

聚焦“五个针对”，实施“八项行动”

西藏卫生健康事业迈向新高度

近日，自治区卫生健康民生实事（“五个针对”）工作成效新闻发布会在拉萨举行。会上针对西藏诊疗水平较为落后、高原健康因素危害较大、地方病易发、高原病多发、群众膳食结构不合理（即“五个针对”）作了介绍。会上介绍，自“五个针对”提出以来，我区实施“八项行动”取得了重要阶段性成效。

据自治区卫生健康委党组书记、副主任谭相东介绍，自“五个针对”提出以来，由自治区卫生健康委牵头、25个部门参与实施的“八项行动”已在破解卫生健康领域痛点难点上取得显著突破，更以看得见的成效筑牢了健康西藏的根基。

实施受援医院建设与发展行动。截至目前，自治区和七地市人民医院全部创成三级综合医院，建成胸痛、卒中、创伤、危重孕产妇救治、危重新生儿救治等“五大中心”36个；13家重点受援县医院有8家创成“二甲”医院，全区医疗卫生机构增至2009个、床位增至215万张，比2022年分别增长20.66%、7.48%，远程医疗服务覆盖到每一个乡镇卫生院。

实施阿里地区人民医院创建“三甲”行动。抓好打造重点特色科室等12项工作，2024年该院门诊量突破10万人次、重症抢救成功率同比增长7.56%、转诊率同比下降45.25%。

实施城乡居民健康体检行动。制定不同年龄段差异化体检项目，每年组织免费健康体检，集中与分散相结合、现场与上门相结合，提高健康体检覆盖率。2025年，将人均体检补助资金提高至164元，65岁以上人群达到200元。

实施包虫病防治巩固提升行动。聚焦发

病机理和防控重点，强化联防联控，人群患病率由2022年的0.21%降至0.16%，对确诊患者建立健康档案，落实手术、服药、健康监测等综合措施。

实施大骨节病防治巩固提升行动。聚焦源头控制，通过改水换粮、易地育人、移民搬迁、强化监测、救治救助等举措，2018年以来保持全区无新发病例。

实施儿童先天性心脏病患者救治行动。遵循“发现一例、救治一例”原则，区内定点医院由3家增至5家，明确交通生活补助等政策，患儿筛查救治实现常态化规范化。2023年以来累计筛查30万余人次、手术治疗800多例，区内手术占比由39%上升至46.25%。

实施白内障救治行动。将白内障筛查纳入65岁以上城乡居民健康体检必检项目，安排专项资金对医保报销后的手术费用予以兜底保障，2023年以来区内救治定点医院从35家增至45家，累计手术治疗白内障22万例。

实施居民营养计划行动。开展学生营养改善、低氟茶和碘盐推广行动。实施儿童营养改善项目，发放并指导服用营养包。“青稞”等8项特色食品纳入国家卫生健康委颁布的《食养指南》，芫青、青稞米、酿造用藏曲纳入省级食

品安全地方标准。

“‘五个针对’‘八项行动’实施以来，一些制约卫生健康事业发展的瓶颈逐步破解，一些长期影响群众健康的疾病得到有效防治。”谭相东介绍，国家中医医学中心（藏医）、四川大学华西医院西藏医院、华西二院西藏医院国家区域医疗中心历史性落地西藏，促进了医疗救治水平稳步提高；全区建立起县乡村三级预防接种服务网络，妇幼健康服务覆盖妇女儿童全生命周期，多种传染病、地方病发病率降至历史最低，越来越多群众掌握科学防病常识，自觉践行健康文明生活方式，孕产妇死亡率从2022年的45.8/10万降至34.94/10万，婴儿死亡率从2022年的7‰降至4.32‰，住院分娩率保持99%以上，这些关键健康指标均为历史最好水平。

谭相东表示，未来，自治区卫生健康委将持续紧贴各族群众卫生健康需求，突出卫生健康发展的阶段性特征，以建设健康西藏、增进群众福祉为有力抓手，持续深化“五个针对”破解民生健康难题，迭代升级“八项行动”提质增效，在完善医疗体系、强化疾病防治、优化健康服务等方面绵绵用力，久久为功，让“五个针对”成果经得起历史、实践和人民的检验，切实提升各族群众获得感幸福感安全感和满意度。

2025全球数字经济大会 拉萨高层论坛闭幕

商报讯（记者 张雪芳 梁兰）7月18日上午，2025全球数字经济大会拉萨高层论坛圆满闭幕，来自北京和拉萨两地的领导、数字经济领域企业代表汇聚一堂，围绕数字产业创新与协同发展展开深入交流与思想碰撞，共同推动高原数字经济迈向高质量发展新阶段。

