

跨越一甲子 逐梦向未来

——西藏自治区成立60周年发展成就综述

■新华社记者 边巴次仁 陈尚才 李键

今年是西藏自治区成立60周年。60载栉风沐雨，60载万象更新。

60年来，在中国共产党领导下，西藏各族人民以主人翁姿态积极参与管理国家和地方事务，充分行使宪法和法律赋予的自治权利，实现了西藏经济社会跨越式发展，深刻改变了高原贫穷落后面貌。

党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央深化对西藏工作的规律性认识，总结党领导人民治藏稳藏兴藏的成功经验，形成了新时代党的治藏方略。在习近平新时代中国特色社会主义思想指引下，西藏步入发展最好、变化最大、群众得实惠最多的历史时期。新时代的西藏，政治安定、民族团结、经济发展、社会和谐、宗教和睦、环境友好、人民安居乐业，呈现一派欣欣向荣、生机勃勃的景象。

实现人的全面发展

73岁的尼玛是日喀则市拉孜县曲下镇土林村村民，1959年以前，他和母亲四处流浪，直到民主改革后，才结束了悲惨的命运。现在他家里，拖拉机、小汽车一样不缺。“生活越来越好，跟旧社会相比简直像做梦。”尼玛说。

1959年开启的民主改革浪潮中，像尼玛一样的百万农奴翻身得解放。1965年9月1日，西藏自治区第一届人民代表大会第一次会议开幕。大会代表301名，其中藏族和其他少数民族代表242人，少数民族代表占代表总数80%以上，他们中绝大多数是翻身农奴。

自此，西藏各族人民当家作主的主体地位得以确立，他们在政治上享有了广泛而真实的权利。

目前，西藏四级人大代表4.2万余人中，藏族和其他少数民族占89.2%，雪域高原各族儿女依法行使民主权利。

中国藏学研究中心当代研究所所长张诗高表示，人的全面发展，成为西藏现代化进程最为显著的特征，体现在各族群众从“被奴役的工具”到“掌握自身命运的主人”的转变。

截至2024年，西藏共有各级各类学校3618所，在校学生总数97万人，超过西藏总人口的1/4。第七次全国人口普查数据显示，西藏每10万人中拥有大学文化程度

人数由2010年的5507人上升到2020年的11019人。

党的十八大以来，在以习近平同志为核心的党中央的亲切关怀和全国人民的大力支援下，西藏坚持以人民为中心的发展思想，把人的全面发展摆在重要位置，在教育、医疗、就业等诸多领域持续发力，让各族群众在这片高原热土上共享发展成果。

各族群众共享改革发展成果

西藏自治区成立后，各族儿女以主人翁的姿态投身社会主义建设事业。尤其是党中央先后召开七次西藏工作座谈会，制定并采取了一系列特殊优惠政策和灵活措施，极大地调动了西藏各族干部群众建设美好家园的积极性、主动性、创造性，极大地推动了西藏各项事业取得全方位进步、历史性成就。

1954年川藏、青藏公路建成通车，创造人类公路建设史上的奇迹。如今，西藏初步建立起涵盖公路、铁路、航空等领域的综合立体交通网络。西藏公路通车总里程达到12.49万公里，所有乡镇和建制村公路通达率100%，开通国际国内航线183条，川藏铁路拉林段建成通车。

60年来，西藏经济发展规模不断扩大，发展的质量和效益明显提升。在60年的发展进程中，西藏地区生产总值达到第一个千亿元用了50年时间，而达到第二个千亿元仅用了6年，目前正向着第三个千亿元目标奋进。

当前，西藏清洁能源、文化旅游、绿色工业等九大产业蓬勃发展，现代产业体系初步建立，主要经济指标增速连续多年位居全国前列。2024年，西藏地区生产总值达2765亿元，按不变价格计算，是1965年的155倍，年均增长8.9%；西藏城镇居民人均可支配收入达到55444元，是1965年的121倍；农村居民人均可支配收入达到21578元，是1965年的199倍。

经济的发展，为改善民生、满足人民对美好生活的向往提供了坚实的物质保障。

数据显示，西藏已建成80家特困人员集中供养中心，集中供养特困人员5825人；基本建成五级卫生健康服务网络，医疗卫生机构总数达7231家、床位21551张；实现所有乡镇、70%行政村通达5G网络；农村居民人均住房建筑面积达41.32平方米……

如今的西藏，绘就了一幅以人民为中心的时代画卷：人民生活水平显著提高、教育事业优先发展、城乡公共卫生服务体系不断完善、多层次社会保障体系基本建成。

“各族群众的生活实现了从水桶到水管、油灯到电灯、土路到油路、毡房到楼房”的沧桑巨变。“西藏自治区人民政府有关负责同志说，“西藏面貌焕然一新，各族群众共享改革发展成果。”

