



# སྐོན་ཚེས་ཁང་།

རྟོག་དབྱིབས་གཉན་རིམས་དྲུས་འཚམ་རིས་མེད་ཞབས་ཞུའི་གསར་འཛིན།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༡ ལོ་གནས་ལུགས་སྐབས་།

ཕྱི་ཟླ་ ༧

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༡ ཕྱི་ཟླ་ ༥།

## དང་སྐབས་སྐོན་ཞབས་པ་རྣམས་ལ་སྤྲུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུའི་མཛད་སྒོ།



ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༡ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༡༤ ཉིན་དབུ་ལ་ཐུན་སྤྱོད་སྐོན་པ་ཚེ་རིང་མཚོག་དཔུ་བཞུགས་ཐོག་ཤོད་མིའི་སྐྱིག་འཇུགས་རྟོག་དབྱིབས་གཉན་རིམས་རྒྱ་བྱས་ལས་དོན་ཚོགས་ཚུང་གི་ཚོགས་མི་རྣམས་དང་འབྲེལ་ཡོད་བཅས་ལྷན་འཛོམས་སྐོང་། ཨ་རི་ནས་མེད་པས་པའི་དང་སྐབས་སྐོན་ཞབས་པ་བདུན་དང་། རྒྱ་གར་ནང་གི་སྐོན་ཞབས་པ་བདུན་བཅས་ཁྲི་སྐོན་ཞབས་པ་ ༡༤ ལ་ཤོད་མིའི་སྐྱིག་འཇུགས་འཛོམས་འབྲེལ་བཞུགས་ལས་ཁུངས་ནས་སྤྲུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུའི་མཛད་སྒོ་སྤོང་ཚོགས་གནང་ཡོད། དེར་སྐོན་ཞབས་པ་རྣམས་ཀྱིས་རྟོག་དབྱིབས་ནང་ཆུབས་གཉིས་པ་གཉན་འཛུང་ཅན་གྱི་དྲུས་སུ་དང་སྐབས་ཞབས་ཞུའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་བྱུང་བའི་རང་གི་སྤོང་ཚོར་སྐོར་གསུངས། དེ་ནས་སྤྱི་དབྱེད་མཚོག་གིས་མིའི་མི་ཚེ་ནང་དུ་ནད་དང་ཟས་སྐོམ་མེད་པ་ནི་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཤོས་གཉིས་ཡིན་ལ་དེའི་སྐབས་རོགས་པ་བྱེད་པ་ནི་རང་རྒྱུད་ལ་བྱམས་སྤོང་རྗེ་ཡོད་པར་མཚོན་པ་དང་། ཁོང་གིས་སྐོན་ཞབས་པ་ཚོར་སྤྲུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུས་པ་དང་སྤྲུགས། འབྱུང་འབྱུར་ཡང་ཤོད་མི་ནང་ཁུལ་སྐོན་ཚོགས་སྐོན་ཚུ་བྱུགས་ཆེ་རུ་གནང་དགོས་པ་སོགས་ཀྱི་གསུང་བཤད་གནང་། མཐར་སྐོན་ཞབས་པ་རྣམས་ལ་སྐོན་ཚེས་ཁང་ནས་སྤྲུགས་རྗེ་ཆེ་ཞུའི་སྤྲུག་རྟོགས་གནང་ཡོད།

