

山海同心 筑梦青海

光明“浙”里来 情暖高原“眼”



刘辉（左一）为患者进行检查。

本报记者 李庆玲 摄



刘辉（右四）带领科室医生查房。

海西州人民医院供图

援青故事

本报记者 李庆玲

2025年12月26日下午，海西蒙古族藏族自治州人民医院门诊B015诊室里，医院眼耳鼻喉科主任、援青医生刘辉正专注为一位藏族老人复查眼部情况。因老人不会讲普通话，刘辉便借助助理翻译耐心问诊，辅以手势引导检测。

诊室侧墙之上，一面赠予刘辉的锦旗格外醒目，“妙手拨云除内障 医者仁心照眼明”十四个大字熠熠生辉，这是2025年11月一位白内障患者康复后，专程送来的诚挚谢意。除了常规的视力测试表等，墙上还整齐排列着三张崭新的二维码图，扫码即可观看白内障、翼状胬肉、注药术的术前宣教视频，这是刘辉为破解患者术前认知不足的难题准备的“数字化指南”。

从浙江到高原，跨越2000多公里，刘辉的援青之路已走过四个月。担任浙江省人民医院眼科中心科主任助理的刘辉主动请缨援青的初衷，既源于身边援青同事的真切讲述，更源于对高原眼科医疗现状的深切牵挂。“之前听援青归来的同事讲述经历，了解到海西州眼科诊疗能力相对薄弱，不少常见眼病的手术都无法开展。”刘辉坦言。

初到海西，刘辉面临多重挑战。“医院部分眼科设备使用年限较久，检查结果的精准度大打折扣，对手术的顺利开展造成了不小影响。”刘辉介绍，在深入调研中他还发现，科室不仅存在技术手段单一、管理制度不够完善、服务理念相对滞后等问题，更让他深感触动的是，本地白内障患者平均住院时长高达一周，而在浙江，这类手术早已实现日间门诊模式。

找准症结后，刘辉借鉴浙江三甲医院经验，推动科室将全度数段人工晶体纳入常规备货，更贴近地优质品牌，大幅缩短调配周期。刘辉说：“如今白内障患者住院很快就能完成全部诊疗流程，接下来我们计划针对德令哈市区患者推行日间手术模式，进一步提升就医便捷度。”

医院门诊没有门牌号，患者挂号后找不到诊室；设备采购不准确，闲置率高；医生带教体系不完善，年轻医生难以独立操作……针对这些问题，刘辉逐一梳理解决。他牵头联合门诊办公室为全院诊室编号，在挂号单上明确标注就诊房间；重新评估设备需求，确保资金用在刀刃上；建立“理论学习一助手跟台一同台操作一旁台指导”的带教体系，帮助年轻医生逐步提升技术。

11月以来，刘辉带领团队开展了屈光性白内障手术，打破了医院仅能开展复明性白内障手术的局限。“传统手术只解决‘看得见’的问题，屈光性手术能通

过高端人工晶体矫正散光、实现远近视物清晰，让患者不仅能看见，还能看清。”据了解，目前已有7例患者受益，其中一位60多岁的阿姨令他印象深刻。

这名病人因高散光困扰多年，刘辉为她制定了双焦散光型晶体植入方案，术后第一天视力就恢复到1.0，看近也能达到0.8，复查时散光度数完全矫正。“阿姨复查时握着我的手反复说‘太清楚了’，那种成就是无法用语言形容的。”

眼外伤手术的成功开展，更让刘辉感受到了援青工作的价值。此前，海西州几乎无法开展眼球破裂伤等眼外伤急诊手术，患者只能辗转500多公里前往西宁救治，延误治疗的风险极大。2025年9月底，一位被牛角顶伤眼球的患者前来就诊，眼球破裂、晶状体脱出，情况危急。

刘辉果断决定就地手术，成功为患者缝合伤口保住眼球，后续又联系浙大二院为患者开展二期玻璃体切除手术。“患者2025年10月初在浙江完成手术，复查时恢复情况很好，这种浙青联动救治的模式，为高原重症眼病患者带来了希望。”

不久前，刘辉还成功救治一位85岁的晶状体溶解性青光眼患者。“患者眼球里全是乳白色的浑浊物，就像装满了牛奶，眼压极高。”这种严重的病例，即使工作了14年的刘辉也是第一次见到。由于患者家在牧区，腿脚不便，病情拖延多年，直到疼痛难忍才就