坚持生态优先、绿色发展

在拉萨南山公园，护林员扎西曲培早早来到监控室，透过几十个监控屏幕，注视着这片他守护了13年的山林。“这里生长着油松、白皮松、侧柏等120多个树种，最初种下的树种已经自然繁衍出了第二代。”扎西曲培说。

2021年，拉萨南北山绿化工程作为西藏规模最大的营造林建设工程启动，计划用10年完成营造林206.72万亩。工程完工后，年均新增储水约4980万吨，年均固碳量22.91万吨，年生态价值14.85亿元。

如今，盛夏时节南北山草木葳蕤，古城拉萨绿意葱茏。拉萨人由衷感叹：“山，变了！”

西藏所处的青藏高原有“世界屋脊”“亚洲水塔”之称，是我国重要的生态安全屏障。党中央十分重视西藏生态环境保护，特别是党的十八大以来，在习近平生态文明思想的引领下，西藏坚持生态优先、保护第一，加快推进美丽西藏建设，努力创建国家生态文明高地。

为了切实保护好地球第三极生态，中央和西藏自治区编制实施了一系列生态环保与建设规划。目前，西藏将超过60万平方公里国土纳入生态保护红线，占全区国土面积的50%以上；建立各类自然保护区47个，总面积达41.22万平方公里。2024年，西藏生态环境质量保持良好，空气质量优良天数比例达99.7%，主要江河湖泊水质达到或优于Ⅲ类水体比例100%，饮用水水源地水质达标率100%。

良好的生态是最普惠的民生福祉。林芝市巴宜区扎西岗村依山而建，藏式民居错落有致。目前扎西岗村67户人家中有50余户开办了家庭旅馆，村民们通过售卖土特产、提供食宿以及骑马、射箭等吃上了“旅游饭”。

2024年，西藏设立43.98万个生态岗位，年发放补助资金超15亿元，许多农牧民变成种树人、护树人，丰富的生态资源成为当地群众看得见、守得住的“幸福不动产”。

文化赋能经济社会高质量发展

走进西藏博物馆，丰富的馆藏珍品让人目不暇接。作为西藏第一座具有现代化功能的博物馆，这里收藏有考古出土文物、印章封套、唐卡、古籍、造像、瓷器、玉器、纺织品等18类50多万件文物。

“它们是西藏历史的见证者，如今已成为文化保护的鲜活教材。”来自浙江的游客张婷如说，“在这里近距离领略了绚丽多彩的高原文化，不虚此行。”

60年来，国家投入大量的人力、物力、财力，用于西藏优秀传统文化的保护、传承和发展。仅2012年至2024年，中央和西藏自治区财政累计投入专项资金4.73亿元，用于西藏非物质文化遗产代表性项目保护、国家级非遗代表性传承人记录工作、开展传习活动及保护利用设施建设等。

在积极传承和保护民族优秀传统文化的同时，西藏大力弘扬社会主义核心价值观，推进公共文化服务体系建设和繁荣文化事业，发展文化产业，更好满足各族群众精神文化生活新期盼。

数据显示，2012年以来，国家累计投资48.9亿元用于西藏公共文化设施，基本形成了五级公共文化设施网络；西藏各级公共文化机构年均开展文化惠民活动10万余场次，受益群众近1500万人次。

推进“以文惠民”，推动“以文兴业”。“十四五”以来，西藏已累计落实资金201.6亿元，用于文化旅游基础设施、国家公园保护设施、历史文化镇保护提升等领域项目建设，推进文化产业更好赋能经济社会高质量发展。

截至目前，西藏有各类文化旅游企业近2万家，从业人员超过10万人。2024年，全区文化产业产值达111.44亿元，同比增长23.8%。

站在新起点，西藏各族人民在以习近平同志为核心的党中央坚强领导下，坚定不移走中国特色社会主义道路，深入践行新时代党的治藏方略，奋勇向前，逐梦未来，必将创造更加辉煌灿烂的明天。

(据新华社拉萨8月18日电)

实现“4年20次”延寿目标 中国空间站舱外航天服实现新突破

据新华社北京8月18日电 (李国利 占康)神舟二十号乘组日前圆满完成第三次出舱活动。记者18日从中国航天员科研训练中心获悉，在这次任务中，航天员陈冬穿着的空间站舱外航天服B已累计保障20次出舱任务，成为中国空间站首套实现“4年20次”延寿目标的舱外航天服。

据中国航天员科研训练中心张万欣介绍，中国空间站舱外航天服B已由11名航天员在8次载人飞行任务中接力使用，经动态精准评估其状态稳定良好，为航天服工程应用质效提升和空间站常态化出舱活动任务提供了坚实支撑。

