

# 绘就高原健康保障新图景

## ——记拉萨市医疗卫生事业60年发展

本报通讯员 格桑卓嘎 本报记者 黄志武

硬件提升的背后,是一支专业化医疗队伍的强力支撑。西藏自治区成立前,西藏医护人员寥寥无几,如今,拉萨市医护人员总数已达13740人,其中执业医师4277人、注册护士4100人。2025年,全市医护人员持证率达79.87%,医护队伍专业化程度大幅提升。

“我是2016年取得的执业医师资格证,2020年取得中级医师职业资格证。取得执业医师资格证以后,我在2017年开始单独管理病人。目前管理病例已经超过1000例,手术也达到800台以上。”拉萨市人民医院普外科主治医师张刚说。

2019年,拉萨市全面启动紧密型县域医共体建设,推动优质医疗资源向基层延伸。2025年,全市紧密型县域医共体实现“六统一”全覆盖,组建了287个村(居)基本公共卫生委员会和338个家庭医生服务团队,家庭医生总数达1093人。

“我是2016年搬到这里居住的。起初,身体稍有不适,我得自己跑去医院就诊。后来,国家推出了惠民政策,为我们配备了家庭医生。现在,一旦身体不舒服,只要打个电话,医生就会及时上门服务。”恩惠苑居民拉玛说,“家

庭医生不仅医术精湛,还特别细心负责。特别感谢国家的好政策,也感谢这些尽职尽责的医生,让我们的健康更有保障了。”

从“听诊器、血压计”的简陋年代,到如今“云端会诊、微创手术”的精准医疗——拉萨市通过“组团式”援藏已引进170余项新技术,县级医院实现烧骨骨折、心包穿刺等技术突破,远程医疗覆盖全市所有乡镇卫生院,紧密型医共体影像共享中心覆盖45个乡镇,真正实现“小病不出县,大病不出藏”。拉萨市人民医院高级创伤中心通过国家级认证,标志着“五大中心”建设由“建中心”迈向“强中心”。

西藏自治区成立前,农牧民分娩大多依赖“土法”接生,导致孕产妇和婴幼儿死亡率居高不下。60年来,拉萨市不断完善妇幼健康体系,妇幼健康核心指标持续向好,2024年,全市孕产妇住院分娩率达到99.98%,婴儿死亡率为2.17‰。

“过去,生育宝宝面临着较高风险,让产妇和家属忧心忡忡。如今大不一样了,不仅医保报销比例大幅提高,极大减轻了家庭经济负担,医疗技术更

是进步了很多,为产妇和新生儿的安全提供坚实保障。同时,医院环境温馨舒适,病房设施齐全,医护人员态度亲切耐心,从产前检查到产后护理全程都有贴心服务。”产妇家属旦增难掩喜悦。

“阜康医院是2005年4月28日成立的,一开始成立的时候我们只有一家院区,发展到现在4家院区,从当时50多名员工、50多张床位,现在发展到520张床位、1700名员工。我们这个院区一年大约有6200名婴儿出生。”阜康医院运营院长马磊说。

如今,拉萨市医疗卫生事业蓬勃发展,医疗设施完善、人才队伍壮大,累累成果正广泛惠及各族群众。

“从1965年至2025年,拉萨市医疗卫生事业实现跨越式发展,机构数量从零星几家增至上百家,三甲医院从无到有。医疗技术从简单诊疗到复杂手术实现大病不出藏,人均寿命从35.5岁提升至72.5岁。下一步,拉萨市医疗卫生系统将持续发力,进一步优化医疗资源布局,推进高质量发展,不断提升医疗服务水平,保障群众健康。”拉萨市卫健委党组书记、副主任陈礼表示。

## “雪域商道”拉萨民营企业家讲坛启动

本报拉萨讯(记者 黄志武)近日,拉萨市商会精心打造的“雪域商道”拉萨民营企业家讲坛在拉萨市总工会礼堂正式启动。市发展改革委、市经信局、市商务局等有关单位,拉萨民营企业代表,各县(区)工商联(商会)等共计200余人参加。