医。刘辉克服手术难度大的挑战，为患者成功手术，术后第二天患者眼压就恢复正常，疼痛消失，并顺利出院。

高原特殊环境，为医疗诊疗工作带来多重考验。“有一次一天连做四台手术，做到最后胸闷得厉害，只能边吸氧边坚持。”刘辉回忆道。和他一同赴青的第六批11名医疗专家，都不同程度出现了高原反应，头晕、失眠、鼻出血更是家常便饭，但所有人都咬牙坚守岗位。“援青不是走过场，而是要真正留下一支带不走的医疗力量。”刘辉如是说。

在刘辉的工作日志里，清晰规划着一年半的援青目标：理顺科室制度流程，打造一支能独立作战的本土医疗队伍，推动眼科与耳鼻喉科亚专科分科，助力医院三甲创建等。目前，在援青医疗专家的帮助下，海西州青少年近视综合防治中心已成立，完成6000多例儿童近视筛查；眼病诊疗中心、眼底病诊疗中心的筹建工作也在推进中，未来将辐射更大范围，让更多患者不出海西就能享受优质眼科医疗服务。

谈及援青收获，刘辉满脸真挚：“让我见识了高原的辽阔风光，感受了不同民族的人文风情，更体会到了医者使命的重量。能为高原百姓带来光明，为海西医疗事业发展出一份力，我想这段时光将成为我人生中最宝贵的财富。”

阳光透过诊室窗户，洒在刘辉专注的脸庞上，也照亮了高原患者的“光明”之路。

澜沧江畔，产业花开正当时

(上接第一版)

作为一家致力于奶业生产的新公司，返乡青年桑周多杰创立的囊谦拉图图热乳业有限公司曾一度被“奶源”和“资金”两大难题紧紧锁住发展壮大的脚步。如今，公司的一群年轻人将生产线搬迁至乡村振兴产业园，在政策扶持下经营得风生水起。

自2019年成立后，公司的生产线按时开工，让这位从西南交大毕业后毅然回乡创业的藏族青年尝尽了理想与现实碰撞的苦滋味。“那时候的公司就像一个营养不足的婴儿，我只要醒着，就要一直照顾它，为它奔忙。”桑周多杰感慨道。

转机随着政府的关注悄然而至。当地政府在多次调研中精准地看到企业发展的瓶颈，在地理区位关键的毛庄乡投资建起了一座标准化收奶站，并委托给桑周多杰的公司运营。这座由政府搭建的“舞台”，瞬间盘活了整个局面。对企业而言，长期困扰的奶源供应问题迎刃而解，自去年9月起，公司终于能够开足马力生产，至今销售额一路突破至300万元。

比公司今天的成绩更令桑周多杰振奋的是，一个投入400余万元的囊谦乳业发展项目正在紧锣密鼓地建设中，预计今年投产，届时日产能将达到2吨。这为桑周多杰立志“做高端牦牛奶产品”的梦想，铺就了一条宽广平坦的跑道。

借力“好风”，特色产品闯天下

在互联网经济发展浪潮中，囊谦县敏锐地抓住“电商+文旅+媒体”融合机遇，借助外部平台资源，让高原特色产品翻越巴颜喀拉，走向全国。

2025年以来，囊谦县联合“十个勤天”、爱奇艺《种地吧》等综艺IP深度合作，开展助农直播，销售完根系列产品204万元；借力《种地吧》第三季节目开设囊谦专属直播间，总销售额突破1240

万元。

2025年10月28日，囊谦县应邀参与“十个勤天1028”直播助农活动，县域特色产品在直播间备受追捧，总销售额达1060.2万元，直接带动4000余户农牧民增收，实现“流量”向“销量”的有效转化。

经过为期5个月的准备，2025年9月3日这一天晚上，代青旺扎和他的团队终于把新产品红盐牙膏搬到了直播间正式开售，令人惊喜的是，短短2小时售出3万支，这远远超出了这群年轻人的预期。