闭幕式上，还举行了2025年“数据要素×”大赛西藏自治区分赛颁奖仪式，表彰在数字创新领域表现突出的优秀团队和项目，进一步激励创新驱动发展。

为进一步增进政企交流、深化人文联结，闭幕式后，拉萨市人民政府特别为签约企业代表及重点企业家代表开展了“感知拉萨”特色文化体验活动。嘉宾们走进布达拉宫、参观民俗文化展示点、欣赏藏族非遗艺术表演，亲身感受高原自然风光与藏文化魅力，进一步增强了对拉萨发展环境的认同与信心。

2025年“数据要素×”大赛 西藏自治区分赛举办

商报讯（记者 梁兰）近日，由自治区经济和信息化厅（数据管理局）、拉萨市人民政府主办的2025年“数据要素×”大赛西藏自治区分赛成功举办。

此次大赛以“数据赋能 乘数而上”为主题，是自治区深入贯彻落实国家大数据战略、加快推进数据要素市场化配置改革的重要举措。在我区生态环保、产业发展、智慧医疗、文化旅游、金融服务、气象服务等领域，挖掘了一批具有西藏特色的优秀项目，掀起了探索数据要素开发利用的热潮，将进一步激发数据企业创新活力、培育数据产业创新主体、催生数字经济新产品新服务，加快释放数据要素乘数效应，推动数据要素成为我区高质量发展的重要驱动力。

据了解，自西藏自治区分赛启动以来，各方高度关注、积极参与，共有61支团队报名参赛。经过前期初选，45个项目入围决赛。决赛时，专家评审委员会通过路演答辩和专家质询的形式对项目开展了评审评议。经评选，15个优秀项目脱颖而出。

赛事期间，拉萨市经济和信息化局（数据管理局）与江苏有线数据网络有限责任公司签订了《拉萨市公共数据资源授权运营试点合作协议》。

新闻+ 我区多举措守护高原“舌尖健康”

近年来，大家越来越重视营养健康。但西藏受特殊地理环境和生产生活方式影响，群众膳食结构以糌粑、奶制品和肉食为主，红肉摄入较多、油盐摄入偏多、蔬菜水果摄入偏少，结构不均衡，成为影响健康不可忽视的因素。2023年，我区将居民膳食健康与优化纳入卫生健康“五个针对”要求，成立工作专班，大力改善居民膳食营养健康状况，让群众吃得更健康。

2024年7月，我区发布全国首部《高原地区居民膳食指南》，结合高原特殊环境、居民饮食习惯、常见疾病等因素，吸纳国内外营养学最新研究成果，提出9条高原地区居民平衡膳食原则与建议，让全区各族群众吃得科学、吃得健康。

同时，我区将营养健康融入全生命周期，倡导母乳喂养，实施农牧区学生营养改善计划，开展居民营养健康监测，培训营养指导员，提高群众营养知识知晓率，合理选择食物，减少或预防慢性病发生。还将会同农牧科研机构开展膳食营养关键技术研发，通过“科学制定指南—开展营养监测—整村示范落地”三步路径，将居民膳食健康与优化要求转化为实操方案；开展减重达人、日行万步、“三减三健”（即减盐、减油、减糖，健康口腔、健康体重、健康骨骼）厨艺比拼活动等，为我区群众提供更安全、更健康、营养更丰富的膳食选择。

自治区卫生健康委党组书记、副主任谭

相东提醒，青稞等谷类是膳食的基础，在高原饮食应当多样化，多吃天然或少加工的食物；每天要食用5种以上不少于500克水果和蔬菜，适量食用瘦肉、蛋、禽、鱼，总量平均每天不超过210克为宜；适量食用坚果，增加豆类及豆制品摄入，限制油、盐和糖含量较高食物和饮料摄入，限制酒精摄入；每天喝1500毫升以上水和300毫升以上液态奶或相当量乳制品等。遵循这样的膳食原则，既能充分利用高原本地食材的营养优势，满足身体对低氧环境的代谢需求，又能通过科学搭配改善膳食结构，降低因饮食不均衡引发的健康风险，为高原群众的身体健康提供坚实的营养支撑。

“决胜巴黎·绽放奥运——奥运冠军面对面”巡回宣讲西藏站活动走进拉萨

7月19日至20日，由中央宣传部、国家体育总局共同主办的“决胜巴黎·绽放奥运——奥运冠军面对面”巡回宣讲西藏站活动走进拉萨。马龙、龙道一、陈清晨、王柳懿、王芊懿、郭崎琪、李倩等奥运冠军来到拉萨火车站、西藏藏医药大学、军营等地，与当地群众亲切交流，共同感受西藏发展成就和民族团结进步的良好氛围。