首期讲坛邀请全国政协委员、西藏自治区工商联副主席、拉萨市工商联副主席、西藏众源建材集团有限公司董事长卓嘎为主讲嘉宾。卓嘎以“拥抱伟大时代 做优做强企业”为主题,围绕创业历程与破局之道、经营现状与成就亮点等四个方面进行分享,并与现场企业代表

进行互动交流,现场反响热烈。

据悉,“雪域商道”拉萨民营企业家讲坛是搭建拉萨民营经济领域经验分享、智慧碰撞、互助成长、促进合作、政企互动的开放平台,是拉萨市商会助力民营企业在当前经济环境中把准方向、坚定信心、破解难题,践行企业家精神、实现高质量发展的创新载体。

下一步,拉萨市商会将在各级党委、政府和社会各界的关心支持下,在广大民营企业家的热情参与和智慧贡献下,创建一个思想的高地、一个互助的港湾、一个赋能成长的摇篮,着力打造拉萨民营经济领域的一张靓丽名片和特色品牌。

## 全区首届小小科普讲解员大赛举办

本报拉萨讯(记者 黄志武)近日,由拉萨市科协承办的西藏自治区首届“邦锦梅朵”小小科普讲解员大赛在藏域星球天文体验馆报告厅落下帷幕。此次大赛以“探秘科学·感悟雪域”为主题,旨在提升青少年的科学素养,推广国家通用语言的科学表达。

大赛吸引了众多青少年积极参与,共有初中组20名选手和小学组21名选手报名参赛。经过紧张比拼,每组的前3名选手分别荣获冠、亚、季军,其余选手获得优秀奖。此

外,大赛组委会还评选出了7个优秀组织奖,以表彰在此次活动中表现突出的组织单位。大赛邀请了来自中国科技馆、江苏南京科技馆、自治区广播电视台等单位的7名科普专家担任评委,确保评审公正权威。这些专家凭借丰富的经验和专业的知识,为选手们提供了客观公正的评分。

此次大赛为青少年搭建起科普展示平台,有效培育了科学传播新生力量,助力青少年科学素养的提升。

林周县

## 开展少儿兴趣班藏香文化体验活动

本报拉萨讯(记者 央金)近日,林周县2025年少儿兴趣班藏香文化体验活动在吉隆营地开展,为孩子们带来了一场别开生面的文化实践,让大家在实践中感受藏香文化的独特魅力,领略非遗技艺的博大精深。

拉萨楚布文化传播有限公司制香师索朗多吉通过生动有趣的讲解,为孩子们揭开楚布藏香的神秘面纱。他从藏香的历史渊源讲起,孩子们了解到传承千年的藏香,不仅用于日常熏香,还具有药用价值,是藏医药文化的重要组成部分。索朗多吉还详细介绍了藏香的制作原料,如作为基底的柏木,以及藏红花、丁香、檀香等多种珍贵药材,并讲解它们在藏医学中的功效。孩子们好奇地观察着这些原料,不时提出问题,现场气氛十分活跃。

在实践环节,孩子们围坐在桌前,按照老师的指导,从研磨药材开始,用石臼将各种原料捣碎、研磨成细腻的粉末;搅拌原料时,仔细按照比例调配,充分混合各种香料,力求调出最纯正的香味。

手工搓制藏香最具挑战性。孩子们小手紧握着香泥,小心翼翼地搓成细长的香条。尽管有些孩子的手法还不够熟练,但他们全神贯注,认真对待每一个步骤。看着自己亲手制作的藏香逐渐成型,每个人的脸上都洋溢着自豪的笑容。

“这次体验活动太棒了,我们家每天都要点藏香,但我对藏香的历史和制作过程并不清楚。通过这次活动,我对家乡的非遗有了进一步了解,我要把自己制作的藏香带回家送给父母,并将学到的知识讲给他们听。”强巴旦宗小朋友说。



图为孩子们正在专心制作藏香。

本报记者 央金 摄

## 共耕生态绿 同享岁月暖

### ——柳梧新区“绿色银龄”行动小记

本报记者 央金

“党”聚合力,“蓝”护生态,“秀”美夕阳,“情”系晚晴。

秋天到了,柳梧新区老年人日间照料中心内的老人们迎来了他们的丰收季,几个月前种下的土豆再过几天就可以收获,老人们很是高兴,脸上堆满了幸福的笑容。

在柳梧新区管委会社会事业局的指导下,日间照料中心始终关注老人们的精神需求,努力为大家的生活添一份彩、加一份暖。在照料中心,从一场文化交流活动里的相谈甚欢,到共同俯身播种时的默契协作,处处涌动着温情。

