

半生扎根高原乡野 用心浇灌团结之花

——记林周县江热夏乡拉顶村老党员央金

拉萨融媒记者 丁增美朵 实习生 白玛次旺



在林周县江热夏乡拉顶村，今年 59 岁的老党员央金，是全村各族群众公认的“贴心人”和“主心骨”。16 岁投身基层工作，四十余载风雨坚守、深耕乡土，央金从一名普通村干部逐步成长为拉顶村党总支副书记、村委会主任，同时肩负市、县、乡三级人大代表、自治区基层宣讲员等多重职责。任职以来，她始终以一名共产党员的标准严格要求自己，将民族团结进步工作深度融入基层治理、民生服务、政策宣讲全过程，用心用情用力解决群众急难愁盼问题，先后获评拉萨市民族团结进步模范个人等多项荣誉，以半生扎根奉献，在高原乡野精心浇灌出绚烂的民族团结之花。

四十余载基层履职路上，央金始终保持勤学善思的工作作风，钻研政策理论，摸排民情民意、实干破解难题。村内的安全隐患整治、农产品销路拓宽、基础设施提档升级、群众生活诉求化解等一件件民生小事，串联起她扎根乡村、服务群众、凝聚民心的实干历程，也见证着拉顶村各族群众互帮互助、团结奋进的发展变迁。

民生无小事，枝叶总关情。2025 年年初，拉顶村顶雪组、古吉组村民长期出行难的问题被央金列为重点攻坚事项。村内老旧卡隆桥年久失修，每逢雨季积水漫桥、冬季桥面结冰打滑，不仅给村民日常出行带来极大安全隐患，还严重阻碍青稞及各类农畜产品外运，成为困扰两组村民多年的民生难题。为彻底破除群众出行和产业发展瓶颈，央金主动奔走对接县人大、交通运输等相关部门，如实反映民情民意，全程跟进桥梁改造项目的申报、审批、施工、验收全流程，紧盯施工细节，严把工程质量关。如今，全新平整的卡隆桥顺利通车，彻底终结了村民危险出行的历史，不仅打通了便民安全通道，更铺就了乡村产业致富路，切实提升了各族群众的获得感、幸福感、安全感。

扎根乡村四十余载，央金的实干身影遍布村内各个角落。从推进乡村道路硬化，到落地高标准农田建设、让传统“望天田”变身稳产增收的“丰产田”；从兜底落实村民医保、养老、救助等各项民生保障政策，到牵头成立合作社、带动各族群众抱团发展、共同增收，她始终坚守基层一线，以实干践初心、以服务暖民心。一桩桩民生实事，一件件暖

心举措，不断拉近干群距离，凝聚起民族团结奋进的强大合力，让团结互助、和睦共治成为拉顶村最鲜明的发展底色。

“央金任职期间，村里各项工作推进扎实有力，修路、修水渠等民生工程件件落地。村里大小事她都主动靠前，村民的诉求都会及时向上反映、一抓到底，不解决不罢休。她事事为群众着想、不计个人得失，用心帮扶困难群众，我们都打心底感激她。”75 岁的拉顶村老党员加略说。

除深耕基层治理、抓实民生服务外，央金还是乡里、村里广受认可的“金牌宣讲员”。作为自治区级基层宣讲员，她先后获评农业农村部、司法部“农村学法用法示范户”、西藏自治区“重大活动”先进个人、林周县“最美家庭”等称号，并在市、县各级宣讲比赛中屡获佳绩。

在政策宣讲工作中，央金坚持用乡土语言解读政策、用身边故事诠释团结、用家乡巨变讲述党恩。她结合村容面貌革新、教育医疗条件改善、群众产业增收致富等鲜活事例，对比新旧生活变迁，生动讲述党中央对边疆民族地区的特殊关怀，引导全村各族群众不断增强“五个认同”，让“感党恩、听党话、跟党走”的信念深深根植于群众心中，让

民族团结的种子在高原乡野落地生根、开花结果。

“央金扎根基层 40 余年，工作作风扎实、经验丰富，群众基础深厚。她为人公道正派，对待各族群众一视同仁、不分亲疏，处理村级事务广纳民意、尊重群众意愿，统筹推进各项工作落地见效。日常工作中，她将民族团结工作融入基层治理各方面、全过程，主动调解邻里矛盾、化解风险隐患，引导群众守望相助、和睦共处。在她的示范引领下，全村民风淳朴、干群同心，村级治理效能持续提升，乡村发展活力不断增强，她是值得广大基层干部学习的先进榜样。”江热夏乡乡政府党建办工作人员卓玛吉评价道。

从青涩的基层工作者到群众信赖的老党员、老干部，岁月更迭改变了容颜，却从未改变央金扎根乡土、服务群众、守护团结的赤诚初心。数十年乡间步履，诠释着党员的责任与担当；一场场温情宣讲，传递着党和政府的温暖与关怀。

