

郭昌平做客“州博讲堂”
听专家讲述炉城往事

本 报 讯 7月27日，一场以“康定杂谈”为主题的文史讲座在州博物馆精彩开讲。本次讲座特邀康定本土文史专家郭昌平担任主讲，带领现场听众深入探寻康定的历史脉络与人文底蕴，为公众奉上一场兼具学术深度与文化温度的精彩分享。

讲座伊始，郭昌平以地理历史为脉络，将“康定”地名的由来、地域变迁与城市发展轨迹娓娓道来。条分缕析之间，一幅多元文化交织的图景徐徐展开——茶马古道的悠悠铃声与锅庄旁的欢快舞步交相辉映，共同奏响这片土地独有的文化交响。

紧接着，三张康定文化名片依次铺陈：作为茶马古道的“枢纽”，炉城因马帮与背夫的脚步而沸腾，千年商贸往来串起民族情谊；康定锅庄远非歌舞，而是客棧、仓库、交易所的集合体，更是民族心灵相通的温暖驿站；传唱世界的《康定情歌》，在细致梳理中显露出民族团结的音符密码，



讲座现场。

化妆品中的重金属，没那么可怕，也没那么简单

一、什么是重金属?为什么会出现在化妆品中？

化学上，重金属指密度大于4.5g/cm3的金属元素。化妆品安全领域重点关注的是汞、铅、砷、镉等有害物质。

化妆品中重金属的来源主要有三条途径：

- 1.人为非法添加
一些不法商家为了追求“速效美白”等夸张效果，会故意添加重金属。例如，汞能迅速抑制黑色素生成，铅的氧化物具有遮盖作用。我国《化妆品安全技术规范》明确禁止主动添加这些重金属。
- 2.原料天然带入
化妆品中的天然植物成分在生长过程中会从土壤、水中吸收富集重金属；矿物颜料(如滑石粉、云母、氧化铁等)也常伴随铅、铬等残留。这类“痕量残留”即使在最严格品控下也难以完全避免。
- 3.生产与包装污染
生产设备磨损、金属管道腐蚀、劣质包装溶出等，都可能导致镍、铬等金属元素迁移至产品中。

二、四大“重点关注”重金属及其危害

汞：俗称“水银”，有极强的神经毒性。汞能透过皮肤被吸收，在肾脏和脑中蓄积。轻则导致皮肤色素沉积、屏障受损，重则出现手抖、失眠、记忆力减退，甚至肢体震颤、肾衰竭。孕妇接触汞还会影响胎儿脑发育。

铅：铅的氧化物具有遮盖作用，曾被用于美白。铅会损害神经系统、消化系统和造血功能，导致头痛、贫血、肾功能受损。儿童对铅尤其敏感，可能造成智力发育不可逆的损伤。

砷：砷霜的主要成分就是三氧化二砷。砷及其化合物被国际癌症研究中心确认为人类皮肤和肺的致癌物。长期接触可导致皮肤色素异常、角化、干裂，严重时诱发皮肤癌。

镉：主要损害肾脏，在肾脏皮质中长期沉积，导致肾小管功能障碍。还可引起骨质疏松、骨骼变形。2025年国家药监局抽检显示，部分网红眼影盘镉超标率较高。

三、国家标准：划出“安全边界”

我国《化妆品安全技术规范》明确规定了四种有害物质的限值：

重金属限量标准
汞≤1 mg/kg(含有机汞防腐剂的眼部化妆品除外)
铅≤10 mg/kg
砷≤2 mg/kg
镉≤5 mg/kg

所有注册或备案的化妆品均需提供这四项重金属的检验报告。只要残留量符合国家标准，就视为安全产品。

四、消费者如何安全选购？

- 1.认准“正规军”
通过国家药监局官网或“化妆品监管”APP查询产品备案/注册信息。避免购买“三无产品”或通过微商、直播等渠道购买的来路不明产品。
- 2.警惕“速效”宣传
凡宣称“三天美白”“一擦即白”等违背皮肤代谢规律的产品，大概率添加了违规成分。
- 3.关注成分表
留意氯化亚汞、汞溴红、铅氧化物等重金属相关成分。敏感肌可优先选择“无镍”“低敏”标识的产品。
- 4.出现不适及时停用
使用过程中若出现皮肤红肿、瘙痒、脱屑等症状，应立即停用并就医。