舱外航天服是航天员在太空出舱活动过程中的核心装备，保障着航天员在舱外活动中的生命安全和高效作业。中国空间站舱外航天服是第二代“飞天”舱外航天服，按照设计标准，使用寿命为“在轨贮存3年，其间出舱使用次数不小于15次”。

据介绍，中国空间站舱外航天服是我国首个在轨开展寿命评估并延寿使用的飞行产品。

2024年初，在轨飞行的舱外航天服接近“3年15次”的寿命设计指标极限。为准确评估舱外航天服的剩余寿命，科研团队制定了科学合理的寿命评估、健康监测方案和在轨检测方法，通过深入挖掘在轨和地面试验数据，开展大量材料级和产品级的验证试验，实现了舱外航天服在轨健康与延寿的动态精准评估，使舱外航天服成为首个在轨开展寿命评估并延寿使用的飞行产品，确保了舱外航天服在轨安全可靠地延寿使用。

7月15日，天舟九号向中国空间站送上新一批补给，其中包括两套第二代“飞天”舱外航天服。目前，这两套第二代“飞天”舱外航天服D、E已完成解包检测，状态良好，将在未来出舱任务中逐步投入使用。

利用脑机接口技术解码内心独白 准确率最高可达74%

据新华社北京8月18日电 一个研究团队日前在《细胞》杂志发表论文说，他们借助脑机接口技术，在实验中成功锁定与内心独白(人脑中无声的言语)相关的脑电活动，并能以最高74%的准确率按需将其解码。

美国斯坦福大学等机构的研究人员尝试进一步开拓脑机接口的能力，直接解码内心独白。研究团队把微电极植入负责言语产生的脑区，并用它记录了4名重度瘫痪患者的神经活动。实验中，研究人员引导受试者尝试说出和内心想象一组特定词汇。结果显示，尝试发声与内心独白激活的脑区高度重合，神经活动模式也相似。

据团队介绍，他们训练了人工智能模型来识别内心独白的内容。在一次概念验证实验中，脑机接口从多达12.5万个单词的词汇中解码受试者内心独白的句子，准确率最高可达74%。此外，脑机接口还能捕捉到受试者自发的内心独白——例如当屏幕上出现粉色圆圈时，受试者心里默数，系统也能识别出这些数字。

研究团队还发现，尽管尝试发声与内心独白在运动皮层产生的神经活动模式非常相似，但两者仍有足够差异，可以被可靠地区分开来。

研究人员坦言，目前的脑机接口系统还无法在避免大量错误的前提下，解码自发的内心独白，但若未来配备更多传感器算法更先进的设备，则这一目标有望实现。

重庆大学附属涪陵医院(涪陵中心医院)

“三维”聚力 打造公立医院改革与高质量发展示范项目

医疗技术提升 打造区域诊疗新高地

8月13日，在第八个“8·19”中国医师节来临之际，重大附属涪陵医院2025年临床经典病例评选活动(决赛)落下帷幕。来自该院的9个科室选送的10个病例同台比拼，一个个与疑难病例较量的精彩故事，诠释着医者的担当与技术的精进。

其中，骨科团队面对脊髓损伤致高位截瘫的危急患者，联合多学科抢占24小时黄金救治窗，通过后路复位减压融合术解除脊髓压迫，让几乎完全瘫痪的患者重获新生；耳鼻咽喉头颈外科于慢性中耳炎迷雾中识破罕见脑脊液耳漏，凭高分辨率CT精准定位，借双镜联合技术完成瘘口修补，为患者筑牢颅内安全屏障；康复医学科为喉癌术后吞咽障碍患者定制康复方案，从球囊扩张到体位训练，让无法经口进食的患者逐步重拾吞咽功能；消化内科针对食管早癌患者，以内镜黏膜下剥离术完整切除病灶，遇术后狭窄难题时，创新超声内镜引导下微创术式破解吞咽困境。参赛医师们通过生动的讲述和详实的资料，向评委与观众们展示了各自病例的诊疗亮点与难点、经验与教训。

“医院高度重视我们科室，对科室进行了全面整合，实行主诊医师负责

制，让我们科室迎来了发展的春天。”骨科副主任王海感慨道。康复医学科主任牟杨表示：“医院通过‘送出去、引进来’的人才培养方式，让我们科室从27人增长为36人，并成功创建重庆市医学重点专科和重庆市医学重点学科。”两位科室负责人的真切感慨与心声，生动勾勒出医院在学科建设与人才培养上的深耕细作。