## ཚེས་ཏ་ར་ཁུལ་དུ་ཟབ་སྐོང་ལས་གཞི་སྤེལ།

༢༠༢༡ ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༡༣ - ༡༣ ཉིན་གཉིས་རིང་སྐོན་ཚེས་ཁང་འགན་འཛིན་མཚོག་གིས་བཞོན་མངགས་གནང་བ་ལྟར། དང་སྐབས་སྐོན་ཞབས་པ་བཟུན་འཛིན་བདེ་ཆེན་ལགས་དང་བཟུན་འཛིན་མཁའ་འགྲོ་ལགས་རྣམས་གཉིས་ཀྱིས་ཚེས་ཏ་ར་ཁུལ་གྱི་འཛོམས་ལས་པ་དང་། ཞེས་ཡོན་རྟེན་གནས་ཁག ཆས་གསོ་ཁང་བཅས་སུ་རྟོག་དབྱིབས་ ༡༤ གཉན་རིམས་དང་འབྲེལ་བའི་འཛོམས་འབྲེལ་སྐོན་ཚེས་ཁང་ལས་གཞི་སྤེལ་ཡོད། ཐོག་མར་ཚེས་ཏ་ར་སྐོན་ཚེས་ཁང་དུ་སྤོང་ཚོགས་ལྷན་པ་དང་ལས་བྱེད་། དེ་བཞིན་ཆས་སྤོང་ལས་བྱེད་རྣམས་ལ་རྟོག་དབྱིབས་ ༡༤ གཉན་རིམས་སྐོར་སྐྱོད་དང་། དམིགས་བསལ་རྒྱ་སྤྲོད་སྐོན་པ་ལེན་པ་ལྟར་ཚུལ་སྐོར་སྐོར་ལམ་སྤོང་དང་གཏམ་བཤད། སྐོན་པ་རྣམས་ལ་ཕྱི་སྤྲུགས་པཟག་དབྱུང་སྐོན་ཐོ་བཟོ་སྐོང་སྐོར་བཟོ་སྐོར་གནང་ཡོད། དེ་ནས་རིམ་བཞིན་སྤོང་སར་བཤད་བྲའི་དགོ་འདུན་པ་རྣམས་ལ་ནད་ལམས་འདིའི་རྩ་འཛིན་སྐོར་གཏམ་བཤད་དང་། རང་སྤོང་ཚོ་རིང་དོན་ལྡན་ཆས་གསོ་ཁང་དུ་ཆུན་གསུ་པ་རྣམས་ལ་ནད་འདིའི་སྐོར་དང་། ལྷག་པར་དྲུས་འདོར་སེམས་ཁམས་ཀྱི་ཚོར་བ་སྐོར་ཚོགས་ལ་སྐོང་སྐོང་དང་གདོང་ལེན་བྱེད་ཐབས་སྐོར། ཚེས་ཏ་ར་ཤོད་བྱིམ་དུ་སྐོན་ཚུལ་གྱི་དབྱིབས་ལྷན་དང་སྐོན་ཞབས་པ། རྒྱུ་ཚང་ཨ་མ་ལགས་རྣམས་ལ་ནད་འདིའི་གནས་ཚུལ་སྐྱོད་བྱེད་བྱེད་འཛོམས་མཁོ་སྐྱོད་



ཡོ་ཆས་ཤིང་སྒྲིབ་གཏོང་སྐྱབས་སྐྱོར་གཏམ་བཤད་དང་ལག་ལེན་མིག་སྒྲིབ་  
དོགས་འདྲི་ལན་འདེབས་བཅས་གནང་ཡོད།

**བཅན་ཕྱིལ་དུ་གཉན་རིམས་འགོག་ཁབ་ཐོབ་པའི་གྲངས་འཛོམས།**

༢༠༢༡ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༥ ཉིན་ཉིག་དབྱིབས་གཉན་རིམས་ལས་དོན་ཚོགས་ཚུང་གིས་  
གསར་འགོད་གསལ་བསྐྱབས་སྐྱེལ་བའི་ནང་གསལ་སྟུང་། རྒྱ་གར་དང་བལ་ཡུལ་  
ནང་གི་ལོ་ན་ ༡༥ ལན་གྱི་བཅན་ཕྱིལ་བོད་རིགས་མི་འཕོར་ཇི་ཙམ་ལ་སྒྲོན་འགོག་  
སྐྱུག་ཁབ་ཐོབ་ཡོད་མིན་སྐོར་དབུས་དང་ས་གནས་རྩ་དྲུག་ཚོགས་ཚུང་ནས་ས་  
གནས་རྫོང་དང་མངའ་སྡེ་སོ་སོར་འབྲེལ་བ་ལུས་ཏེ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བའི་གྲངས་  
མོ་ (ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༡ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༥ ཉིན་བར) འདི་ལྟར་ཡིན་འདུག།

