

# 理塘县农家书屋 补充11845册新书

本报讯 为深入推进全民阅读,夯实乡村文化振兴阵地,丰富基层群众精神文化生活,近日,理塘县举行农家书屋补充更新图书集中发放仪式。

本次图书补充更新覆盖全县149个行政村,6个社区,共配发图书11845册,总价值34万元。配发书籍紧扣农牧生产、政策理论、科普知识、少儿读物、健康养生、文学经典等群众需求,重点充实藏汉双语读物,精准对接基层

阅读需要,切实把优质文化资源送到群众家门口。

此次图书发放进一步充实了全县农家书屋藏书规模,优化了书目结构,为基层群众学知识、强技能、富精神提供了坚实保障。下一步,该县将持续加强农家书屋规范化管理与常态化运营,推动阅读活动走深走实,让农家书屋真正成为乡村振兴的“文化粮仓”和群众身边的“精神家园”。

拥忠拉姆 叶强平

## 职业病不是“累病” 甘孜州职业病防治从认知到行动

甘孜州地处青藏高原东南缘,作为西南“三江”成矿带核心区,矿产资源种类丰富。九龙县伍铜矿、甲基卡锂辉石矿等“地下宝藏”,借着雅叶高速等交通干线建设的东风,正加速转化为地方经济发展的核心动力。但矿产开采、冶炼等作业过程中,粉尘、化学毒物等职业病危害因素同步增多,劳动者健康面临潜在威胁,职业病防治工作刻不容缓。

### 一、认知纠偏:职业病不是“累出来的病”

不少人存在认知误区,将职业病等同于“工作太累引发的病”,这一观点并不准确。职业病是劳动者在职业活动中,因接触粉尘、放射性物质及其他有毒有害因素引发的疾病,我国现行《职业病分类和目录》明确包含12类135种法定职业病。它不仅让劳动者承受身心双重痛苦,还会给家庭带来沉重负担,影响企业生产秩序与社会稳定,因此,纠正认知偏差、普及职业病知识,是做好防治工作的首要前提。

### 二、甘孜特色:三类职业病危害需警惕

结合甘孜州矿产产业集中与高原地域环境的双重特点,具体可归为三大典型类型:

#### (一)传统矿产相关职业病

这是矿产行业最突出的健康隐患。矿产开采、建筑材料加工等行业中,长期吸入含游离二氧化硅的石英粉尘、煤尘等,易引发尘肺病,导致肺组织纤维化,损害呼吸功能甚至危及生命,还可能诱发哮喘等并发症;化工、冶炼等领域的铅、汞、苯等有毒物质,通过呼吸、皮肤接触侵入人体,会损伤肝肾、神经系统,部分物质还具有致癌风险;矿山机械运转产生的高强度噪声则会造成听力损伤,振动易引发手臂麻木疼痛。

#### (二)高原特色职业病

甘孜高原平均海拔高,昼夜温差大,给劳动者健康带来特殊挑战。长期在海拔3000米以上区域作业的劳动者,易患高原职业适应不全症,出现头晕、头痛、乏力等症状,长期发展可能诱发心血管疾病;户外作业者还可能因强紫外线照射患上日光性皮炎、白内障;高温环境易中暑,低温环境则可能导致冻伤。

#### (三)产业升级衍生的新型职业病

随着矿产开发自动化、信息化推进,新型职业病悄然出现。矿山监控员、行政办公人员等因长期久坐、操作电子设备,易引发颈椎病、腰椎间盘突出、干眼症等问题;高强度作业岗位劳动者还可能因工作压力大出现职业紧张综合症,这些都被纳入职业病范畴。

### 三、科学防治:三级预防筑牢健康防线

有效预防职业病,需严格落实职业健康三级预防策略,形成全链条防护体系:

一级预防(病因预防):源头管控是关键。企业应采用低害材料、优化工作场所布局,从源头

减少危害因素;劳动者则需正确佩戴口罩、防护服等个人防护用品,主动规避接触风险。

二级预防(临床前期预防):早发现早干预。核心是实现“早发现、早诊断、早干预”。企业要定期组织劳动者开展上岗前、在岗期间、离岗时的职业健康检查,建立完善健康监护档案,同时常态化监测工作场所危害因素,确保及时发现风险隐患。

三级预防(临床预防):规范救治护权益。针对已患病劳动者,需及时提供规范医疗救治,保障其工伤保险待遇,防止病情恶化,减少伤残与并发症,让劳动者得到全面的健康保障。

### 四、三方共治:构筑全域防护网

职业病防治是系统工程,需政府、企业、劳动者三方协同发力:

用人单位:作为责任主体,要为接触危害因素的劳动者建立职业健康监护档案,详细记录职业史、接触史和体检结果;定期监测工作场所危害因素,保障防护设施正常运行,开展常态化防治培训。

劳动者:要树立“自身健康第一责任人”理念,主动了解企业防治计划,正确使用防护用品,按时参加职业健康检查,身体不适及时就医,切勿忽视健康预警。

政府部门:需强化监督管理,加大对用人单位的检查力度。目前甘孜州已部署职业病防治“三项行动”,推进职业病危害项目申报扩面、中小微企业职业健康帮扶和防治机构提质合规,确保各项措施落地见效。