红盐牙膏是青南红盐（囊谦）现代农牧科技有限责任公司成立至今正式生产发售的第8款产品。2025年4月以来，这款产品成为代青旺扎和团队寄予厚望的新品类，研发、备案和生产的每一个环节，每一滴为之奔忙的日子里流下的汗水，在这一天都顺利通过了这场直播的检验，这令他们欢喜不已，“产品获得大家的认可和喜爱，离不开政府牵线搭桥，离不开综艺团队和平台的大力支持，感谢他们。”

代青旺扎的公司目前已开发红盐牙膏、泡脚药包、热敷袋等8款产品，2024年为村集体分红32.4万元，2025年因直播带动额外分红42万元。他感慨道：“过去我们的藏红盐只在本地流通，现在通过抖音、淘宝、东方甄选等平台，全国消费者都能体验到这份高原馈赠。”

与红盐牙膏一起成为直播间“爆款”的，还有囊谦慈行藏医保健有限公司的羌根浓缩颗粒，直播间开售不过一秒，产品已卖空3万盒，单场直播销售额突破500万元，这在大家看来就是一场奇迹。而这场奇迹的背后，是政府前期对产品资质、供应链、品牌故事的精心打磨，以及对平台资源的精准对接。

这种新型的合作模式，带给囊谦人的不仅是销售渠道的拓展，更是观念的重塑，不少从商的年轻人意识到：不缺资源，缺的是与时代接轨的窗口。如

今，囊谦县政府正持续对接蚂蚁集团、东方甄选等平台，推动更多“囊谦味道”走向全国。与此同时，面向省内和州域深耕“青超”“州超”等体育赛事IP，打造农畜产品展销新场景，举办产品展销活动，带动农牧业产业发展。

2025年“青超”联赛玉树州主赛场期间，囊谦县22家企业、合作社参展绿色有机农畜产品展销活动，实现销售额16.6万元；借力“州超”联赛，组织46家企业、合作社及非遗文创主体参与特色产品展销，销售额达171万元，有效提升“囊谦有机农畜产品”的知名度与市场认可度，实现“体育搭台、企业唱戏”。

青年返乡，创业潮涌澜沧江

在囊谦，产业发展离不开一群“不安分”的年轻人。他们返乡创业，扎根乡土，用现代理念激活传统资源，成为撬动县域经济发展最有力的支点。

行走囊谦，我们发现一场静默而深刻的变革正在发生。诸多年轻的囊谦人正用他们极具魄力的选择，重新定义着故乡的含义——这里不再是需要逃离的偏远地方，而是梦想扎根的沃土。他们带着在外积累的见识与勇气，回到家乡的山野，续写着属于这个时代的创业故事。对于作为青年创业者的代青旺扎来说，起初并没有特别明晰的创业规划，但在大学即将毕业，面临就业时，他的心里隐约产生创业的念头。往后的日子里，这份念头一天天滋长，占据了他所有的心思。

“我以前知道我们这里有红盐，但是不知道全青海省只有我们这里产红盐。走出去再回来，才知道家乡有多少被遗忘的宝藏。”在外闯荡的日子里，细心的代青旺扎慢慢发现红盐这份古老遗产中蕴含的经济价值。为此，他毅然接手村里的红盐产业，组建起年轻的团

队，引入电子化运营，让古老的盐场在数字化管理中焕发新生。

囊谦人血脉中流淌的商业基因，在新时代年轻人身上展现得格外鲜明。历史上，囊谦人是茶马古道上的精明能干的商人，他们不畏艰险，穿楼高原与河谷之间，用驮队连接起不同的文明。这份刻在骨子里的开拓精神、市场嗅觉和契约意识，如今在新时代有了全新的表达方式。当“返乡创业”的春风吹过澜沧江峡谷，这些年轻人敏锐地察觉到，家乡沉睡的宝藏，正等待被唤醒。

位于囊谦县乡村振兴产业园的囊谦桑东根洙黑青稞酒业有限公司院落里，7个容量为50吨的储粮罐整齐伫立，四周摆满了红布封口的陶罐。桑东根洙说，这是为了纪念当初创办公司无望，用三套传统藏酒酿造器具维持梦想的那段日子。

时间倏忽而过，经过几年的奋斗，桑东根洙将传统小作坊经营成拥有自动化生产线的现代厂房，把传统的青稞酒酿造技艺与现代工艺相结合，让醇厚的酒香飘出草原，更以高于市场价的价格收购原料，带动数百农户共同增收。

