

༄༅། བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ལྷན་ཚོགས།

བོད་རྒྱལ་ལོ། ༢༡༩༡། གྱི་ལོ། ༢༠༢༠ ལྷ་༥ ཚེས། ༢༠

ཡིག་ཨང་། ང། ༤ ཀོ་མེ་ཏ། ༢་་་ ༢༠༢༠་་་ ༢༡



གཉན་རིམས་ཀོ་མེ་ཏ་༡༤ བད་གཞི་གསོ་བཅོས་དང་འབྲེལ་བའི་ཅུ་འཛིན་ལམ་སྟོན།

དང་པོ། དམིགས་ལུལ།

- ༡༡ དེང་དུས་འཛམ་གླིང་ལུལ་གྲུ་གང་སར་གཉན་རིམས་ཀོ་མེ་ཏ་༡༤ བད་གཞི་བྱུང་བདེ་ལ་འགྲོ་བཞིན་པའི་ཇོ་བོ་གསོ་བཅོས་སྐྱབས་འདེམ་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ཐོག་ནས་སྤོང་བཅོས་ཀྱི་ཞབས་འདེགས་བསྐྱབ་རྒྱུར་དམིགས་བ་དང་།
- ༡༢ གཉན་རིམས་འདིའི་སྤོང་བཅོས་ཀྱི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་གསོ་བ་རིག་པའི་སྤོང་བ་རྣམས་ནས་གསོ་རིག་གཞུང་ལུགས་དང་མཐུན་པ་ཚད་ལྡན་སྤོང་བཅོས་ཡོང་རྒྱུར་དམིགས་བ།
- ༡༣ ཅི་སྟེ་ནད་ཡམས་འདི་རྒྱལ་ཁབ་དང་གནས་ལུལ་སོ་སོར་ཇོ་བོ་གསོ་བཅོས་སྐྱབས་ཚགས་ཆེ་ནད་ཅན་ (positive) ཡིན་ཡང་ནད་ཉགས་མངོན་ཚུལ་མི་གསལ་བ་ (Positive with Asymptomatic cases) དང་། བད་ཅན་ཡིན་ཡང་ནད་ཉགས་དང་ནད་གཞི་ཡང་བའི་རིགས་ལ་ (positive with mild cases) གཞུང་འབྲེལ་སྲིད་བྱུས་ལམ་སྟོན་དང་ལྷན་ཚོགས་ཀྱི་ཅུ་འཛིན་ཡིག་ཆ་དང་མཐུན་པར་སྤོང་བཅོས་ལག་བསྟར་ཡོང་རྒྱུར་དམིགས་བ།
- ༡༤ གཞན་ཡང་ནད་ཡམས་འདི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་བྱུང་བདེ་ལ་ཆེ་ཆེར་སོང་ནས་ཇོ་བོ་གསོ་བཅོས་སྐྱབས་ཚགས་ཅིང་ནད་བ་རྣམས་གཞུང་གིས་དམིགས་འཇུགས་ཀོ་མེ་ཏ་གསོ་སྐྱོང་ཁང་ (COVID CARE CENTRE) དུ་འཛོག་ལུལ་མེད་ཅིང་རང་བྱིས་དུ་གསོ་སྐྱོང་བྱ་དགོས་པའི་གནས་སྐྱབས་ཚགས་ཆེ་གསོ་བ་རིག་པའི་སྤོང་བ་

ནམས་ནས་ལམ་སྟོན་འདི་གཞི་རྩར་འཛིན་ནས་སྤྲོད་བཅོས་ནམས་ཚུལ་དང་ལྡན་པ་ཡོང་རྒྱུ་ཆེད་དུ་
དམིགས་པ་དང་།

