

ནང་དོན།

- མན་གྱི་གཞོན་ཉེ་གོ་ས་སྙན་བྱུང་ལ་བཅུ་གནད་ཀྱི་དབུ་བཅེ་ལ་འཛིན་གྱིང་། ༢
- མཁའ་མཚན་གྱི་སྲོམ་ཚུགས་པ་གི་འབྲུག་མོ། ༢
- ནང་མན་ཁ་བས་རྟོག་གི་གཞོན་ཉེ་གོ་ས་སྙན་བྱུང་ལ་བཅུ་གནད་ཀྱི་སྲོམ་ཚུགས་པ་འི་ལྷ་དོན། ༣
- སྙན་བྱུང་ལ་འཕྲོད། ༣
- ག་གིས་སྙན་བྱུང་ལ་བཅུ་གནད་དགོ་པ་མོ།? ༣
- ག་ཅི་ས་སྙན་བྱུང་ལ་བཅུ་གནད་དགོ་པ་? ༤
- སྙན་བྱུང་ག་སྟེ་ལ་བཅུ་གནད་ནི་མོ།? ༤
- ཉེ་བ་ལ་འཕྲོད་ཀྱི་སྲོམ་ཚུགས་ལ་སྙན་བྱུང་ལ་བཅུ་གནད་ནི་མོ།? ༤
- འཕྲོད་ཀྱི་མན་གྱི་གཞོན་ཉེ་གོ་ས་སྙན་བྱུང་ལ་བཅུ་གནད་ཀྱི་མོ།? ༥
- འཕྲོད་པ་དང་འཕྲོད་ཀྱི་ནད་པ་ལ། སྙན་བྱུང་ལ་བཅུ་གནད་ཀྱི་སྲོམ་ཚུགས་པ་ག་ཅི་ས་སྙན་བྱུང་ལ་བཅུ་གནད་ཀྱི་མོ།? ༥
- གསོ་བའི་ལྷ་ལ་འབྲུག་མོ་དང་ ཡང་ཅི་ནད་པ་གི་སྙན་བྱུང་ལ་བཅུ་གནད་ཀྱི་མོ།? ༦
- མན་ཚུ་ག་ཅི་ས་སྙན་བྱུང་ལ་བཅུ་གནད་ནི་མོ།? ༦
- མན་རིགས་ཀྱི་གཞོན་ཉེ་གོ་ས་སྙན་བྱུང་ལ་བཅུ་གནད་ནི་མོ།? ༦
- དོགས་པ་ཡོད་པ་འི་མན་གྱི་གཞོན་ཉེ་གོ་ས་སྙན་བྱུང་ལ་བཅུ་གནད་དགོ་པ་། ༨

කොවිඩ්-19 වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය

ආරක්ෂා සහතික ලබාදීම, පරීක්ෂණ, සහ වෛද්‍ය සේවාවන්

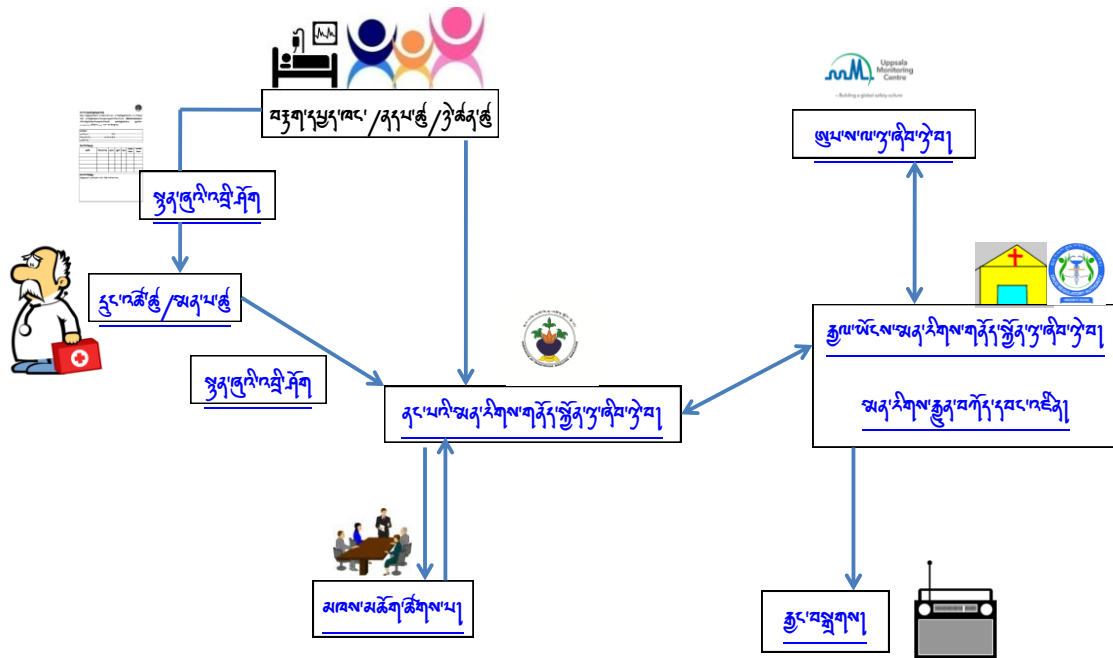
1) වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය (වැළැක්වීම) (වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය)

2) වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය (වැළැක්වීම) (වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය)

3) වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය (වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය)

වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය, වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය, වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය, වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය, වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය

වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය, වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය, වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය



කොවිඩ්-19 වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය, වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය, වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය

වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය, වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය, වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය

1) වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය, වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය, වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය

2) වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය, වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය, වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය

වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය, වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය, වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය, වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය, වැළැක්වීමේ ක්‍රියාමාර්ගය

දිග්‍රහයාගේ පරිච්ඡේදය

3) ප්‍රධාන තාරුණික කාලය (නව-පරිච්ඡේදයේ පැවැත්මට පෙර) 1

4) පරිච්ඡේදය

5) ප්‍රධාන තාරුණික කාලයේ පැවැත්මට පෙර

නව-පරිච්ඡේදයේ පැවැත්මට පෙර

1) ප්‍රධාන තාරුණික කාලයේ පැවැත්මට පෙර

ආ) ප්‍රධාන තාරුණික කාලයේ පැවැත්මට පෙර

භ) ප්‍රධාන තාරුණික කාලයේ පැවැත්මට පෙර

ඈ) නව-පරිච්ඡේදයේ පැවැත්මට පෙර

ඉ) නව-පරිච්ඡේදයේ පැවැත්මට පෙර

ඊ) නව-පරිච්ඡේදයේ පැවැත්මට පෙර

උ) ප්‍රධාන තාරුණික කාලයේ පැවැත්මට පෙර

2) පරිච්ඡේදයේ පැවැත්මට පෙර

ප්‍රධාන තාරුණික කාලය

ආ) ප්‍රධාන තාරුණික කාලය

✓ ප්‍රධාන තාරුණික කාලය

✓ පරිච්ඡේදය

✓ නව-පරිච්ඡේදයේ පැවැත්මට පෙර

✓ පරිච්ඡේදයේ පැවැත්මට පෙර

ප්‍රධාන තාරුණික කාලයේ පැවැත්මට පෙර

གཅི་སྟེ་ལུ་འབད་དགོ་པ་?

- ༡) ནང་པའི་མན་གྱི་ཐོག་ལས་གོམ་ཉེ་ལུ་འབད་བའི་དོགས་པ་འབྱུང་པ་ཅིན།
- ༢) ནང་པའི་མན་དང་ ཡང་ཅིན་གྱི་པའི་མན་དང་ ཟུག་སྟོམ་ཚུ་ལས་འབྱུང་པ་ཅིན།
- ༣) ནང་པའི་མན་གྱི་སྤུས་ཚད་ཞན་དྲག་པ་ལས་བརྟེན་འབྱུང་པ་ཅིན།
- ༤) མན་གྱི་ལུས་པ་མེད་མི་ལས།
- ༥) མན་རིགས་བརྒྱུ་མ་བཟོ་ལས་བརྟེན་ / མན་གྱི་ལུས་པ་ཚུ་ལ་མཐུན་མེད་མི་ལས།
- ༦) ནང་པའི་མན་ལུ་བརྟེན་ལོ་དོ་དགོ་པ་དང་ ལང་ཤོར་བལ་མི།
- ༧) མན་བཅོས་བཞོན་འཇིག་དང་ མན་སྲོད་སྐབས་ཀྱི་འཇོལ་བ་ལས།
- ༨) གོམ་ཉེ་སྟོམ་མེད་ཅུང་ ཡན་ཚུན་འབྲེལ་བའི་མན་རིགས་ལས།
- ༩) གོམ་ཉེ་སྟོམ་ཡོད་མི་ ལམ་སྐུ་སྐྱུ་ཅན་ ཡོམ་བྱིན་པའི་བརྒྱུད་ བཟོ་ཞུན་ཤོས་ ལམ་ལོ་ཚུ།
- ༡༠) ཚུམས་ཚད་དང་གོ་བྱུང་གི་ གོམ་ཉེ་སྟོམ་མེད་འབྱུང་པ་ཅིན།
- ༡༡) གཞན་ཡང་སྤུས་ཚད་མེད་པའི་མན་དང་ ཚུ་ལ་མཐུན་མ་བཟོ་བའི་གནད་དོན་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་དུམ་ལུ་ཚུ།

སྟེ་ལུ་གཉེ་འབད་ནི་ལོ་?