回想以往，他在经历过多种行业的摸索后，最终将目光锁定在家乡最普遍的黑青稞上。“别人做不成，不代表我不行”，这句倔强的回应，表达出了新一代囊谦创业者的共同心声。

细细打量，不难窥见这场青年创业潮的背后，既有血脉中商业基因的召唤，也离不开政府的精心培育。通过创业培训、资金扶持、政策倾斜，政府为这股内生动力耕耘出了茁壮成长的沃土。

从政府“筑巢引凤”到借势平台突破，从青年创业热潮到传统产业焕新，囊谦县正奏响县域经济高质量发展的强音。在这片高原土地上，政策、资源、人才、文化交织成“囊谦韧性”——不惧起点低，不畏路途远，只要方向对，脚步稳，就能走出一条独具特色的振兴之路。

海 东

筑巢引智促产业发展

本报海东讯（记者 牛玉娇 通讯员 孟永宏）“在王磊研究员的助力下，我们开发使用益生菌饲料添加剂，让八眉育肥猪日增重提高11.11%，饲料报酬提高21.59%，一个喂养周期每头猪节约饲料成本105元。”2025年12月31日，海东市互助土族自治县八眉猪养殖技术服务中心主任莫华山高兴地说。近年来，海东市推进人才强市战略，构建“引才精准对接需求、育才紧扣产业导向、用才突出人岗相适、留才注重环境优渥”人才发展生态，为海东人才事业高质量发展注入强劲动能。

近年来，海东市借力中央博士服务团，邀请4名“博士服务团”成员、15名京青专家服务团成员齐聚海东，为海东发展献智献策。通过挂职帮带、云端指导等方式，加大现代农业、教育医疗等重点领域指导帮扶力度，解决产业发展过程中“卡脖子”问题，推动特色产业提档升

级。柔性引进中国地质专家团队，在化隆回族自治县甘都镇阿河滩村开展地质旅游开发，建成全省首个“四星地质文化村”，实现高层次智力资源与地方经济社会发展“双向奔赴”的有益尝试。

不仅如此，海东市积极落实无锡海东人才交流合作专项协议，实施“组团式”育才、中青年人才研修等合作计划，累计选派720余名干部人才赴无锡挂职锻炼、访学研修。利用拉面人才、中初级针灸人才等七大实训基地，开展“订单式”“定制化”培训本土人才8000余人次。评选认定产业领军人才等“四个一批”人才，进一步激励本土人才在各自领域大显身手、主动作为。创新开展西宁——海东都市圈人才一体化建设，累计互派81名干部人才开展体悟实训，选派教育卫生文旅等领域240余名专业人才交流互访，让更多本土人才成为海东高质量发展的“排头兵”。

海 南

登山失联者安全获救

本报海南讯（记者 顾植霞）1月2日晚，海南藏族自治州贵南县过马营镇直亥雪山景区发生一起登山人员失联事件。在州县党委政府统一指挥下，州县公安、应急、消防、属地政府及村委会等多部门快速响应、紧密协同，仅用一小时便成功救出两名失联者。

1月2日20时19分，海南州应急管理局接到报警，称由兰州某俱乐部组织的登山活动中，有2名成员在直亥雪山失去联系。接到消息后，当地政府立即启动应急预案，迅速组织救援力量。海南州公安局、应急管理、消防救援队伍和贵南县政府及直亥村委会等各方人员迅速集结，共派出70余名专业救援人员和15

辆车辆，奔赴雪山区域展开地毯式搜索。

救援现场地形复杂，各部门凭借专业装备、丰富经验和专业知识通力协作，搜索工作高效推进。21时20分，即接警约一小时后，两名失联人员被成功救出并安全护送下山。经现场检查，两人身身体状况良好，未受伤。随后，13名登山人员全部妥善安置在直亥村委会接受教育并安全离开。

此次救援行动从接警到成功处置，反应迅速、流程顺畅、协作有力，充分体现了基层应急管理体系在应对突发状况时的快速反应能力和跨部门联动的高效性。海南州将进一步加强户外旅游安全管理和风险提示，保障民众出行安全。

海 北

全域联动掀起文旅融合热潮

本报海北讯（记者 刘程锦）1月1日至3日，海北藏族自治州以“文化+生态+体育+旅游”深度融合模式，推出7大类63项特色文旅活动，四县因地制宜打造差异化品牌，在欢声笑语中为冬季文旅消费市场注入强劲活力。

