

村医强巴次仁： 坚守乡村 做村民的健康守护者

拉萨融媒记者 王静敏



在平均海拔4100多米的尼木县续迈乡河东村，有一位备受尊敬的村医——强巴次仁。他多年扎根基层，以坚定的信念和无私的奉献，用脚步丈量着这片土地，用仁心守护着每一位村民的健康。2024年，他荣获拉萨市“优秀共产党员”称号，这份荣誉背后，是无数个日夜的辛勤付出与责任担当。

续迈乡河东村地处偏远，医疗资源匮乏。自担任村医以来，强巴次仁始终将村民的健康放在首位。无论严寒酷暑，只要有村民需要，他

总是毫不犹豫地第一时间奔赴现场。村里许多老人患有慢性病，需要长期跟踪治疗，他便定期上门回访，为他们检查身体、调整用药，给予无微不至的关怀。

患者多吉热旦说：“我是从当雄县来的，很多病人来这里就医，治疗效果很好，所以今天和女儿来这里看病。”

为了给村民提供更优质的医疗服务，强巴次仁从未停止学习的脚步。他积极参加各类培训，努力提升医疗技术水平，并结合当地实际情况，探索出一套适合高原农牧区的医疗服务模式。

强巴次仁说：“作为一名村医，我会接触到各种患者，比如关节炎、大骨病、瘫痪患者等。我在拉萨拜访了许多名医，跟他们学习了多年医术。在治疗中，我运用藏医手法

治疗关节炎、大骨病等病症，来这里就医的不仅有本村人，还有来自尼木县、乡以及其他地方的患者。对于自己能治好的病，我会全力治疗；超出能力范围的，我会推荐他们去合适的医疗机构。”

强巴次仁的辛勤付出赢得了村民们的认可与信赖。他不仅是村民健康的守护者，更是他们的贴心人。村民们遇到困难，总会第一个想到他。续迈乡河东村卫生室全科医生嘎玛央金感慨道：“我们村地方大，乡亲们住得分散，不管白天黑夜，只要有病人不舒服，就要出诊，忙起来，连一口热乎饭都吃不上。但强巴次仁总是以身作则，不管多晚，他都坚持看完最后一位病人，还特别耐心地教我医术，从病症判断到用药方法，手把手地教。他常说，我们是乡

亲们健康的守护者，一定要把本事学扎实，才能不辜负大家的信任。从他身上，我学到的不仅是医术，更是对这份职业的责任与担当。”

强巴次仁扎根基层、服务群众的先进事迹，得到了各级党委、政府的肯定。此次荣获拉萨市“优秀共产党员”称号，是对他多年辛勤付出的高度认可。他表示：“能获得这个荣誉，是因为有身边医护人员、村委会工作人员以及各方面对我的支持，我感到非常高兴。今后，我会更加努力，尽好一名村医的职责。”

强巴次仁是新时代基层医务工作者的优秀代表，他用实际行动诠释了“人民至上、生命至上”的崇高理念。他扎根基层、服务群众的奉献精神，以及爱岗敬业、精益求精的职业操守，都值得我们认真学习。

春暖鸭先知

近日，随着气温逐渐回暖，春天的气息愈发浓厚。在龙王潭公园，一群赤麻鸭在水中嬉戏，展现出一幅“春暖鸭先知”的生动景象，吸引了不少市民驻足观赏。

图为：一群赤麻鸭悠闲地在水中游弋。

拉萨融媒记者 朱媛摄



共青团城关区委员会开展雷锋月义诊义剪活动



拉萨融媒讯(记者齐永昌)近日，共青团城关区委员会联合西藏雅博仕口腔医院、梵艺美发共同开展学雷锋月志愿服务活动，希望通过义诊义剪等便民服务，让居民感受到“青年服务在身边”的温暖。

活动现场，西藏雅博仕口腔医院的志愿者们为居民逐一检查口腔健康状况，向居民普及爱牙知识，帮助大家树立科学护牙理念。此外，

志愿者们还为居民提供血压、血糖检测等基础健康筛查服务，累计向现场群众发放口腔护理包40余份，助力居民日常健康管理。

共青团城关区委员会西部计划志愿者顾嘉毅说：“此次携手西藏雅博仕口腔医院、梵艺美发共同开展学雷锋月志愿服务活动，希望通过义诊义剪等便民服务，让居民感受到‘青年服务在身边’的温暖。”