- ༡) ནང་པའི་མན་གྱི་གོམ་ཉེ་བཟུ་རྩི་གཉེ་བ་ལ།
- ༢) ནང་པའི་མན་དང་འབྲེལ་བའི་དུམ་ཉེ་ཚུ་ ཡི་པའི་དུང་འཚོ་དང་ མན་གཞི་གམ་ མན་སྐྱོར་པ་ཚུ་གིས་ ནང་པའི་མན་གྱི་ གོམ་ཉེ་བཟུ་རྩི་གཉེ་བ་ལ། སྟེ་ལུ་འབད་དགོ།

ཉེ་བ་ལུ་ཐོན་གྱིས་གཉེ་སྟེ་སྟེ་ལུ་འབད་ནི་ལོ་?

- ༡) ནང་པའི་མན་གྱི་གོམ་ཉེ་བཟུ་རྩི་གཉེ་བ་གི་འབྲི་ཤོག་བཞུང་ཐོག་ལས་ ཉེ་བ་ལུ་བརྟུང་དགོ།
- ༢) གོ་བྱུང་གི་གནད་དོན་འབད་བའི་ནི་ མཚོགས་པ་ས་ལུ་གསལ་ཐོབ་ནི་དོན་ལུ་ བརྒྱུད་འཕྲིན་དང་ པར་འཕྲིན་(ཡེག་ལོ) ཐོག་ལས་ སྟེ་ལུ་འབད་དགོ།

རྒྱ་ཚུ་གིས་དོགས་པ་ཡོད་པའི་མན་གྱི་གོམ་ཉེ་སྟེ་སྟེ་ལུ་འབད་བའི་ ཉེ་བ་ལུ་འབད་བའི་མན་ཚུ་ལུ་ཉེ་སྟེ་སྟེ་ལུ་འབད་དེ་མ་པའི་ལས་ ཐོག་སྐབས་ཡང་འབད་ཚུགས་པ་ཡིན།

དོགས་པ་ཡོད་པའི་མན་གྱི་གོམ་ཉེན་གེ་སྟོན་ལྟ་བུ་འབད་གནད།

- ༢) དོགས་པ་ཡོད་མི་གོམ་ཉེན་གྱི་མན་ཟེ་ཞེ་མ་ལས་འབྱུང་བའི་ཉེན་དང་ཉེ་མ་ལས་འབྱུང་བའི་ཉེན་ ནད་པ་གིས་ཤེས་མི་ཚུ་
ས་ལྷངས་སྐྱེལ་དགོ།
- ༣) གོམ་ཉེན་འདི་མན་འགོ་བཅུགས་ཉེ་དུས་ཡུན་ག་དམེ་ཅིག་གི་ནང་འཁོད་ལུ་འབྱུང་བའི་ཉེན་ གཏུན་འབེབས་འབད་དགོ།
- ༤) གོམ་ཉེན་ཉེ་མན་མེ་པའི་གཞན་ལས་འབྱུང་བའི་ཉེན་དང་མེ་ནུ་ཚུ་ དེ་ཉེ་ལྟུང་འབད་དགོ།
- ༥) གོམ་ཉེན་གྱི་སྐོར་ལས་སང་ལའི་ཉམས་ལྗོངས་དང་འབྲེལ་ཡོད་ ཡིག་རིགས་ལག་ལཱ་འབྲེ་འབྲེ་ཞེ་དང་ མན་ཉེ་གི་སྐོར་ལས་ཉེ་མ་ལས་
གོམ་ཉེ་ལྷང་བའི་ཉེ་མེ་བརྟུག་ཞེ་ལའ་འབད་དགོ། གནས་ཚུ་ལུ་ཚུ་ཡང་ ནང་མན་གོམ་ཉེན་བརྟུག་ཞེ་ལའ་དང་ མན་བཟོ་
བསྐྱུན་ ལང་ལས་ཐོབ་ཚུགས།
- ༦) དོགས་པ་ཡོད་པའི་ གོམ་ཉེན་ལྷང་བའི་སྟོན་ལུ་ཚུ་ མིང་དོན་ཅན་གྱི་མིང་ལུ་འབད་དགོ་དང་ཡང་ཅིན་ ནང་མན་གོམ་ཉེན་
བརྟུག་ཞེ་ལའ་ལྷང་འབད་དགོ།