美丽固然重要，但健康才是根本。科学认识化妆品中的重金属，既不盲目恐慌，也不掉以轻心，才能在变美的路上走得更安全。

甘孜州疾控中心 冯芳



健康素养

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

乘势而上 追赶跨越

崇尚快干 / 笃行实干 / 不畏苦干 / 善谋巧干

奋力推动青年事业取得新突破

共青团甘孜州委十二届四次全体(扩大)会议在康召开

本 报 讯 近日，共青团甘孜州委十二届四次全体(扩大)会议在康定召开。会议坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入学习贯彻省委十二届九次全会、团中央十九届四中全会、团中央常委会第九次(扩大)会议、州委十二届十一次全会、团省委十五届五次全会精神，总结团州委十二届三次全会以来全州共青团工作，部署下步工作任务。

会议审议通过了《团州委委员卸职替补的确认案》，部分县(市)团委负责人作交流发言，书记班子成员对下步重点工作作安排部署。会议还围绕《共青团甘孜州委常委会工作报告》开展了分组讨论。

全会指出，州委对青年工作高度重视，团省委在资源和项目上给予有力支持。全州各级团组织要切实将上级关怀转化为奋发进取的内生动力，紧扣铸牢中华民族共同体意识工作主线，扎实推进“四项行动”，全面建强“四支队伍”，精心培育“七大青年工作品牌”，奋力推动全州青年事业取得新突破。

全会强调，要深入实施思想引领铸魂行动，从理论武装、思

想浸润、阵地管理、浙甘青少年交流交往交融及本土宣讲五个维度协同发力，持续筑牢青少年听党话、跟党走的思想根基。要扎实推进实干奋斗立身行动，大力弘扬“崇尚快干、笃行实干、不畏苦干、善谋巧干”工作作风，以“快干”抢抓机遇、“实干”融入大局、“苦干”攻坚克难、“巧干”创新路径，引导广大青年积极投身全州经济社会高质量发展实践。要深化志愿奉献塑形行动，做优“青春志愿·爱在甘孜”服务品牌，落地“未来青朋”成长陪伴计划，擦亮“雅逊公益”本土公益名

片，引领青少年在奉献服务中砥砺品格、成长成才。要从严从实推进从严治团夯基行动，着力锻造团干部、西部计划志愿者、少先队辅导员、青联委员四支骨干力量，打造忠诚干净担当的共青团铁军。

出席本次全会的有团州委十二届委员会委员、候补委员。列席会议的有不是委员、候补委员的团县委负责同志，部分中高职院校团委负责同志，以及团州委机关各部室负责同志。

全媒体记者 丁瑶 陈雨 实习生 吴珂优

弘扬伟大长征精神 走好新时代的长征路

从战地卫校到“健康背包” 跨越 90 年的健康守护

◎2026 贡嘎融媒新闻采访行动第三团 文/图



红军战士雕像和“红军井”。

野菜，她们放下东西就走，从不留名。

中国工农红军卫生学校第六期 40 余名学员，在炉霍恢复上课。这是唯一以学校名义参加长征、并在途中坚持办学且走完全程的院校。教室是牛圈改造的，手术缝合线是用羊肠搓制而成的，教材只能写在废旧纸张背面。1936 年 6 月 1 日，他们在炉霍毕业。如今，中国医科大学校史馆里，仍陈列着用藏纸制作的毕业证书。

今天，固里村在红军井周边建成红色微景观，每年接待研学游客逾万人次；村里建起中藏药材种植基地与蔬菜大棚，户均年收入增至 1.8 万元。当年的红军总医院旧址对面，新建了红军村史馆。炉霍县旅游服务中心主任何勇说：“我曾在基层工作二十余年，亲眼见证了炉霍的发展变迁。”

何勇由衷感慨的变迁背后，是炉霍县全方位、深层次的发展蝶变。炉霍地处川西高原腹地，山高路远，过去基层医生

常面临“服务不到家”的困境。为破解这一难题，该县借鉴浙江经验，打造“健康地图+马背医院”数字化服务新模式，系统打通县、乡、村三级医疗机构数据壁垒，归集诊疗、公卫等 20 余类信息，为全县居民绘制“健康画像”，实时分析高危病种，对高血压、糖尿病等重点人群自动进行“红、黄、绿”三色分级管理——重点对红色（重病大病）、黄色（亚健康或高风险）人群实施早发现、早干预、早治疗，以延缓重病发生、保障群众健康并节约医保资金。一旦监测到身体指标异常，系统就会自动向村医派发任务，形成全链条闭环跟踪管理，服务理念从“以治疗为中心”转向“以健康管理为中心”。