梵艺美发的志愿者们以娴熟技艺为居民提供理发服务，他们细心询问每位老人的发型需求，一边修剪一边聊家常、送祝福，现场欢声笑语不断。居民赤来说：“此次活动开展得特别好，我不仅理了发，还学到了怎样更好地保护牙齿。回去我一定要向家人普及这些健康知识，让他们树立科学护牙理念。”

图为志愿者为八朗学社区居民理发。

拉萨融媒记者 齐永昌摄



城关区老年人日间照料中心学雷锋公益活动传递爱与温暖

拉萨融媒讯(记者旦增拉珍)3月10日，一场以“岁月同行，温暖长者心”为主题的学雷锋公益活动在城关区老年人日间照料中心温馨上演。志愿者们走进该中心，为老人们带来了精彩的文艺表演和贴心的关怀，传递着温暖与祝福。

活动当天，城关区老年人日间照料中心内热闹非凡，70余名无偿服务对象齐聚一堂。来自西藏

历莱文化发展有限公司的志愿者们身着鲜艳精美的服装，为大家献上了朗玛堆谐、健身操、男声独唱、传统服饰走秀等精彩纷呈的文艺节目，瞬间点燃了现场气氛，台下老人们笑声不断，掌声连连。值得一提的是，这些活力四射、充满热情的志愿者来自西藏历莱文化发展有限公司的老年群体。

“我们成员平均年龄50岁，最年长的已经75岁了。虽然我们年

纪大了，但我们热爱健身，积极参与公益，大家都生活得非常健康。希望老年朋友们也能像我们一样加强锻炼、热爱生活。”志愿者们次仁说。

此次公益活动由城关区老年人日间照料中心、纳金路北老年人日间照料中心与老年志愿者联合开展，进一步丰富了该中心老年人的精神文化生活，为社会树立了尊老、敬老、爱老的好榜样。

城关区老年人日间照料中心负责人赤列表示，举办此次活动的目的是为了凝聚更多关心关注老年人的社会力量，同时不断探索更优质的照料服务方向与模式。“每个老年人的生活条件、身体素质都各不相同，所以我们正努力根据老人们的实际需求，提供差异化、人性化的照料服务。也希望社会各界能够积极参与到关爱老年人的各类志愿活动中来。”赤列说。

拉萨融媒讯(记者拉姆次仁通讯员洛克)3月10日，市委常委、常务副市长占堆赴墨竹工卡县日多乡、扎西岗乡开展“四下基层”包保工作，调研督导3月重点工作推进情况。

占堆一行先后来到日多乡、日多寺、仁青林寺、扎西岗乡开展“四下基层”相关工作，通过召开座谈会、实地走访等形式，对值班带班、安全生产、民生保障等重点工作进行调研督导，并向相关单位负责人献上哈达、送上慰问金，表达了市委、市政府对基层干部的关心关爱。

占堆强调，当前是各项工作最为繁重的关键时刻，也是经济发展最为紧要的重要节点。墨竹工卡县作为矿业大县，统筹发展和安全至关重要。要树牢“人民至上、生命至上”理念，以“时时放心不下”的责任感，抓实抓细安全生产各项工作，严格落实“党政同责、一岗双责、齐抓共管、失职追责”和“三管三必须”工作要求，全力为经济社会高质量发展保驾护航。同时，要强化政治担当，切实把住房提升改造“春风行动”作为民生工程的重要抓手，加强组织领导，细化工作措施，确保政策落实到位，不断提升人民群众的获得感和幸福感。

占堆一行还在墨竹工卡县中学、第一幼儿园实地查看了教学设施、校园环境、安全防范措施落实情况。

次仁罗布《乌思藏风云》 新书签售会暨读者见面会举行

拉萨融媒讯(记者莫瑞英)3月8日，次仁罗布的新书《乌思藏风云》签售会暨读者见面会在拉萨举行。

《乌思藏风云》是鲁迅文学奖得主、藏族作家次仁罗布创作的长篇小说，由浙江文艺出版社与西藏人民出版社于2025年1月联合出版，是次仁罗布历经7年潜心创作的成果。这部作品以雄浑厚重的史诗式笔触，展现了藏族人民在历史进程中的爱国抉择和向往统一的民族心愿，唤起了中华民族不可或缺的历史记忆，受到了文学界的高度评价。