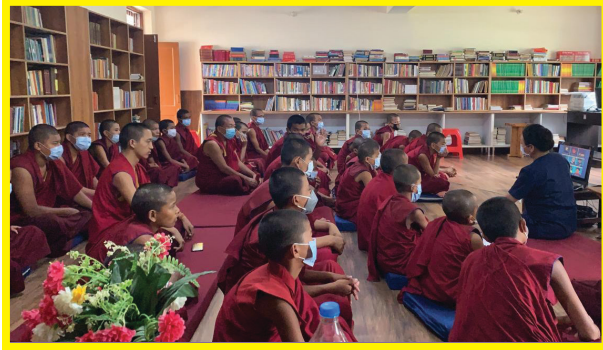
	སྐྱུག་ཁབ་མིང།	ཐུན་ ༡ བོ་ཐོབ་ མཁུ་གྲངས།	ཐུན་ ༢ བོ་ཐོབ་མཁུ་གྲངས།
རྒྱ་གར།	Covisheild, Covaxin	21,007	28,726
བལ་ཡུལ།	Covisheild	831	ཐུན་ ༢ བོ་ཐོབ་བཞིན་པ།
	Johnson & Johnson	2039 (ཐེངས་གཅིག་ས་གཏོགས་རྒྱག་དགོས་མེད།)	

**རྩ་དྲུག་ལས་དོན་ཚོགས་ཚུང་གི་བདུན་ཉེ་སྟུན་འཛོམས།**



ཟླ་ ༥ ཚེས་ ༢༧ ཉིན་བོད་མིའི་སྐྱིབས་འཇུགས་ཏོག་དབྱིབས་གཉན་རིམས་  
ལས་དོན་ཚོགས་ཚུང་གི་བདུན་ཉེ་སྟུན་འཛོམས་འདུའི་ནང་དུ། ད་རེས་བྱ་ཐོག་ཚོགས་  
འདུའི་བརྒྱུད་ནས་སྐོབ་བྲལ་གྱི་ཁག་གི་འགོ་འཛིན་རྣམས་དང་། དགོན་སྡེ་གྲྭ་ཚང་  
ཁག་གི་ཕྱག་མཛོད་(སྤྱི་ཡོངས་འགན་འཛིན།)རྣམས་དང་སྟུན་དུ་འབྱུང་འབྱུར་ཏོག་  
དབྱིབས་གཉན་རིམས་ནང་རྒྱབ་སྐྱོར་གསུམ་པའི་སྐབས་སུ་ཕན་ཚུན་ཅེ་འཛིན་  
མཐུན་ཐོས་ཆོག་ཚུང་ཡོང་ཆེད་མོལ་བསྐུར་གནང་ཡོད་ལ། ཚོགས་ཚུང་  
ནས་ཁོང་རྣམས་ལ་བུར་བཀག་མཐུན་ཉེན་དང་། འབྲེལ་བྱུང་རྗེས་སྐྱེག་གཏོང་  
བ། རང་བ་སྐྱབས་འཛིན་བྱ་བའི་ཐབས། ཏོག་དབྱིབས་གཉན་རིམས་ལྷུབ་གདལ་  
འཕར་མ་འགོག་བྱེད་ཀྱི་གྲྭ་སྐྱིག་སྐོར་གནས་ཚུལ་སྐྱུན་བསྐྱར་ལུས་གནང་ཡོད།