带着这张“智慧地图”，记者跟随村医降巴志玛，乘摩托车来到雄其，其珍两位老人的家，降巴志玛卸下近 5 公斤重的“健康背包”，掏出便携式主机插入试纸为老人进行检测。不到两分钟，血压、血糖等十余

项数据同步传输到 60 多公里外的县医院“健康地图”大屏上。“系统提示为黄色预警，需要提级管理。”降巴志玛说。

牧民泽仁多吉常年卧床，出门看病曾是全家最大的难处。如今，村医背着“健康背包”上门检查、指导用药。“医生能到家里来做检查，不用来回折腾，我们心里踏实多了。”泽仁多吉的妻子呷大措说。

目前，炉霍县“健康三色”管理已覆盖 9240 余人次，送医入户 11371 人次，远程线上会诊 238 次。针对高血压、糖尿病等“两慢”患者，系统按色级定期推送监测任务，村医入户监测，“家庭医生”通过移动端实时查看指标并即时干预，群众与医务人员的获得感实现“双提升”。

炉霍县卫健局负责人表示，下一步将持续补齐乡村医疗卫生短板，强化基层防控救治能力，持续优化全生命周期健康管理，用心用情守护高原群众身体健康，全力提升群众获得感、幸福感和安全感。

一封感谢信背后的反诈担当

人行甘孜州分行持续指导辖区银行全力守护群众“钱袋子”

本报讯 “贵支行履职尽责、主动作为，展现出极强的反诈防范意识和金融风控责任担当……”近日，一封来自泸定县公安局的感谢信送达农行泸定县泸定桥支行，对网点工作人员敏锐识破电信网络诈骗、紧急联动警方开展劝阻，成功守护群众 45 万元血汗钱的履职担当给予高度赞誉。

今年以来，人行甘孜州分行始终践行“支付为民”理念，以警银协作为核心，持续指导各银行机构将柜面作为风险拦截的关键阵地，强化柜员培训与意识提升，指导银行机构持续优化反诈监测模型和实时拦截系统，实现秒级弹窗预警。针对疑似诈骗情况，立即启动警银联动流程，做到风险关口前移。通过完善账户全生命

周期及分类分级管理，采取大数据核定、弹窗提示、人工审核、联动核查等措施，有效识别并预警高风险信息。今年已累计协助破获电信诈骗案件 28 件，挽回群众损失 280 余万元。

人行甘孜州分行始终将反诈“资金链”治理作为金融为民的重要抓手，在机制建设上，搭建警银常态化协作机制，定期召开联席会议研判形势、商议对策，不断在“精准无感”治理基础上提升“有感服务”质效。建立快速响应机制，组建“州—县—网点”三级联络群，畅通全州 180 个银行网点与 18 个县(市)公安部门的“点对点”联系通道。同时，构建“人行统筹、州级银行牵头、网点落实”三级治理架构，建立涉案线索倒查

机制，形成“一户一档”整改闭环。通过层层压实责任，为反诈工作高效推进提供坚实制度保障。45 万元的急速挽损联动，正是警银闭环防护体系的生动写照。

该行推动建立“双向赋能”线索共享机制，银行移交涉诈账户线索，公安机关反馈案件特征助力优化风控。截至目前，双方共享线索 290 余条，协助止付资金 182.47 万元，涉电信网络诈骗案件同比下降 51.92%。同时，坚持“防”字当头，联合警方构建“线上+线下”宣传矩阵。线上依托公众号、短视频、短信等推送反诈提示，覆盖超 5 万人次。线下深入社区、乡村、牧区、寺庙等开展联合宣传，现场举办案例剖析与互动答疑活动，帮助群众识破常见骗局。今年 6 月，该行联合

警方走进甘孜职业学院及州老年养护院，聚焦“一老一小”重点人群，开展靶向宣教，现场手把手指导学生和老年人关闭密支付、下载反诈 APP 以及远离虚假“校园贷”“套路贷”，实现反诈宣传的“按需投遞”。

一纸感谢信，砥砺新担当。人行甘孜州分行有关负责人表示：“反诈‘资金链’治理是一场持久战，我们将始终坚持‘支付为民’初心，持续深化警银协作，统筹推进精准无感治理与金融服务提质增效。切实扛起属地监管责任，与公安机关和银行机构同向发力，不断织密反诈防护网，全力守护辖区群众的‘钱袋子’和社会的和谐稳定。”

更邓拉姆