读者张艺说：“目前我还在阅读《乌思藏风云》这本书，它给了我极大的震撼。次仁罗布老师的文笔非

常优美，整个故事写得十分流畅，读起来让人欲罢不能。”

读者普琼说：“我以前主要阅读神话故事类的书籍，但自从读了次仁罗布老师的这本书后，我感觉到它更加贴近我们的生活，期待次仁罗布老师能带给我们更多的惊喜和震撼。”

在读者见面会上，次仁罗布分享了创作历程以及灵感来源。他希望通过这部作品，让更多人了解西藏高原，使历史变得鲜活而有力量。

次仁罗布说：“我创作《乌思藏风云》这部小说，是为了呈现西藏历史上那段至关重要的时期，并将其以文学的形式记录下来，留给后代，让他们永远铭记这段历史。”

拉萨火车站： 爱心接力 温暖旅客

拉萨融媒记者 齐永昌

近日，拉萨火车站工作人员以爱心接力的方式，用实际行动为寒风中出行的重点旅客及其家人送去了温暖，赢得了旅客的高度认可和诚挚感谢。

当天，拉萨火车站客运值班员如往常一样忙碌着。对讲机里传来的一则通知打破了平静——一位重点旅客需要车站提供绿色通道和特殊照顾。据悉，这名乘坐日喀则始发的Z9806次列车的旅客，计划在拉萨站换乘Z224次列车前往四川南充北，因行动不便请求车站协助。接到通知后，客运值班员才旺占堆迅速组织班组人员合理分工，并第一时间与Z9806次列车的列车长取得联系，详细了解旅客的身体状况和服务需求。根据信息，该旅客因腰椎间盘突出需全程担架转运，这给车站的客运服务工作提出了更高的要求。

14时15分，Z9806次列车准时抵达拉萨站。客运值班员带领6名客运员早早地在站台上等候，

做好迎接旅客的准备工作。列车停稳后，他们与列车长、乘警进行了交接，随后采用“双人托举+四人护架”的方式，确保旅客平稳舒适地转移到软席候车室。在此过程中，他们不断安慰患者及其家属，缓解旅客的紧张情绪，为行动不便的旅客搭建了全程无障碍的绿色通道，生动诠释了拉萨火车站“天路格桑花”服务队用心用情的服务理念。

在此次服务过程中，拉萨火车站站长王福全程跟进。他不仅为旅客开辟了独立的候车休息区域，还提供温水、餐食等延伸服务。随着Z224次列车发车时间的临近，客运值班员提前联系Z224次列车长，开启优先进站和绿色通道。由于重点旅客与其家属不在同一卧铺车厢，才旺占堆立即与列车长和旅客协调并解决，将重点旅客和家属安排在同一隔间内，并与随车医生完成了各项交接工作，赢得了重点旅客及其家属的高度认可和诚挚感谢。

东嘎社区： 党群同心 邻里守望

拉萨融媒记者 吴敏

在城市的发展进程中，社区作为城市治理的“细胞单元”，承载着居民对美好生活的向往。堆龙德庆区东嘎街道东嘎社区，凭借着对志愿服务的执着与热情，走出了一条独具特色的社区建设之路，用爱心与奉献精神书写着一个个温暖人心的故事。

近日，记者来到东嘎社区看到，在社区专门设立的志愿服务站里，志愿者们忙碌而有序地工作着。各类服务项目从策划到实施，从前期筹备到具体执行，每一个细节都处理得井井有条。

多元化的志愿服务是东嘎社区的一大亮点。在扶贫帮困志愿服务活动中，志愿服务队给予社区生活困难老人无微不至的关怀。他们为

老人们提供上门理发服务，定期组织健康体检，帮助打扫家里环境卫生，还时常陪伴老人聊天，进行心理疏导，缓解老人们的孤独感。

社区群众拉珍说：“东嘎社区的志愿者们经常会来家里陪我们聊天，解决我们生活上的困难，这让我们感到很温暖。”

在社区环境整治活动中，志愿者们定期对卫生死角等进行清理，让社区环境焕然一新。同时，他们还积极向社区居民宣传环保知识，带动更多的人参与到环保行动中来。

“未来，我们将继续秉持志愿服务精神，不断创新服务方式，拓展服务领域，让志愿服务的温暖之光照亮社区的每一个角落。”东嘎社区党委书记江白说。