**ཏེ་ལོ་ཡུར་བཅུན་དགོན་དང་ལ་ལུ་དགོན་པར་སྐོར་སྐྱོད།**



༢༠༢༡ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༡༥ ཉིན་སྐྱུན་པ་བཅོམ་འགྲུས་སྐོར་ལས་སྐྱེ་ཁྲིད་དེ་རྟ་ས་ནས་  
སྤྱི་ལེ་ ༤༠ ཙམ་གྱི་རྒྱང་ཐག་ཏེ་ལོ་ཡུར་ས་གནས་སུ་ཆགས་པའི་ཀམ་སྐུབ་  
བརྒྱུད་དར་རྒྱས་སྤོང་བཅུན་དགོན་དང་། དེ་ནས་ཉིན་རྒྱབ་དེའི་ཉེ་འགྲམ་གྱི་  
དཔལ་ལྷན་ལ་ལུ་དགོན་པའི་དགེ་འདུན་པ་དང་ལས་བྱེད་བཅས་དགོན་པ་སོ་  
སོར་དུང་བྱངས་སྐྱུན་ཞབས་བཟུང་འཛིན་བའི་ཆེན་ལགས་དང་སྐྱུན་ཞབས་པ་  
བསྐྱུན་འཛིན་མཁུ་འཕྲོ་ལགས་རྣམ་གཉིས་ཀྱིས་ཏོག་དབྱིབས་ ༡༧ གཉན་  
རིམས་སྒྲོན་འགོག་དང་སྐྱུན་བཙུན་སོགས་གནས་སྐབས་སྤྱིའི་སྐོར་དང་།  
དམིགས་བསལ་ན་ཚོད་ཆཀ་གཞིན་གང་ཡང་རྒྱ་ཉེན་གང་ཅུང་གིས་མིད་པ་  
འགག་བའི་གནས་སྐབས་ (Choking) དེ་ཉིད་བསལ་ཐབས་སོགས་འཛོམས་  
བསྐྱེན་རྒྱུན་ཤེས་སྐོར་གཏམ་བཤད་དང་སྐྱབས་ལག་ལེན་མིག་སྒྲིབ་གནང་ཡོད།

**ལུས་སེམས་རྣམས་གསོ་དང་རྗེས་གཅོད་གསོལ་སྐྱུན་ལུལ།**

༢༠༢༡ ཟླ་ ༤ ཚེས་ ༡༥-༡༦ ཉིན་གཉིས་རིང་ཏེ་ལོ་ཡུར་བཅུན་དགོན་གྱི་བཅུན་  
མ་དང་ལས་བྱེད་གྲངས་ ༤༤ དང་། དེ་བཞིན་ལ་ལུ་དགོན་པའི་དགེ་འདུན་དང་  
ལས་བྱེད་གྲངས་ ༡༠ བཅས་ཁྲིན་ནད་པ་ ༥༤ ལ་སྐྱུན་པ་བཅོམ་འགྲུས་སྐོར་  
ལས་གསོ་རིག་བརྟག་དབྱུང་སྐྱུན་བཙུན་ལུས་ཡོད་ལ་སྐྱུན་རིན་ཉེ་བྱེད་བཅག་  
ཡིན། དེའི་ནང་ནས་དམིགས་བསལ་ལོ་ན་བཙུན་མཁུ་གྱི་བཅུན་མ་ ༢༡  
ཡོད་པ་རྣམས་ལ་གསོ་རིག་ལུས་སེམས་རྣམས་གསོའི་གསོལ་སྐྱུན་ལུལ་ཡོད་  
ལ། དེ་གའི་བཅུན་དགོན་དུ་དེ་སྔ་ཏོག་ནད་སོག་སྐྱེ་བྱུང་བྱིན་པ་བཅུན་  
མ་ ༢༤ ཡོད་པའི་ནད་ནས་འགའ་ཞིག་དུང་ཡང་ལུས་ཁམས་མི་བདེ་བའི་  
དཀའ་ངལ་སུ་མཐུད་ཡོད་པ་རྣམས་ལ་ནད་གཞི་སྤྱི་ཡང་ལ་གཞིགས་ཏེ་ཏོག་  
དབྱིབས་གཉན་རིམས་རྗེས་གཅོད་ཉེར་མཁོའི་གསོལ་སྐྱུན་ཡང་ལུལ་ཡོད།





མོན་ཕྱིན་པ། ཉན་པའི་སྐྱོན་མོ་རྒྱས་བསྐྱུས། དངུལ་རྒྱ་མཚན་པའི་ཞལ་འདེབས་བྱུང་  
བའི་སྐོར་བཅས་དགོང་རྒྱ་དང་། གཉིས་པ་གཅུས་དཀྱིས་ཅན་གྱི་དེབ་གཟུགས་ནང་  
དུ་སྐྱེན་བཅོས་སྐྱོན་མོའི་བརྒྱུད་ནང་པའི་སྐོར་གནས་ཚུལ་ཞིབ་མཐོན་མཁོ་སྤོང་བྱ་རྒྱུ་རེད།