༡༥ གནས་ལུལ་རྒྱལ་ཁབ་སོ་སོའི་གཞུང་ཁྲིམས་ནས་གཉན་རིམས་འདིར་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྤྲོད་བཅོས་
ཀྱི་གོ་སྐབས་དང་བཀའ་འཁོལ་ཐོབ་ཆེ་གསོ་རིག་སྤྲོད་པ་ནམས་ནས་ལམ་སྟོན་རྩ་འཛིན་འདི་གཞི་རྩར་བརྩུང་
ནས་སྤྲོད་བཅོས་ལག་བསྟར་ཡོང་རྒྱུར་དམིགས་པ་ཡིན།།

གཉིས་པ། ཆ་རྒྱུན།

༡༡ སྤྲོད་བཅོས་ཆ་རྒྱུན།

སྤྲོད་བཅོས་ལ་ཞུགས་མཁན་སྤྲོད་པ་ནམས་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྤྲོད་བཅོས་འོག་དེབ་སྐྱེལ་ཡོད་པའི་སྤྲོད་བཅོས་ཞིག་
ཡིན་དགོས། གཞན་ཡང་སྤྲོད་པ་རང་ཉིད་ལོ་ན་༦༥ ལས་མ་བཟུལ་བ་དགོས་པ་དང་། རྒྱུན་དུ་ཁྲག་ཤེད་དང་གཅིན་སྟོ།
འབྲས་ནད་སོགས་ནད་གཞི་ལྗེ་བའི་རིགས་མེད་ཅིང་གཟུགས་གཞི་བདེ་ཐང་ཅན་ཞིག་ཡིན་དགོས།
སྤྲོད་བཅོས་དངོས་གཞིར་འཇུག་སྐབས་འཇོམ་སྒྲིང་འཕྲོད་བསྟེན་སྟོན་ཁང་གི་ལམ་སྟོན་སྒྲི་དང་རང་ལུགས་གསོ་རིག་
གཞུང་ནང་གསལ་བ་ལྟར་སྤྲོད་པ་དང་སྤྲོད་ཞབས་བཅས་རང་ཉིད་སྲུང་སྐྱོབ་ཀྱི་ཆ་རྒྱུན་ནམས་ངེས་པར་ཚང་དགོས་པ་
ཡིན།

༡༢ རན་བཅོས་ཆ་རྒྱུན།

རན་བཅོས་ཆ་རྒྱུན་ནི་གཉན་རིམས་ཀོ་མི་༧༡༩ རན་གཞི་ཡང་བའི་རིགས་ཉེ་ནད་ཉུགས་མངོན་ཚུལ་མ་ཐོན་གོང་གི་ནད་
པ་དང་། (Presymptomatic) རན་ཉུགས་མི་མངོན་པའི་ནད་པ། (Asymptomatic) རན་ཉུགས་ནམས་གསལ་སོ་ཐོན་
བའི་ནད་པ་ (Symptomatic) བཅས་དགོས། རན་པ་ལོ་ན་བཞེས་པ་དང་བྱིས་པ། སྐྱམ་མ་ནམས་ལ་སྤྲོད་བཅོས་བྱ་
དགོས་བྱུང་ཆེ་ངེས་པར་དུ་ཡིད་གཟབ་གནང་དགོས་པ་དང་། རན་གཞི་ལྗེ་བའི་རིགས་དང་ཇོ་ཏུག་ཚབས་ཆེའི་རིགས་
(moderate & severe cases) རམས་ལ་གནས་ལུལ་གཞུང་གི་ཁྲིམས་ནས་དམིགས་པས་ལ་ཚོག་མཚན་མེད་པར་
སྤྲོད་བཅོས་གནང་ཐལ་མེད་པ་དགོས་རྒྱུ།

གསུམ་པ། སློན་བཅོས་དངོས།

༣༡ རོག་མར་སྐྱེ་རིམ་མམ་མ་སློན་པའི་དུས།

རོག་མར་སྐྱེ་རིམ་མམ་མ་སློན་པའི་དུས་སུ་སློན། འབྲུལ་ཐང་༡༢ ། རོར་བུ་བདུན་ཐང། གཉན་ཐང་༡༥ ། རྣམ་རྒྱལ་
ཐང་ནག་བཅས་ནད་པའི་ཁམས་དང་གནས་སྟངས་བསྟུན་གཏང་རྒྱ། འདིའི་དུས་སུ་རྫོད་བཅོས་གནང་རྒྱ་གལ་ཆེ།