“作为一名老党员、老干部，今后我会继续深耕民族团结宣传工作，当好基层政策宣传员，把国家各项惠民政策讲透彻、讲明白，传递给每一位乡亲。虽然我已经退休，但只要群众有需要，我就会力所能及为乡亲们办实事、解难题。”央金说。

为深入贯彻习近平总书记关于医疗保障工作的重要指示批示精神，全面落实基本医疗保险跨省异地就医直接结算工作部署要求，拉萨市坚持以人民为中心的发展思想，聚焦退休安置在区外的退休干部职工异地就医急难愁盼问题，变“被动受理”为“主动服务”，变“群众申请”为“部门代办”，统一为 1922 名区外安置退休干部职工办理异地就医备案手续，让他们在千里之外有了坚实的“医”靠。

主动跨前，破解备案难题

据市委老干部局统计，全市退休安置在区外的退休干部职工共计 1922 名，分布全国 28 个省（区、市）。此前，异地就医备案需由个人通过线上 APP、咨询热线或线下窗口自行办理，部分退休干部职工因不熟悉政策、不掌握流程、不了解渠道等原因，未能及时完成备案，在安置地就医时无法享受直接结算，往往需要先垫付医疗费用，再回参保地手工报销，不仅加重了经济负担，更增添了生活困扰。对此，市医保局坚决贯彻市委、市政府部署要求，与市委老干部局建立联动协作机制，依托医保信息系统对参保数据进行全面筛查，精准识别退休安置在区外的退休干部职工身份信息、参保状态，做到底数清、情况明、全覆盖，确保应备尽备、不漏一人。

统一代办，实现全场景结算

按照“先备案、后结算”原则，市医保局由医保经办机构集中收集信息、统一录入系统，逐条完成备案，并及时将备案信息上传国家异地就医备案信息库。备案后长期有效，无需退休干部职工年年续办，切实做到“让数据多跑路，让群众少跑腿”。完成备案后，1922 名退休干部职工在安置地及常住地可享受全方位医保直接结算服务：住院费用、普通门诊费用均可跨省直接结算，在已开通异地联网结算的定点零售药店购药可使用个人账户直接结算。在门诊慢特病方面，高血压、糖尿病、透析、恶性肿瘤门诊治疗、器官移植抗排斥治疗等 10 种门诊慢特病相关治疗费用已实现跨省直接结算，有效减轻了患慢特病退休干部职工长期门诊用药的垫资压力。除成办医院按西藏自治区政策执行外，其余定点医疗机构结算时遵循“就医地目录、参保地政策”原则。

成效显著，关怀落到实处

通过统一备案，将“个人分散办理”转变为“集中统一办理”，已为 1922 名退休干部职工办理备案手续，在安置地即可就近就便享受“两定”机构住院、门诊、购药及门诊慢特病等全场景直接结算服务，彻底告别“先垫付、后报销”的传统模式。备案信息上传国家平台后，退休干部职工在全国范围内均可享受规范统一的直接结算服务，备案后在参保地和备案地可双向享受医保待遇。此次统一备案工作，是市委、市政府践行以人民为中心的发展思想、关心关爱退休干部职工的务实举措，推动医保服务从“管理型”向“服务型”转变，打通了异地就医惠民政策落地的“最后一公里”。

持续发力，服务永不停步

下一步，市医保局将建立退休安置在区外退休干部职工备案信息动态更新机制，定期与老干部局进行数据比对，对新退休并安置在区外的人员建立“退休即纳入”工作机制，实现从“人找政策”向“政策找人”转变。同时，安排专人做好政策解答与业务指导，定期通过电话回访、短信提醒等方式了解退休干部职工异地就医购药体验，对异常情况建立快速响应机制。坚持“精准告知、稳妥有序”原则，以简明易懂、适老便利的方式梳理解读异地就医直接结算要点，让每一位退休安置在区外的退休干部职工安心就医、放心购药、舒心养老，切实将党和政府对离退休干部职工的关心关爱落到实处。

拉萨市滨河路经开区段一期项目建设全速推进

已完成总工程量 62%



拉萨融媒讯（记者次珍实习生玛角）拉萨市滨河路经开区段一期项目作为拉萨市完善城市骨干路网、赋能城市更新升级的重点市政民生工程，自开工建设以来，各参建单位紧盯工期节点、严把质量关口、抓实安全生产，全速推进项目建设，目前已完成总工程量的 62%。

拉萨市滨河路经开区段一期项目规划科学、布局精细，项目包含 1 条主线、2 条支路，其中滨河路主线总长 6.248 公里，双向四车道，设计时速每小时 50 公里，涵盖 3.3674 公里路基段与 2.8806 公里桥梁段；滨河南二路、林琼岗路两条支线路段分别为 1.334 公里、0.457 公里，双向四车道，设计时速每小时 40 公里。