### 五、职业健康检查不能替代普通体检

很多劳动者存在“普通体检能查出职业病”的误区,实则两者差异显著。职业健康检查是针对职业病危害因素的专项检查,更具针对性与专业性,能精准发现职业相关的健康异常。

目前甘孜州已设有甘孜州人民医院1家职业病诊断机构和甘孜州人民医院、道孚、雅江、理塘、丹巴、九龙、巴塘、白玉县人民医院8家职业病体检机构,用人单位应组织劳动者到具备相应资质的医疗机构进行职业病专项检查,为防治工作提供科学依据。

甘孜州的发展离不开广大劳动者的辛勤付出,保护劳动者健康权益是经济社会持续发展的重要前提。正如“健康中国”战略所倡导的,“一切为了劳动者健康”是职业病防治的核心宗旨。让全社会高度重视职业病防治,让政府、企业、劳动者形成共治合力,让每一位劳动者都能在安全健康的环境中工作,既为地方发展添砖加瓦,也能守护好自己和家庭的幸福,让甘孜州的“地下宝藏”真正成为惠及全民的发展红利。

甘孜州疾控中心 陆志豪

健康素养  
州疾控中心主办  
https://www.gzcdc.cn/  
健康热线:0836-2838171

## 微光“孜”炬

# 警徽在乡村振兴路上闪光

### 记乡城县公安局正斗派出所民警西绕的驻村故事



西绕帮助村民干活。



对于西绕而言,驻村队员从来不是一个光鲜的头衔,而是一份从警营延续而来、扛在肩上、落在脚下的沉甸甸责任。作为一名公安民警,这份责任始终未变,只是战场从守护一方平安的警营,转移到了乡村振兴的第一线。

西绕,是乡城县公安局正斗派出所民警,两年前,按照县委组织部关于增派驻村工作人员的部署安排,这位年轻的90后民警主动扛起使命,被选派到乡城县定波乡万绒村,成为一名扎根基层的驻村队员。从公安派出所到乡村振兴一线,身份的转变曾让他有过短暂的迷茫——公安工作有明确的流程和标准,而驻村工作繁杂琐碎,面对村民的各种诉求,他一时不知从何下手。但他没有气馁,放下“民警”的身段,慢慢转变角色、找准定位,将为民服务的初心融入日常点滴,把乡村振兴的使命践行在高原大地的每一步。从初来乍到的“门外汉”,到得心应手的“驻村能手”,他用沾满高原泥土的脚印,为巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接,写下了最生动的实践注脚。

张雨 文/图



西绕和村民亲切交谈。



西绕看望慰问村民。



西绕走村入户。

### 田间的“实干家”,用脚步摸清村情民意

“从人民警察跨界到驻村队员,身份变了,但为民服务的初心没变。”正式到岗后,西绕没有丝毫懈怠,迅速投入工作,奔走于万绒村的田间地头、农家院落,马不停蹄深入农户家中走访摸排。万绒村海拔近3000米,山路崎岖陡峭,不少路段被碎石和杂草覆盖,车辆无法通行,西绕便踩着泥泞、迎着寒风,凭着一双脚踏步走访每一户村民。高原的紫外线把他的脸庞晒得黝黑,缺氧带来的头痛时常困扰着他,裤脚沾满泥土、鞋子磨出破洞,他却从未停下脚步。

他的驻村日记本上,密密麻麻记录着每家每户的实际情况:次仁家的屋顶漏雨,每逢雨天便

### 地头的“暖心人”,用真情破解民生难题

只有摸清村情民意,才能精准破解民生难题。西绕深知,走访摸排不是终点,而是为民服务的起点,他把日记本上的“问题清单”,一步步变成了“幸福清单”,用真情实意破解村民的急难愁盼。“乡村振兴不是一句口号,而是要带领全体村民一起富起来、过好日子。只要用心干事、真心为民,就没有办不成的事。”西绕是这么说的,更是这么做的。

格桑(化名)家是村里未消除风险的监测户,因家中缺乏劳动力,养殖牦牛缺技术、春耕缺种子,脱贫基础较为薄弱,未被纳入监测范围。日常走访中,西绕始终把格桑家的事放在心上,经常上门谈心谈话,鼓励他们树

立信心,叮嘱他们有困难第一时间反映。“西同志,春耕要开始了,我们没有玉米种子,也不懂

科学耕种,这可怎么办啊?”一天,格桑带着焦急的神情向西绕求助,他二话不说,立刻掏出手机联系自己的派出单位——乡城县公安局,反复沟通协调,说明格桑家的实际困难,争取帮扶支持。那段时间,他每天都要打几个电话跟进进度,生怕种子不能及时送到,甚至利用休息时间,驱车前往县城对接相关事宜。三天后,当满满一袋优质玉米种子送到格桑家中时,格桑握着他的手,眼眶泛红地说:“西同志,太谢谢你了,这下我们春耕有指望了!”