门源回族自治县以岗什卡户外运动目的地为核心，举办全国新年登高健身大会、西王母巡游及跨年篝火晚会，科技与民俗碰撞出独特火花，景区接待量突破1.2万人次。祁连县将高原风情与多元活动融合，无人机光影秀与篝火

锅庄交相辉映，卓尔山升旗仪式定格“新年第一缕阳光”，电竞嘉年华更注入青春活力。刚察县依托青海湖冰封奇观，打造滑雪场、冰雕雪塑等设施，创新采用电子篝火，让游客在蓝冰与星河间感受生态之美。海晏县则举办古郡徒步赛、“海晏工匠”颁证仪式及红色研学活动，弘扬劳模精神，传承红色基因。

元旦假期的活动不仅营造了欢乐祥和的节日氛围，更构建起“一县一品牌、全域皆精彩”的冬季文旅发展新格局，为海北州新一年的高质量发展奏响昂扬序曲。

玉 树

推动“冷资源”转化“热经济”

本报玉树讯（记者 程宣宁）1月3日，“遗展风采·冬游玉树”冬季旅游系列活动圆满收官。这场为期五天的非遗与文旅融合盛会，既是玉树市践行国家级藏族文化（玉树）生态保护区建设与国际生态旅游目的地建设“双战略”的生动实践，也是推动“冷资源”向“热经济”转化的成功探索。

活动期间，线上线下观展人数超21万人次，文创产品、特色农畜产品等累计实现销售收入300万元，以实打实的成效擦亮玉树“全域全季全时”旅游品牌，为冬季文旅消费市场注入强劲活力。

活动现场亮点纷呈、热度高涨。一

市五县国家级非遗代表性项目全景呈现，特色舞蹈、民歌联唱、服饰展演轮番登台，展演人员超过500人。创新打造的“非遗市集+”模式聚合43家优质文创企业，集中展销非遗手作、特色农产品等多元产品，实现文化展示与消费场景深度联动，吸引5万余名观众到场观看，有效拓宽非遗传播边界与产业价值空间。聚焦玉树独特的冰雪生态资源，推出高原冬泳极限挑战活动，吸引了众多冬泳爱好者参与，以赛事IP辐射广泛受众。不仅破解了冬季旅游“淡季魔咒”，更构建起“体育+文旅+生态”融合发展新模式。

军娃电话里的团圆味道

本报记者 王煜桐 通讯员 邹宁宁

元旦前夕，西藏军区驻青某部食堂内灯火通明，香气四溢。一场精心筹备的元旦会餐，将“战味”与“家味”融为一体，温暖着官兵的胃，更温暖着他们的心。

餐桌上，红烧肘子色泽油亮，饺子皮薄馅足，清蒸鱼肉质鲜嫩……各地风味汇聚一堂。欢声笑语中，一名被邀请参加会餐的军娃高高举起戴在腕上的电话手表，对着满桌饭菜拍下照片，迫不及待地分享给屏幕那头：“爸爸，这就是你常说的‘军营味道’！”

原来，这名军娃的父亲因任务调动远赴西藏拉萨，与孩子分隔两地，常年驻守雪域边关。小小一块电话手表，成了父子俩的“连心桥”。镜头里，不仅有令人垂涎的菜肴，更承载着跨越山河的牵挂与思念。

为了让官兵能在节日里尝到“家的味道”，炊事班下足了功夫。他们提前一周拟定食谱，广泛征求官兵及家属意见，兼顾各地口味偏好，精心准备食材。跨年夜的凌晨，他们仍在忙碌地揉面、调馅、调试火候。糖醋排骨、家乡腊肉，甚至战士们平时念叨的蜜糖，都被细心列入菜单。

会餐现场，当军娃兴奋地通过电话手表向父亲展示诱人的烤全羊时，屏幕那头传来父亲欣慰地叮嘱：“多吃点，长身体，爸爸休假就回去看你。”简单的话语，穿透屏幕，触动心弦。

“能让大家吃出家的味道，再累也值！”忙得满头是汗的炊事班长陈博峰笑着说。这场别开生面的会餐，暖的是胃，定的是心。它传递出组织关怀的温度，更映照着迷途边防军人“一家不圆万家圆”的如山誓言与滚烫初心。