ལྷན་གྱིས་དོགས་པ་ཡོད་པའི་མན་གྱི་གོམ་ཉེན་ལྟ་བུ་འབད་བའི་ ཉེ་ལྟུང་ལས་བཅུད་པའི་ནད་ཚུ་ལུ་ཉེ་ལྷང་དང་དམེ་པའི་ལས་ རྒྱ་སྐྱབས་ཡང་འབད་ཚུགས་པའི་ཉེ།

དོགས་པ་ཡོད་པའི་མན་ལྷན་གྱི་གོམས་འཇགས་ལྟ་བུ་ལྷན་པར་གནང།

དོགས་པ་ཡོད་པའི་མན་ལྷན་གྱི་གོམས་འཇགས་ལྟ་བུ་ལྷན་པར་གནང།

གསལ་བྱ།

དོགས་པ་ཡོད་པའི་མན་ལྷན་གྱི་གོམས་འཇགས་ལྟ་བུ་ལྷན་པར་གནང།

ལྗོད་སྐབས་ལྷན་པོའི་འཇུག་པོ་ཡི་མན་ལྷན་དང་འབྲེལ་ཡོད་པའི་མན་ལྷན་གྱི་མན་ལྷན་གྱི་མཛུགས་འཇགས་ལྟ་བུ་ལྷན་པར་གནང།
ཀྲུང་གི་མན་ལྷན་གྱི་མན་ལྷན་དང་འབྲེལ་ཡོད་པའི་མན་ལྷན་གྱི་མན་ལྷན་གྱི་མཛུགས་འཇགས་ལྟ་བུ་ལྷན་པར་གནང།
ལྗོད་སྐབས་ལྷན་པོའི་འཇུག་པོ་ཡི་མན་ལྷན་དང་འབྲེལ་ཡོད་པའི་མན་ལྷན་གྱི་གོམས་འཇགས་ལྟ་བུ་ལྷན་པར་གནང།
ལྗོད་སྐབས་ལྷན་པོའི་འཇུག་པོ་ཡི་མན་ལྷན་དང་འབྲེལ་ཡོད་པའི་མན་ལྷན་གྱི་གོམས་འཇགས་ལྟ་བུ་ལྷན་པར་གནང།
ལྗོད་སྐབས་ལྷན་པོའི་འཇུག་པོ་ཡི་མན་ལྷན་དང་འབྲེལ་ཡོད་པའི་མན་ལྷན་གྱི་གོམས་འཇགས་ལྟ་བུ་ལྷན་པར་གནང།
ལྗོད་སྐབས་ལྷན་པོའི་འཇུག་པོ་ཡི་མན་ལྷན་དང་འབྲེལ་ཡོད་པའི་མན་ལྷན་གྱི་གོམས་འཇགས་ལྟ་བུ་ལྷན་པར་གནང།

322743/322746

ནད་པའི་མཛུགས།

ནད་པའི་མིང་..... ལོ / ལོ་མོ་.....

བཞིན་ཚད་(ཤེས་པ་ཅིན་)..... ནད་པའི་ཕྱུ་ལུང་ / ལོ་ཚན་.....

ནད་གཞི་ལོ་ལོ་ལོ་.....

དོགས་པ་ཡོད་པའི་མན་ལྷན་(ཚ) *

མན་ལྷན་མིང།	གནད་དོན།	བཞོན་སྐྱེས་ལུང་མི།	ཐོན་པའི་(ཤེས་པ་ཅིན་)	བརྒྱུད་པའི་	ཐུན་ཚད་ / ལྷན་པོའི་ཚད།	འགོ་བཅུགས་ཆོས་ཀྱངས།	མཚམས་འདོན་ཆོས་ཀྱངས།

དོགས་པ་ཡོད་པའི་གོམས་འཇགས་(ཚ) *

གོམས་འཇགས་ལྟ་བུ་ལྷན་པོའི་འཇུག་པོ་ཡི་མན་ལྷན་དང་འབྲེལ་ཡོད་པའི་མན་ལྷན་གྱི་གོམས་འཇགས་ལྟ་བུ་ལྷན་པར་གནང།