### ཞལ་འདེབས་འབོད་རྒྱལ།

སྐྱེན་ཚུལ་ཁང་གིས་དུས་ལུན་རིང་མོ་ནས་གཤམ་གསལ་ལ་བཞིན། རྒྱུ་ཚོགས་  
འཕྲོད་བསྟེན་ཞལ་འདེབས་ཚུལ་དུ་དགོས་མཁོ་ཅན་ལ་སྐྱེན་ཕྱིན་དང་ལྷུང་  
ཆག་སོགས་བཏང་དང་གཏོང་བཞིན་པ་ཡིན། འདི་ལ་རྒྱལ་སྐོར་མཚོན་ཕྱིད་མང་  
ཚོགས་ནས་ཞལ་འདེབས་འབྲུལ་བར་འབོད་སྐུལ་བྱ་རྒྱུ་ཡིན།

- ལོ་ན་ ༥༥ ཡན་དང་། ཉམ་ཐག བོད་ནས་གསར་འབྱོར། གཉན་ནང་རེག་  
དུག་ནང་པ། མི་ལཱ་ལས་ཕྱེད་སོགས་ལ་སྐྱེན་ཕྱིན་ཆ་ཚང་དང་།
- རྫོང་ཕྱུག་དང་། གྲ་བཅུ་ན། མཚེན་ནང་དུག་ཐབས། འབྲས་ནད། རྫོ་གཅོང་  
ནད་པ་སོགས་ལ་སྐྱེན་ཕྱིན་ཕྱིད་ཆག
- འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཁུངས་ཀྱི་སྐྱེན་བཅོས་ལྟ་སྤྱོད་སྐྱེན་དོད། (90%)
- ཏོག་དབྱེབས་ 98 གཉན་རིམས་དུས་སྐབས་ལུས་སེམས་གསོ་ཕྱིད་  
གསོལ་སྐྱེན་རིན་མེད་བསོ་འབྲེམ། (སྐྱེན་ཚུལ་ཁང་གི་ 1/3)
- ཏོག་དབྱེབས་ 98 གཉན་རིམས་ནད་པ་རྣམས་ལ་སེང་དུག་མ་ཕྱིན་བར་དུ་  
སྐྱེན་ཕྱིན།
- ལྷུང་རྒྱུད་རྒྱངས་འཁོར་ (Ambulance) ནས་ནད་པ་འོར་འདྲེན་སྐབས་ཀྱི་  
འགོ་བོན། (སྐྱེན་རིན་ཁ་ལོ་འདེབས་ཆ། བཅོ་བཅོས་སོགས།)
- ཏོག་དབྱེབས་ 98 གཉན་རིམས་ནད་པར་རིན་མེད་ཞལ་ལག་གཏོང་བ།  
(རྫ་སའི་ལུལ་གྱི་ཕྱི་མ་རྫོང་བུར་བཀག་ནད་པའི་ཆེད།)
- ལོ་ན་ ༩ མན་ཆད་ཕྱིས་པ་དང་རྒྱུད་མ་རྣམས་ལ་གསོ་རིག་ལུས་སེམས་  
རུས་གསོལ་གསོལ་སྐྱེན་རིན་མེད་སྐྱེན་ཕྱིན།
- ཏོག་དབྱེབས་ 98 གཉན་རིམས་ནད་པ་དངོས་ལ་བརྟུག་དབྱུང་སྐབས་  
ཚེར་སྤང་ཡོ་ཆས་ (PPE Kits) ལ་སོགས་པའི་ཆེད་དུ་ཡིན།

ཚོམ་རྒྱིག་པ། སྐྱེན་རམས་པ་ཉི་མ་ཚོ་རིང་།  
གམ་ཕུ་གར་རྒྱས་འགོད་པ། ལྷ་མོ་རྒྱུད་འཛོམས།  
© : Men-Tsee-Khang, Dharamsala  
Publisher : Documentation & Publication Department  
Men-Tsee-Khang, P. O. Dharamsala  
-176 215 Himachal Pradesh (INDIA)  
Tel : +91-1892-223222/223113  
Email : docpub@men-tsee-khang.org  
Website : www.men-tsee-khang.org  
www.mentsee.org  
www.men-tsee-khang-cn.org  
www.men-tsee-khang-exports.org