随后,西绕蹲在田间地头,手把手教格桑选种、播种,讲解如何控制行距、施肥时机,甚至亲自示范翻土、播种的动作,直到格桑完全掌握科学耕种技巧。

了解到格桑家想扩大牦牛养殖规模却缺乏技术后,西绕主动查阅高山牦牛养殖资料,深入研究品种选择、疫病防治、饲草搭配等关键环节,还专门联系县农牧局的专家,邀请其上门指导。他定期上门传授养殖技术,查看牦牛长势,及时解决养殖过程中出现的问题,还积极帮他对接相关扶持政策,争取到养殖补贴,缓解了资金压力。如今,格桑家的玉米亩产提高了30%,年家庭收入从原来的不足2万元增长到4万余元,彻底打消了返贫顾虑。

这样的暖心故事,在西绕的驻村经历中还有很多。他始终配

脚,带头下田翻土、播种,动作虽不熟练却格外认真;哪家青稞收割人手不足,他主动搭把手、出力气,累得满头大汗也不歇;看到村里的老人行动不便,无法前往村委会办理医保、养老认证,西绕主动承担起代办责任,每天上门采集信息、核对资料,再亲自送到村委会办理,用脚步为老人架起了“便民桥”;村民有疑问,他搬来小板凳坐在院坝里,耐心细致解答,从不敷衍应付。渐渐地,村民们彻底接纳了这位年轻的驻村队员,年长的村民见面总会热情地喊他“西同志”,孩子们则围着他欢呼雀跃地叫“西警官”,那抹行走走在高原村落的藏蓝身影,慢慢成了村民心中最踏实、最可靠的依靠。

合村“两委”班子,积极发挥自身优势,参与研究解决村集体产业发展、基础设施提升等重大事项,助力强化村党组织抓产业、促民生的能力。他主动组织村民、协调机械,有序推进村容村貌提升工程。修建灌溉水渠时,遇到山体滑坡导致材料运输困难,他带头扛着水泥、砂石,沿着陡峭的山路徒步运送,手上磨出了血泡也不休息;砌筑石墙时,他坚守现场,严格按照标准指导村民施工,确保工程质量。经过不懈努力,累计完成石墙砌筑6公里,新修建灌溉水渠5处,这些水渠覆盖全村800余亩农田,彻底解决了村民春耕灌溉难的问题;村内3公里泥泞道路得到硬化,彻底改变了过去“进不去、出不来”的困境。驻村以来,西绕累计协调解决基础设施完善、产业发展提质、民生保障落实、矛盾纠纷化解等各类问题40余个,其中就包括成功调解村民扎西与洛桑的宅基地边界纠纷——当时两人情绪激动、争执不休,村“两委”多次调解未果,西绕沿用公安工作中“耐心倾听、情理兼顾”的方法,连续三天上门调解,摆事实、讲道理,最终让两人握手言和,维护了邻里和睦。群众在一件件实事、一桩桩好事实中,真切感受到了温暖与力量,也真正把这位90后驻村队员当成了自己人、贴心人。

### 村里的“守护者”,用坚守诠释责任担当

西绕的身上,既有为民服务的柔情,更有公安民警的“硬汉”担当。万绒村地处高原,气候恶劣、条件艰苦,驻村工作面临着诸多常人难以想象的挑战。加之该村是乡城县乡村振兴重点村,巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接的任务尤为艰巨,再加上村内基础设施薄弱,产业基础较差,很多工作都要从零做起。

即便面临高原环境的严峻考验和繁重的工作任务,西绕也从未有过丝毫退缩。他常对村“两委”干部和村民说:“既然

组织信任我,派我来驻村,我一定要把工作做好、做扎实,不辜负组织的重托,不辜负村民的期待。”驻村两年来,他几乎把全部时间和精力都投入到了驻村工作中,回家的次数屈指可数。他的家人虽满心牵挂,却始终给予他最大的理解与支持;而他的内心深处,藏着对家人深深的亏欠——去年冬天,他的孩子突发高烧,妻子急得团团转,多次给他打电话,希望他能回家看看,可当时正值村里冬季防火宣传的关键时期,他只能在电话里安抚妻子,叮

嘱她好好照顾孩子,挂了电话,他望着窗外的雪山,眼眶湿润了。他欠孩子一次陪伴,欠父母一句问候,欠妻子一个依靠,但每当看到村民们脸上的笑容,看到村里的变化,他又觉得一切都值得,这份“亏欠”,最终化作了坚守的动力。

从警官到驻村队员,他变“忙”了——忙着走访摸排,忙着破解难题,忙着守护村民,忙着推动乡村发展;但他也变强了——在角色转变中学会了担当,在服务群众中锤炼了本领,在坚守奉献中实现了成长。

03

甘孜日报

综合新闻

2026年4月14日  
星期二

责任编辑 王朝书  
编辑 刘娅灵  
校对 周燕  
版式设计 边强

新闻热线  
0836-7777385  
投稿邮箱  
garb@gznews.com