གོམས་འཇགས་ལྟ་བུ་ལྷན་པོའི་འཇུག་པོ་ཡི་མན་ལྷན་དང་འབྲེལ་ཡོད་པའི་མན་ལྷན་གྱི་གོམས་འཇགས་ལྟ་བུ་ལྷན་པར་གནང།

བྱུང་བ་ལྷན།

དུག་ཡོད་པ།

དུག་པའི་བསྐྱེད་ཡོད་པ།

འཕྲོ་མཐུན་དེ་མེད་པ།

གཞན་ཡང་།

ལྗོད་སྐབས་ལྷན་པོའི་འཇུག་པོ་ཡི་མན་ལྷན་དང་འབྲེལ་ཡོད་པའི་མན་ལྷན་གྱི་གོམས་འཇགས་ལྟ་བུ་ལྷན་པར་གནང།

དོགས་པ་ཡོད་པའི་མཉམ་གཞི་གནོད་ཉེན་གཤམ་སྤྱོད་ལཱ་འབད་གནད།

གནོད་ཉེན་འདི་ཉེན་ལ་ཆེ་སྤྱོད་འོང་ནི་ཡིན་མས་ག།

ཡིན་/མེན་

ཡིན་ཟེར་བ་ཅིན་

གནོད་ཉེན་འདི་ག་ཅི་ལས་བརྟེན་ཉེན་ལ་ཆེ་སྤྱོད་པ་སྤྱོད་བཅའི་མ་ཡིན་ན་

དེ་གི་གནད་དོན་བཞོན་(གནད་དོན་ག་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་མི་གུ་ཡིན་ཚུ་གས་བཀལ།)

- གནོད་ཉེན་དེ་གིས་སྤོ་ནད་པ་གི་རྒྱུ་འབྱུང་ཡོད་པ།
- མཉམ་ལང་ནང་དུས་ཡུན་རིང་མ་སྤོ་བཞག་དགོ་པ་བྱུང་ཡོད་པ།
- ཆོས་གུ་ལཱ་ཉེན་ལ་ཡོད་པ།
- དབང་པོ་དང་གཞུགས་ཀྱི་ཡན་ལག་ཚུ་ལཱ་ རྒྱུ་འབྱུང་ཡོད་པ།
- མངལ་ནང་ལས་འབྲེལ་དབང་པོ་རྒྱུ་འབྱུང་སྤོ་ཡོད་པ།
- མཉམ་བཅོས་ཀྱི་ཐོག་ལས་གནད་དོན་གུ་ཅན་ཡོད་མི་ཚུ་ ལ་གས་ལཱ་འབྲི་བཞོན་འབད་གནད།

མཉམ་བཅོས་གནད་ཚུ་(རང་གིས་རིག་པ་ལས་དཔྱད་པའི་མཉམ་བཅོས་དང་ ལོ་མཉམ་ལས་ལྷུང་བའི་མཉམ་བཅོས་ཚུ་བཅའི་ཉེ)

གནོད་ཉེན་མ་བྱུང་བའི་ཉེ་མ་ལས་ ནད་པ་གིས་མཉམ་གནད་ཚུ་ག་ཅི་ས་ཟེ་ཡིག ? ཡིན་/མེན་

༼ཡིན༽ ཟེ་ཡི་ཟེར་བ་ཅིན་ འོག་གི་གནས་ཚུ་ལཱ་ཚུ་བྱེ་གནད།

མཉམ་གཞི་མིང།	བྱུང་ཚུལ།	བརྒྱུ་རིམ།	འགོ་བཅུགས་/མཉམ་ལས་འབྲེལ་ཚུལ་གྲུང་ལ།

འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་མཉམ་གཞི་གནད་ཚུ་ལ།

གནད་ཚུ་ལཱ་སྤྱོད་མི་འགལ་ལ། *

ངོ་མིང། གོ་གནས། ལ་བྱང།

འགྲུལ་འཕྲིན་/བརྒྱུ་འཕྲིན་ཡང། ཟླ་ཚེས་

མཚན་རྟགས།

ལྷ་ཚུ་གིས་དོགས་པ་ཡོད་པའི་མཉམ་གཞི་གནོད་ཉེན་ཚུ་སྤྱོད་ལཱ་འབད་བཅའི་ཉེན་ལ་ཆེ་སྤྱོད་པ་སྤོ་བཞག་དགོ་པ་བྱུང་ཡོད་མི་ལས་ རྒྱུ་འབྱུང་ཡོད་པའི་མཉམ་བཅོས་ཚུ་གས་བཀལ།