记者在项目 3 个标段施工现场看到，各种大型施工机械来回穿梭，工人们有条不紊地在各自的点

位上进行钢筋绑扎、材料转运等施工作业，一幅热火朝天、井然有序的施工景象。当前，项目正全力推进悬浇梁主跨关键节点的施工作业，该节点预计于 10 月底实现顺利合龙，为后续项目整体竣工奠定坚实基础。

拉萨市滨河路经开区段一期 TJ1 标段项目负责人武锦说：“由中铁二十一局集团承建的拉萨市滨河路经开区段一期项目自开工以来，项目部精心组织、科学施工，截至目前，中铁二十一局一标段已完成 344 根箱梁的预制任务，10 月 15 日将完成所有的箱梁架设，路基段施工等也正在紧张有序地推进，计划到 12 月中旬沥青摊铺工作全面展开，全力冲刺年底的施工任务。项目部将在后续的施工生产中，严守安全质量红线，科学统筹推进工程建设，全力打造滨河路优质精品工程。”

据悉，项目建成后，将有效缓解周边交通压力，打通片区通行堵点，全面提升拉萨河沿岸景观品质和市民出行便捷度，切实增强市民群众获得感、幸福感、安全感，对进一步畅通城市交通脉络具有十分重要的意义。



图为施工人员对桥面防撞护栏钢筋尺寸进行测量，严把工程质量关。拉萨融媒记者 次珍 摄

市应急管理局深入堆龙德庆区开展国际减灾日宣传活动



拉萨融媒讯（记者仁青拉姆）今年 10 月 13 日是第 37 个国际减灾日，主题为“建设安全韧性家园”。当日上午，市应急管理局深入堆龙德庆区德庆镇，开展主题宣讲宣传活动，推动防灾减灾知识进农村、进社区、进家庭，切实打通基层应急科普“最后一公里”。

活动现场，气象局工作人员结合高原雷电多发特点，采用双语开展“科学防雷避险”专题授课，重点讲解雷电形成原理及危害、居家断电及户外避雷等实操要点，引导群众及时关注预警、迅速避险，推动防灾理念从“被动救灾”向“主动防灾”转变。堆龙德庆区德庆镇政务后勤办工作人员阿旺晋美说：“今天学到了很多实用知识，对我们今后走村入户向群众科普宣传很有帮助。”

活动还设置了咨询展台，工作人员向村民发放防灾减灾宣传手册等资料，面对面解答群众关于家庭用火用电、地质灾害识别、紧急逃生路线规划等日常安全问题。通过互动问答、案例剖析等形式，让抽象的应急知识变得通俗易懂、入脑入心。市应急管理局相关负责人表示，下一步，全市应急系统将紧扣“建设安全韧性家园”主题，持续深化防灾减灾宣传教育“五进”工作，常态化开展应急演练和隐患排查，着力构建政府主导、社会协同、公众参与的防灾减灾新格局，为拉萨经济社会高质量发展和人民群众生命财产安全筑牢坚实屏障。

自治区人民医院将开展多学科联合义诊



拉萨融媒讯 第 23 个“世界镇痛日”与“中国镇痛周”即将到来，为普及疼痛防治知识，切实解决慢性疼痛、顽固性疼痛患者就医难题，10 月 19 日，西藏自治区人民医院将以手术麻醉科为牵头科室，联合多学科专家团队开展公益义诊，现场提供专业问诊、病情评估、诊疗指导及健康科普等服务。

本次义诊汇聚该院手术麻醉科（疼痛诊疗组）、全科医学科、儿科、胸外科、产科等多学科资深专家，诊疗范围涵盖神经病理性疼痛、脊柱源性疼痛、骨关节软组织疼痛、癌性疼痛等各类慢性疼痛疾病。专家团队综合运用药物治疗、神经阻滞、微

创介入、康复治疗等多种治疗手段，为患者量身定制个性化镇痛与康复方案，精准解决各类疼痛问题。

疼痛是继呼吸、脉搏、体温、血压之后的第五大生命体征，慢性疼痛已被世界卫生组织列为一种独立疾病。我国超 3 亿人正遭受慢性疼痛困扰，长期忍痛不仅影响睡眠，还可能诱发焦虑、抑郁，严重损害身心健康与生活质量。面对疼痛，及早重视、规范就医，才是守护健康的正确方式。西藏自治区人民医院于 2017 年开设全区首个疼痛门诊。近年来，在“组团式”援藏专家与本地医务人员共同努力下，科室陆续开展多项新技术、新业务，门诊量与手术量逐年增长，诊疗水平位居自治区前列。

未来，医院将依托专家团队与精湛诊疗技术，助力广大群众摆脱疼痛困扰，守护无痛健康生活。