 耿锐仙

“藏医药浴法”被列入“联合国教科文组织人类非物质文化遗产代表作名录”、《四部医典》成功入选“世界记忆名录”……藏医药已成为西藏开放交流合作的靓丽名片。

藏医药历史悠久,其发展与传承有独特的地域特点及民族文化内涵,是中华优秀传统文化宝库中的璀璨明珠,是世界四大传统医学之一,是西藏特色产业之一。

走进西藏自治区藏医院,前来求医问诊的患者络绎不绝。近年来,西藏自治区党委、政府高度重视藏医药事业的发展,不断加大资金投入力度,注重发挥藏医药独特优势,促进藏医药事业产业协同发展,藏医药事业取得了全方位进步、历史性成就。西藏自治区藏医药标准化技术委员会秘书长、西藏自治区藏医院文献研究所所长普穷次仁告诉记者,藏医药是一门古老医学,是世代生活在雪域高原的藏族人民在与各种疾病的斗争中,不断积累总结出的智慧结晶。目前,西藏藏医药已形成医疗、保健、科研、教育、产业、文化全面发展的新格局。

藏医药的发展离不开传承,通过学习、传承、分析、整理和总结老藏医专家的学术思想,对藏医药学的传播和发展有重要意义。

近年来,自治区大力推进出台藏医药发展保护条例,加大藏医药古籍文献整理研究、出版利用和数字化管理力度,先后抢救、收集、整理和出版了大量古籍文献资料。

普穷次仁说,西藏自治区藏医院作为百年老医院,保持和发扬藏医药特色与优势,从2002年开始大规模搜集、抢救和整理藏医药古籍文献。目前,西藏自治区藏医院已挖掘保护“门孜康”古院落珍贵古籍582卷、药王山利众医学院唐唐80幅等珍贵文物。

展望未来,藏医药持续发展还需加强藏医药标准化建设。普穷次仁介绍,2006年,自治区藏医院开始牵头药材质量标准等标准化建设工作,2016年专门成立自治区藏医药标准化技术委员会。随着系列规划和研究成果的发布出台,为藏医药标准化建设奠定了较为坚实的基础。目前,共立项59项藏医药标准化研究课题,收集整理60个藏医药传统技术,制定颁布《藏医医疗技术操作规范》《肝硬化腹水藏医诊疗指南》,编制完成《藏医药基本术语标准(藏文版)》等。

“随着西藏经济社会高质量发展,农牧民群众健康意识不断提升、生活质量不断提高,自治区藏医院将继续做好藏医药古籍文献保护工作,同时,从古籍文献中挖掘、收集整理临床相关的医疗技术与方法,并形成数据库,通过专家论证后,形成一套涵盖饮食、起居、药物、外治等方面的综合诊疗方案,为藏医药服务群众健康贡献应有的力量。”普穷次仁说道。

那曲市班戈县

完成105处文物点的实地调查与采录工作

本报那曲电(记者 王静)近日,记者从那曲市文化和旅游局获悉,那曲市文物普查队顺利完成了那曲市班戈县105处文物点的实地调查与采录工作。此次普查涵盖了23处三普复查文物点、19处自2012年以来发现的文物点以及63处新发现的文物点。普查总行程达10000公里,覆盖了县辖10个乡镇和88个行政村(居)。

由市级普查队担任主力,县、乡(镇)文化文物工作人员为成员的三支普查队伍不畏气候恶劣,在面向文物点多、面广、分散等实际困难,始终坚持“应普尽普、应保尽保、不落一处”的原则,收集线索、合理规划路线、积极沟通协调。

白天,普查队员们不畏艰辛,严格按照普查认定标准和著录要求进行踏勘,并耐心指导县普查人员使用移动终端进行打点测量、影像拍摄和现场采访记录等基本工作。夜晚,队员们则返回驻地,进行资料整理、数据分析和制图等内业工作。

期间,自治区第四次全国文物普查流动指导组专家实地开展检查指导工作。指导组充分肯定了那曲市当前的普查工作,并强调要继续保持高昂的工作热情,以时不我待的精神更好地完成普查任务。

那曲市文物普查队相关负责人表示,下一步,将以摸清那曲市文物底数、价值、现状及发展趋势为目标,全力推进实地田野调查阶段的工作。

日喀则市卫健委

举办藏医药康体瘦身养生保健操进学校活动

本报日喀则电(记者 杨子彦 斯兰旺姆)近日,日喀则市卫生健康委举办2024年藏医药康体瘦身养生保健操进学校活动,以此大力普及藏医药康体瘦身养生保健操,持续深化健康日喀则建设。

活动中,藏医养生保健操创始人、传统藏医养生保健操市级非遗传承人索旺,详细讲解藏医药康体瘦身养生保健操知识,组织师生现场进行藏医药康体瘦身养生保健操排

练,营造了浓厚的藏医药氛围。日喀则市卫生健康委党组成员、副主任杨泉城介绍,藏医药康体瘦身养生保健操是吸纳高原居民的健身养生习惯,结合临床实践创新编排,其内容全面、动作美观、简便易学,可促进气血运行,改善心脏功能,提高免疫力。下一步,将持续开展藏医药文化和健康科普进校园活动,引导广大师生养成科学健康生活习惯。