༣༢ བར་དུ་གཉན་ཚད་རྒྱས་པའི་དུས།

བར་དུ་གཉན་ཚད་རྒྱས་པའི་དུས་སུ་སློན། ཏྲ་བཟེ་དམར་པོ། གཙོ་ལྷུང། གཙོ་༩ བདུན་ཐང། སློ་ཚད་ཀུན་སེལ། སློ་ལོ་
༧ ཐང་ཕྱར་ནག་ཐང་གིས་ཏྲ་བྱེད་ནས་གཏང་བ། བོང་དཀར་༡༣ གཙོ་བརྒྱད་གཡུ་རིལ་མ། ལྷུང་ལྷ། སྤང་ཅི་༡༢
བཅས་གཉན་ཚད་སྤྱི་འོས་སློན་དང། རྩེ་བྲག་ལྷ་གཉན་གྱི་ཚུལ་དུ་དོན་སྟོང་སོ་སོར་བབ་ཆེ་རང་རང་གི་གཉན་པོ་བསྟེན་
དགོས་པ་སྟེ། སྤྱིང་དང་སློག་ཅར་བེ་མ་ལ། ཨ་གར་༩ འབྲོང་ཅེ་ཨར་བརྒྱད། སློ་བར་འབྲུགས་སློ་ཀུན་སེལ། སློ་ཚད་
ཀུན་སེལ། སྤང་རྒྱན་༡༥ ཏྲ་གང་༢༥ གཙོ་བོ་༢༥ ག་དུར་༢༥ བདུན་ཅི་འཆི་གསོས། མཆིན་པར་རྩི་མམ་༥ ལྷུང་ལྷ།
ལྷ་འོད་མཆིན་བརྒྱད་ཆེན་མོ། མན་བསེལ། རྣམ་སེར། མཁལ་མར་ཨ་རུ་༡༠ ལྷུང་ལྷ། འབའ་སམ། སྤང་བར་སུ་ཉིག་
༢༥ ལྷ་མེད་༢༥ མོ་བར་ལྷ་ཤེལ་༣༥ གཡུ་ལྷུང་དཀར་བསྟུན། རྒྱ་མར་གསེར་མདོག་༥ ལྷུང་ལྷ། བྲག་ལྷུང། གསེར་
མདོག་༡༡ ཅ་རྒྱས་ལ་བསམ་འོར། བྱང་ཚོས་༣༥ ག་སམགས་ལ་བྱེར་ན་དགའ་བ་ ༡༦ བེ་ལ། གུར་ལྷུང་ཕྱག་དོར་
བཅས་གཉོང་དགོས་པ་ཡིན། གཉན་སློ་འོན་ཞིང་ཕྱས་ལུངས་སློན་མེད་ཡིན་ན་གཉན་སློང་དག་པོ་༡༣ སོགས་གྱིས་
ལེགས་པར་སློངས་དགོས། འདིའི་དུས་སུ་བསེལ་སར་དལ་སྟོང་དང་བས་སློམ་དཀར་མངར་དམར་སྐྱུར་རྣམས་དེས་
བར་དུ་འཛེམ་དགོས་པ་ཡིན།

༣༣ མཐའ་མར་ཐོར་བུའི་རྒྱང་སྐྱ་ལེན་པའི་དུས།

མཐའ་མར་ཐོར་བུའི་རྒྱང་སྐྱ་ལེན་པའི་དུས་སུ་གཉན་པོའི་རྒྱང་སྐྱ་གཙོ་བོ་ཨ་གར་༣༥ དང་སློང་ཨར་བརྒྱད། ཨ་གར་
༡༥ བསེལ་བརྒྱད་༡༥ བསྟེན་དགོས། ལྷག་པར་དུ་རྒྱང་སྐྱ་སྐྱོན་པའི་སྤྱིར་སྤྱེ་འོང་སོགས་དུས་ཐང་དང་ཁ་བས་སྐྱུམ་