记者 张雪芳

宣讲活动中，奥运冠军们分享了他们的奋斗历程和夺冠故事。奥运冠军陈清晨说：“从我第一次拿起羽毛球拍，到2024年8月3日和搭档贾一凡携手登上巴黎奥运会女双冠军领奖台，快20年的时间就这么过去了。没有搭档，就没有‘凡晨’组合；没有队员的对抗和陪练队员的努力，就没有女双组如此高强度和高质量的对抗质量和训练氛围；没有教练的指导，就不会有每一场比赛的胜利；还有队里的专家组、翻译、体能老师和队医……我们的成绩都要归功于每一位站在我们身后的人。”

“我曾经是一名篮球运动员，17岁时才被教练发现，开始了拳击生涯。作为参与了三届奥运会的‘老将’，我深知奥运会所代表的荣耀和意义。每一个对手都不可小觑，每一场比赛都是一场硬仗，我必须做好充分的准备。未来的路还很长，冠军只是一个新的起点，而不是终点。我将继续努力，不断提高自己的技术水平和综合素质，以更加饱满的热情和更加坚定的信念，为祖国的体育事业奋斗。”奥运冠军李倩说。

奥运冠军郭晓琪说：“巴黎奥运周期，我们每天早上8点准时出现在训练场，完成近10个小时的训练，结束后回到驻地，再接受1个多小时的理疗和肌肉放松。一年365天，如此往复。同一个动作，第一次练，第十次练，第一百次练，都会不一样。我很享受通过训练熟练掌握动作的快乐，这种快乐激励我们变得更加完美，更具战斗力！巴黎奥运会这段历程，让我更加坚定了追求梦想的冲劲、应对挑战的韧劲、超越自我的干



劲。我将继续脚踏实地、精益求精，练好每一套动作，在艺术体操道路上绽放绚丽光彩！”

奥运冠军马龙说：“巴黎奥运会上，我光荣地担任中国体育代表团开幕式旗手。在美丽的塞纳河上，我用力挥舞鲜艳的五星红旗，这是我人生中最自豪的时刻。乒乓球男团决赛，我和队友并肩作战，为队伍夺得五连冠。当国旗升起，全场同声高唱《义勇军进行曲》时，我感慨万千。祖国至上、为国争光，是每个中国运动员的坚定信念。我相信，只要心怀热爱，永远都是当打之年。未来，不论在何时何地，以何种身份，我都会为乒乓球运动和体育事业继续奋斗，永不止息。”

宣讲结束后，奥运冠军们与西藏藏医药大

学的学生们进行了互动。台下学生高呼“体育力量，中国精神！体育精神，绽放高原。”学生索南拉毛表示自己非常喜欢乒乓球，见到奥运冠军马龙，内心特别激动，她提问道：“您参加了四次奥运会，拿到了那么多冠军，从当年的‘小将’到‘老将’，您对乒乓球这项运动的理解有什么变化？乒乓球对您的意义是不是不一样了？”马龙在回答时表示，心怀热爱永远都是当打之年！他还没找到合适理由和乒乓球说再见。

据悉，此次活动通过奥运冠军与各族群众的深入交流，生动展现了新时代中国体育健儿的精神风貌，进一步弘扬了中华体育精神和爱国主义情怀。根据安排，7月21日至22日，奥运冠军们将在拉萨继续开展宣讲活动。

《西藏研究》高质量发展 学术研讨会在拉萨召开

商报讯（记者 赵越）7月18日，由西藏自治区社科院（社科联）主办、《西藏研究》编辑部承办的“《西藏研究》高质量发展学术研讨会在拉萨召开。

《西藏研究》作为我国涉藏研究第一份专业学术期刊，自1981年、1982创刊汉藏文版以来，始终坚持“传承弘扬西藏优秀文化、推动西藏长治久安和高质量发展”的办刊宗旨，聚焦西藏及涉藏州县历史、宗教、文化、民族、社会、经济、生态等领域，坚守初心、引领创新，展示高水平涉藏研究成果，传承发展西藏优秀传统文化，构建正确涉藏学术研究话语体系，服务西藏和涉藏州县发展实践。

本次研讨会分为主旨发言和分论坛两个环节。主旨发言中，8位专家从《西藏研究》未来发展的展望，关于涉藏学术期刊高质量发展的若干思考，期刊高质量发展的特色、热点与规范，新时代涉藏期刊使命与担当等维度，深入剖析了涉藏期刊高质量发展的规律特点，深刻思考了涉藏期刊高质量发展的对策。

与会专家一致认为，此次研讨会的召开，不仅有助于总结好西藏自治区成立60年来涉藏期刊取得丰硕成果，也是推动学术成果转化、西藏哲学社会科学高质量发展的重要实践。期待本次研讨会在建立跨机构协作机制、攻关前沿课题、不断提升影响因子等方面取得突破。