选西藏好礼 品高原文化

记者带你逛拉萨文创店

文图 本报记者 王静 张琳

西藏,用壮阔的自然风光和深厚的民族文化,吸引着全世界的目光,更以此为底蕴,孕育出一批又一批极具创意与艺术感的文创产品。如果你正计划一次西藏之旅,不妨在购物清单上加上几项特别的西藏文创纪念品。以下是记者精心为大家推荐的几家文创店,它们将为你打开一扇通往西藏文化的窗口,让你的旅行记忆更加丰富多彩。

首先要推荐的是曼唐艺术馆。这家店位于拉萨市宇拓路,一进店门,你就会被浓郁的藏文化氛围所包围。店内的商品琳琅满目,从精美的唐卡到小巧的转经筒挂件,从传统的藏式手工艺品到设计感十足的文创产品,应有尽有。

他们家的唐卡作品堪称一绝。唐卡是藏族文化中一种独具特色的绘画艺术形式,以细腻的笔触、鲜艳的色彩而闻名。在曼唐艺术馆,你可以找到由经验丰富的画师精心绘制的唐卡,无论是传统题材还是创新设计,都展现出了极高的艺术水准。

此外,曼唐艺术馆的手绘香插也十分受欢迎。这些手绘香插制作精美,不仅可以作为装饰品摆放在家里,还蕴含着吉祥如意的美好寓意。还有以藏文化为灵感设计的茶托盘、背包等,将藏文化的独特风格完美结合,让你在日常生活中也能感受到西藏文化的魅力。

一定不容错过的还有位于拉萨市城关区八廓街内的解忧杂货铺。这家店就像一个装满宝藏的神秘洞穴,等待你去探索和发现。

走进解忧杂货铺,你会立刻被它浓郁的艺术氛围感染。店内陈列着满满当当的文创好物,每一件都仿佛在诉说着西藏的故事。这里有精美的手工编织品,戴在身上别具风情。还有以西藏壮丽风景为主题的明信片,通过一张小小的邮票,你就能将西藏绝美的风景寄往远方。

“这家店太宝藏了,文创产品超多,真的是应有尽有,也很精致,我买了好多冰箱贴、牦牛摆件、小羊玩偶、藏式文具……准备带回家送给亲戚朋友。”来自北京的游客顾少华说。

特色的唐卡小挂件、冰箱贴等,无论是自己收藏还是作为礼物赠予他人,都是不错的选择。而那些富有创意的藏式文具,更是将西藏文化融入日常的书写之中。在解忧杂货铺,你能感受到浓浓的西藏文化,每一件文创产品都承载着一份独特的情感与记忆。千万别错过这家店,它一定会为你的西藏之旅增添一抹绚丽的色彩。

位于拉萨市城关区纳金街道纳金村古泽安置南门的阿哈儿咖啡馆绝对是一个意外之喜。

当你踏入这家咖啡馆,会惊喜地发现这里不仅有香浓的咖啡,还有一个精心布置的文创角落。角落里摆放着各种充满西藏风情的文创

产品,有精美明信片,上面勾勒着西藏壮美的山川湖泊;有小巧玲珑的藏式饰品,蕴含着深厚的藏文化元素;有藏式传统服饰为灵感设计的时尚服装和配饰,将古老的图案和工艺融入现代的剪裁和设计中,既保留了传统文化的韵味,又符合现代的审美;还有以西藏元素为主的毛毡玩偶,精致而富有特色。在享受完咖啡的惬意时光后,选购几件心仪的文创产品,为你的西藏之旅留下难忘的回忆。

除了以上店铺之外,八廓街内外还有不少有趣的文创店铺值得一探究竟。位于八廓街内的随缘是一家纯藏式风格的文玩店,这里以手工编织包出名,在这里你可以淘到极具特色又实用的手工编织包、老布包等,除了各类包包,这里还有藏柜、藏毯、首饰等,透过这些商品,你能直观地感受到藏式美学的魅力。喜欢DIY的朋友则可以前往丹杰林巷4—11号的密多商店瞧瞧,店里大部分是店主原创的具有藏式风格的首饰、文玩,你也可以自己挑选各类珠子及配饰,做出专属于你的、独一无二的西藏之旅的纪念品。

在西藏旅游时,这些文创店能提供丰富多样的选择。无论钟情于传统的手工艺品,还是喜欢充满创意的现代设计,都能在这些店里找到让你心动的西藏文创产品,为你的旅行留下难忘的回忆。



图①:冈仁波齐摆件。
图②:文创茶垫。
图③:文创陶瓷茶杯。
图④:藏香。
图⑤:曼唐艺术馆和随缘文玩店出售的文创产品(合成图片)。