བཅུད་ལྡན་པ་བསྟེན་དགོས། ཟུངས་སྟོབས་གསོ་བྱིང་དུགས་དང་བསྐྱེ་མཉེ་སྦྱུང་བྱུགས་རྣམས་ལེགས་པར་བསྟེན་
དགོས།

གཞན་ཡང་མགོ་ཡུར་འཁོར་ན་ཤིང་ཀུན་༤ དང་གཉིད་ཡེར་ན་གཉིད་ལུག་༣ ཐང་། དངས་ག་འགགས་པ་དང་སྐྱུག་
ལྡང་བྱེད་ན་ཤིང་མངར་༦ བཅས་གང་ལ་གང་དགོས་བསྟེན་དགོས།

བཞི་པ། སྟོབ་སྟོན་ཚོགས་མི།

སྟོབ་སྟོན་ཚོགས་མི་ནི་གསོ་བ་རིག་པའི་སྟོན་པ་གང་ཞིག་ནད་པར་དངོས་སུ་སྟོན་བཅོས་བྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་
སྟོབ་སྟོན་ལྷུ་དགོས་བྱུང་ཆེ་གཤམ་གསལ་སྟོབ་སྟོན་ཚོགས་མི་ལྟ་གཏན་འཁེལ་ལྷུ་ས།

- ༡། ལས་བཅར་སྟོན་པ་ཆེ་དབང་ཉ་མགྲིན།
- ༢། སྟོབ་དཔོན་ཆེན་མོ་རག་དོ་སྟོ་བཟང་བསྟན་འཛིན།
- ༣། སྟོན་རམས་པ་དོ་རྗེ་རབ་བཏན་གནས་ཤམ།
- ༤། སྟོན་རམས་པ་རྣམ་རྒྱལ་བྱུ་གསལ།
- ༥། སྟོན་དགེ་བྱམས་པ་མཁས་གྲུབ།

ལྷུ་ལ། འགོངས་ཤོག་ཁག

- ༥༡ སྟོན་བཅོས་འགན་ལེན་འགོངས་ཤོག
- ༥༢ སྟོན་བཅོས་པན་བསྐྱེད་འགོངས་ཤོག

བྱུག་པ། དམིགས་བསལ་བྱུགས་སྟང་།

- ༦༡ ལམ་སྟོན་འདི་གཙོ་བོ་གསོ་བ་རིག་པའི་སྟོན་པ་རྣམས་ལ་དམིགས་པ་ཡིན། སྟོན་པའི་ལམ་སྟོན་མེད་པར་
གོང་གསལ་སྟོན་རྣམས་བསྟེན་མི་ཚོག
- ༦༢ ལམ་སྟོན་ནང་གསལ་ནད་པའི་ཆ་རྒྱུན་ཚང་ཡང་ནད་པ་རང་ཉིད་ནས་གསོ་བ་རིག་པའི་སྟོན་བཅོས་བསྟེན་
རྒྱུའི་འདོད་མོས་མེད་ཆེ་སྟོན་བཅོས་རིགས་བྱེད་མི་ཚོག

༤༣ བད་པར་སྐྱོན་བཅོས་བྱེད་པའི་སྐྱབས་ཇོ་བཤག་གནས་སྤངས་ ༼དབུགས་འཕྲིན་རྒྱལ་བྱེད་མ་སྐབ་པ་ལྟ་བུ་༽ ལྷན་
ཆེ་དུས་འགྲངས་མ་སོང་བར་བྱི་ལུགས་སྐྱོན་ཁང་ལ་བསྟེན་གཏུག་དགོས་པའི་ལམ་སྟོན་དང་རྒྱུས་བཀོད་
གནང་དགོས།