“看着中心内的花草,我想起了几个月前和党员干部一起翻土、浇水、守望新绿的点滴。当时柳梧管委会党员干部、西藏模特行业协会、中心工作人员和我们老年人聚在一起唠家常、话情谊,大伙儿在院子里闲置的空地上,挽起袖子,你翻土,我播种,在协作中分享着劳作的乐趣,也种下了共同的期待,仿佛回到了年轻时在地里耕种。”日间照料中心央金老人开心地说。

汗水浇灌银龄牵挂,在种下土豆、向日葵等种子后,日间照料中心的老人们把这片地当成了“心头宝”:清晨来浇浇水,傍晚来松松土,谁发现有杂

草长出来了,总会立即清除掉;谁种的菜苗冒出了新叶,也会像孩子般拉着老伙伴们来瞧瞧。日子一天天过,汗水悄悄浸润了土地,也滋养出盎然的生机。

经过60余天的悉心培育与日常管护,昔日的闲置地块已蜕变为生机勃勃的“共享园地”,地面绿意盎然,各类植被长势繁茂;向日葵向阳挺立,菊花、格桑花、玫瑰花等花卉竞相绽放,花色斑斓、生机勃发,为照料中心增添了盎然生机与温馨景致。

老人们常说,看着这一片生机勃勃的景象,心里比吃了蜜还甜——这不仅是土地的馈赠,更是老伙计们一起动手、彼此陪伴的温暖见证,日子也因此份共同的牵挂,变得更有滋味了。

据悉,此次“绿色银龄”行动,通过柳梧新区管委会的引领组织、藏秀志愿者的文化注入、蓝天协会的生态赋能以及老人们的亲身实践,创新性地将文化交流、生态环保、邻里互助与价值实现融为一体。老人们在协作中增进了情感,在劳作中体会到创造的乐趣与“老有所为”的价值,在守望收获中感受到“老有所乐”的幸福,生动践行了养老服务的美好理念。

中国拉萨SOS儿童村  
举办年满16周岁男青年集中入住青年公寓仪式

本报拉萨讯(记者 格桑伦珠)日前,中国拉萨SOS儿童村举办年满16周岁男青年集中入住青年公寓仪式,16名青年开启“青春启航·寓见未来”的人生新征程。

仪式上,妈妈代表尼玛卓嘎分享了与孩子们相处的点滴,寄语他们迎接挑战。她说:“这一路走来,看着你们从懵懂孩童成长为即将独当一面的青年,心中满是欣慰。在我心里,不管你们长多大,走多远,永远是我最牵挂的孩子。”

入住青年代表索朗扎西激动地说:“在党和政府的关怀下,我们来到这里,改变了一生。感谢儿童村这个大家庭,感谢妈妈的付出,感谢工作人员的帮助。我有信心在青年公寓更好地成长。”

据了解,拉萨SOS儿童村青年公寓作为衔接儿童村集体生活与社会独立生活的重要过渡载体,旨在通过提供独立生活空间,帮助年满16周岁的青年逐步培养自主管理能力、社会适应能力,为他们顺利融入社会、实现个人发展奠定坚实基础。此次集中入住,是儿童村关爱体系的重要延伸。

“看着中心内的花草,我想起了几个月前和党员干部一起翻土、浇水、守望新绿的点滴。当时柳梧管委会党员干部、西藏模特行业协会、中心工作人员和我们老年人聚在一起唠家常、话情谊,大伙儿在院子里闲置的空地上,挽起袖子,你翻土,我播种,在协作中分享着劳作的乐趣,也种下了共同的期待,仿佛回到了年轻时在地里耕种。”日间照料中心央金老人开心地说。

汗水浇灌银龄牵挂,在种下土豆、向日葵等种子后,日间照料中心的老人们把这片地当成了“心头宝”:清晨来浇浇水,傍晚来松松土,谁发现有杂