这些实实在在的技术进步与学科发展，通过翔实的数据得到了有力证明：今年上半年，医院平均住院日同比下降1.04%，诊疗效率持续提升；微创手术占比同比增长4.66%，精准微创理念深入临床。与此同时，医院不断突破技术边界，创新开展内镜下胃转流支架置入术、心房颤动脉冲电场消融术(PFA)、Bachmann束起搏技术、高难度舌侧隐形矫正技术等多项技术，一系列区域技术空白被相继填补。如今，重大附属涪陵医院以提升医疗技术为核心，正奋力书写区域诊疗高地建设的新篇章，用实力守护着一方百姓的健康福祉。

科研创新提速 激活成果转化新引擎

科研工作作为医院高质量发展的核心支撑，不仅赋能临床技术创新，更是提



医院开展颈椎后路复位减压融合术

升诊疗水平的关键动力。临床科研与医学创新的紧密结合，是推动医疗进步的重要动力，为医学理论提供实证依据，为医学创新提供数据支持和实践基础。今年上半年，重大附属涪陵医院科研工作交出优异“成绩单”：获批开展各级各类科研项目41项，较去年同期增长141.18%；项目数量实现大幅提升；学术成果丰硕，发表各类积极学术论文17篇，其中SCI论文8篇，总影响因子达57.9；技术转化成效显著，获授权实用新型专利8项。这组数据背后，是医院对科研创新的高度重视与持续投入，更彰显着医院以科研反哺临床、以创新驱动诊疗能力提升的坚定决心，为激活科研转化注入了强劲动力。

此外，作为支撑科研创新的关键硬件设施，重庆大学附属涪陵医院江南院区科研楼现已顺利竣工。科研楼建筑面积达1545平方米，规划布局涵盖公共实验平台、细胞间、药物化学实验室等专业科研空间，配套动物房、样本库、PI办公室及会议室等全链条设施，为医院的科研创新活动提供了坚实的物质基础。

随着科研楼的建成，重庆大学骨髓血液肿瘤精准诊疗实验室也即将入驻，

助力医院科研发展提档升级。作为面向“健康中国2030”与“健康重庆”战略需求的市级重点实验室，该实验室聚焦白血病、淋巴瘤等髓系血液肿瘤“突变异质、耐药频发、精准药物匮乏”的临床痛点，以“源于临床、解决临床问题”为核心，开展基础研究、新药创制与数字化诊疗的三位一体协同攻关。

实验室由国家优秀人才、重庆市卫生健康委“百名医学领航人才”、陕西省孔光耀教授领衔，汇聚10余名博士组成跨学科团队。未来，实验室将依托重大附属涪陵医院投入的3000万元尖端设备与1500平方米标准化实验空间，以及与高校共享的研发资源，为医院科研转化新引擎再添坚实支撑。

患者服务提质 重塑看病就医新体验

8月7日，在重大附属涪陵医院就诊的患者们发现，医院门诊大厅里出现了一群来回忙碌的陪诊护士，为患者提供着优质专业的服务：当老年患者对着自助服务机犯难时，她们会耐心地全程指导；面对行动不便的残障人士，她们则会细心规划路线，并提供全程周

到的照料；遇上孕妇做检查怕遗漏项目的情况，她们细心进行流程提醒；看到害怕苦恼的孩子，她们会柔声安抚协助沟通。

这是该院为提升患者就医体验而全新推出的陪诊服务。首批陪诊团队由20名护理人员组成，她们通过系统学习《门诊陪诊服务手册》，打磨形象礼仪与沟通技巧，深入理解医院文化与人文护理理念，最终从情景模拟综合考核中脱颖而出，走上岗位为患者提供优质就诊服务。护理部副主任黎明表示：“陪诊服务的核心，是把专业护理和人文关怀融入就医全流程。我们不只是帮患者跑流程、省时间，更要让他们在每个环节都感受到被重视、被照顾，这正是‘以患者为中心’理念最直接的体现。”

这项陪诊服务正是重大附属涪陵医院落实“医疗服务质量深化年”工作的进一步延伸。

2024年以来，医院从就医全流程入手，推出一系列便民惠民举措，让优质服务渗透到每个环节：“一站式”服务中心高效运转，分诊、挂号、退号、报告打印等服务已惠及56万余人次，过去需要跑多个窗口的事情，现在在一个地方就能办妥；“白玉兰·守望者”志愿者队伍优化服务流程，服务患者及家属26万余人次；门诊部专门设立的“总值班”岗位，及时处理各类突发事务230例，让问题在前期得到解决；互联网医院持续深化服务，让2.92万人次慢性病患者通过线上复诊，免去奔波和排队之苦。

通过一系列的具体行动，重大附属涪陵医院把“以患者为中心”的承诺落到实处。这些看得见、摸得着的变化，透过患者就诊中“流程更顺、等待更少、关怀更足”的细节体验，让医疗服务质量不断迈上新台阶。

傅星辰

图片由重庆大学附属涪陵医院提供