༤༤ བད་པར་སྐྱོན་བཅོས་སྐྱབས་འགན་ལེན་འགྲོངས་ཤོག་དང་ཕན་བསྐྱེད་འགྲོངས་ཤོག་གཉིས་ངེས་པར་བཀའ་
དགོས་པའི་ལམ་སྟོན་གནང་དགོས།

༤༥ སྐྱོན་བཅོས་དངོས་གཞིའི་སྐྱབས་ནད་པའི་མཚོ་གཞུང་མ་དེབ་དང་། བད་པ་སོ་སོའི་ནད་གཞི་ངོས་འཛིན་
དང་བཅོས་བསྐྱེད་ཡིག་ཆ་རྣམས་ངེས་པར་དུ་ཉར་འཛོག་གནང་དགོས།

༤༦ གསོ་རིག་སྐྱོན་གྱིས་གཉན་རིམས་ཀོ་མེཎ་༡༩ ལ་སྐྱོན་བཅོས་སྐབ་གི་ཡོད་ཅེས་ཆག་ཤོག་དང་བྱ་བྱ། ལྷན་
འཕྲིན་དང་བརྟན་འཕྲིན་གཙོ་སྤྱི་ཚོགས་བྱ་བའི་ནད་བསྐྱབས་གཏམ་སྤེལ་མི་ཚོག་འདི་ནི་ཁྱིམས་འགལ་གྱི་
བྱ་སྐྱོད་ཞིག་ཡིན་ཞིང་སྐྱོན་པའི་དེབ་སྤེལ་ལག་འཁྲུང་ཡང་བྱིར་བསྐྱེད་བྱེད་མི་དག་པེས་པར་གཟབ་ནན་
གནང་དགོས།

༤༧ སྐྱོན་བཅོས་སྐྱབས་གནས་ལུལ་རྒྱལ་ཁབ་དང་ས་གནས་མངའ་གཞུང་གི་ཁྱིམས་སྤྱི་ག་བཀོད་ཁྱབ་དང་སྐྱོན་
བཅོས་ལམ་སྟོན་ལ་ངེས་པར་དུ་བཅི་སྤྱད་དང་ལེན་གནང་དགོས་པ་ཡིན།

ཅ་འཛིན་ལམ་སྟོན་འདི་བཞིན་གཤམ་གསལ་ཚོགས་ལྷན་གི་ཚོགས་མི་རྣམས་ནས་གོས་བསྐྱར་གཏུན་འབེབས་ཞུས་པ་
ཞིག་ཡིན།

- ༡ ལ་རྒྱལ་པའི་སྐྱེ་བཅར་སྐྱོན་པ་ཆེ་དབང་རྟམ་གྱིན།
- ༢ སྐྱོབ་དཔོན་ཆེན་མོ་རག་དོ་སྐྱོ་བཟང་བསྟན་འཛིན།
- ༣ སྐྱོན་རམས་པ་དོ་ཇི་རབ་བརྟན་གནས་ཤམ།
- ༤ སྐྱོན་རམས་པ་རྣམ་རྒྱལ་ཞུ་གསམ།
- ༥ སྐྱོན་རམས་པ་ཆེ་རིང་ཐག་གཅོད་དུང་འཚོ།
- ༦ སྐྱོན་རམས་པ་འཕྲིན་ལས་གཡང་འབྱོར།
- ༧ སྐྱོན་པ་ཐོགས་མེད།

༩། ལྷན་པ་བསྟན་འཛིན་ནམ་གྲོལ།

༩། ལྷན་པ་རབ་དགལ།

༡༠། ལྷན་པ་ཆེ་རིང་མཚམས་གཙོད།

གོང་གསལ་རྩ་འཛིན་འདིས་གོ་མེད་ཀྱི་ལོད་ཅེས་བརྗོད་གསལ་མེད་པ་དེ་དོན་ནན་གསལ་ལྷ།