### དངུལ་རྒྱ་མཚན་པའི་ཞལ་འདེབས་འབྱོར་བ།

ཕྱི་ལོ་ ༢༠༢༡ ཟླ་ ༧ ནང་ནད་ལམས་འགོག་སྤུང་དང་འབྲེལ་བའི་དངོས་ཤོག་གཉན་  
མཁན་གཤམ་གསལ་སྐྱིན་བཏང་ག་རྣམས་ལ་སྤྱིང་ཐག་པ་ནས་ཐུགས་ཤེ་ཆེ་བྱ།

<p><b>རྒྱལ་སྐྱིན་པའི་མཐུན་ཚོགས་ནས།</b> Oxygen Cylinders གངས་ 41 Oxygen Concentrators གངས་ 31 N95 ཁ་རས་གངས་ 3001 དུག་སེལ་ གཤེར་ལྷ (100 ml) གངས་ 9001</p>	<p><b>དང་སྤངས་སྐྱེན་ཞབས་པ་རྣམས་ཀྱིས།</b> རྒྱུར་བཀག་ཁ་རྒྱུན་གངས་ 41 བཞིན་རས་ འགོབས་སྤང་ཡོ་ཆས་གངས་ 41 རྟེ་ལེལ་ གངས་ 41 N95 ཁ་རས་གངས་ 941 ལག་ ཤུབས་ཤོག་སྐྱེན་ 21 Pulse Oximeter གངས་ 91 Nasal Prong Oxygen Tubing གངས་ 941 Non-rebreather ཁ་རས་ གངས་ 901 Alcohol Swabs སྐྱེན་ 11</p>
<p><b>Dr. Ajay Jani, Ahmedabad ནས།</b> དུག་སེལ་གཤེར་ལྷ་ལི་ཏར་ 41 ཟེགས་ འཛོར་འབྲུལ་ཆས་ 91 Disinfect Nano Spray གངས་ 31</p>	<p><b>Hemant Vyas, Ahmedabad ནས།</b> དུག་སེལ་གཤེར་ལྷ་ལི་ཏར་ 41 ལ་ལ་ གཅོང་སེལ་ལི་ཏར་ 41 ཕྱི་དོས་མཐུགས་ པོ་གཅོང་སེལ་ལི་ཏར་ 41</p>
<p><b>ཤི་འོར་གཞིས་ཚལ་པ་ལས་ཁུངས་ནས།</b> Oximeter གངས་ 91 གཤམ་གསལ་བཅོས་ ཁ་རས་གངས་ 401</p>	<p><b>དྲི་ལོང་དབྱུང་ Youth Hostel ནས།</b> གཏོང་རས་གངས་ 391</p>
<p><b>མེན་པ་ལ་གཞིས་ཚལ་པ་ལས་ཁུངས་ནས།</b> གཏོང་རས་གངས་ 441</p>	

**ཞལ་འདེབས་འབྲུལ་ལུལ་དངུལ་ཁང་ཚུལ་བྲ།**  
**BANK ACCOUNT FOR DONATION:**  
**ཕྱི་ལོ་རྒྱལ་ཁབ་ཁག་ནས་ཞལ་འདེབས་འབྲུལ་པ།**  
**FOR INTERNATIONAL DONATIONS (FCRA)**  
 Beneficiary : Men Tsee Khang Tibetan  
 Medical and Astro. Institute  
 Account : 39994946435  
 IFSC Code : SBIN0000691  
 Swift Code : SBININBB104  
 Bank : State Bank of India, New Delhi

**རྒྱ་གར་ནས་ཞལ་འདེབས་འབྲུལ་པ།**  
**FOR DONATIONS IN INDIA**  
 Beneficiary : Men Tsee Khang (MEET)  
 Account : 20590110034132  
 IFSC Code : UCBA0002059  
 Bank : UCO Bank, Dharamsala

རྒྱ་ཐོག་ནས་ཞལ་འདེབས་འབྲུལ་བ་  
 QR ལ་ Scan གནང་།

