

**ཕྱི་ལོ་༢༠༢༠ ལྷ་པོ་ཚེས་༧ ཉིན་བོད་མིའི་སློབ་འཛུགས་འཕོང་བསྐྱེད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་སྤྱོད་པ་ COVID-19
ལས་དོན་ཚོགས་ཚུང་གི་གསར་འགོད་གསལ་བསྒྲགས་ཐེངས་དྲུག་པ།**

གསལ་བསྒྲགས་ཁྱེད་མཁན་ཚོགས་ཚུང་གི་གསར་འགོད་འབྲེལ་མཐུད་པ་བོད་ལྷན་སྐྱོད་པ་ཚོ་རིང་མཚམས་
གཙོད་དང་ལས་དོན་ཚོགས་ཚུང་གི་ཚོགས་མི་སྤྱི་ལྷན་སྐྱོད་པ་བསྐྱེད་འཛིན་རྣམ་གྲོལ་ཡིན།

ད་ལན་གསར་འགོད་གསལ་བསྒྲགས་ཐེངས་དྲུག་པའི་ཐོག་གཙོ་བོ་དོན་ཚན་ལྔའི་ཐོག་ལྷན་སྐྱོད་གཤམ་གསལ།

༡ འཛམ་གླིང་སྤྱི་ལོངས་ལ་ད་ལྟའི་COVID-19 གྲངས་ཐོའི་གནས་སྟངས། (Source: WHO – 07/04/2020-4pm)

ཁྱོན་ནད་མནར་ནད་པ་གྲངས། 3634172 (ས་ཡ་གསུམ་དང་དྲུག་འབྲུམ་སུམ་ཁྲི་བཞི་སྟོང་བརྒྱ་དང་བདུན་ཅུ་དོན་གཉིས།)

ནད་པ་འདས་གྲོངས་སོང་བའི་གྲངས། 251446 (ཉི་འབུམ་ལྔ་ཁྲི་ཆིག་སྟོང་བཞི་བརྒྱ་ཞེ་དྲུག)

ཁྱོན་རྒྱལ་ཁབ་གྲངས། 215

༢། རྒྱ་གར་ནང་། (Source: Ministry of Health & Family Welfare – 07/05/2020 - 4pm)

རྒྱ་གར་ནད་མནར་ནད་པ་གྲངས། 35902 Active

ནད་པ་འདས་གྲོངས་སོང་བའི་གྲངས། 1783

ནད་པ་དྲུག་བསྐྱེད་བྱུང་བའི་གྲངས། 15267

རྒྱ་གར་ནང་ཉེན་ཚབས་ཆེ་བའི་མངའ་སྡེ། (Maharastra, Gujrat, Delhi, Tamil Nadu, Rajasthan)

(Delhi-5532, Karnataka –693, Himachal-45, Ladakh-41, Uttarkhand-61, Odisha-185)

བལ་ཡུལ་ནང་གནས་སྟངས། (Source:covidnepal.com)

བལ་ཡུལ་ནད་མནར་ནད་པ་གྲངས། 99

ནད་པ་འདས་གྲོངས་སོང་བའི་གྲངས། 0

ནད་པ་དྲུག་བསྐྱེད་བྱུང་བའི་གྲངས། 22

བྱུང་བཀག་གི་མཐུན་སྦྲེན་ཆེད་འགོ་འགོན་བོད་མིའི་སློབ་འཛུགས་ནས་གཏོང་རྒྱུ་ཡིན་པའི་གནས་ཚུལ་
ལྟུང་དེ་བཞིན་ས་གནས་ལ་ཇོ་དྲག་ཆགས་ཚོ་རྒྱ་གར་གི་མངའ་སྡེ་གཞུང་གི་མིག་འཛུགས་སྤྱན་ལང་
COVID Dedicated Hospital ལ་འབྲེལ་བ་ལྷུ་དགོས་ཀྱི་ཡོད་པས་ཇོ་དྲག་མ་ཆགས་གོང་སྡོན་ཚུད་
ནས་ས་གནས་སོ་སོའི་འགོ་འཛུགས་དང་འབྲེལ་ཡོད་ནས་འབྲེལ་བ་གནང་དགོས་ཅིས་ལམ་སྟོན་ལྷན་ཁུངས་པ་
བཞིན་ས་གནས་གྲགས་པ་ལྷན་པ་དངོས་སྤྱི་མངའ་གཞུང་གི་ཆེད་ལས་དང་གནད་ཡོད་རྣམས་ཕྱགས་ལྷན་
ལྷན་འདུག་པ་དང་ས་གནས་ཁག་ཅིག་ནང་འབྲེལ་བ་ལྷུང་བཀག་སྡོམ་ཆེ་བས་ཁ་པར་བརྒྱུད་ནས་འབྲེལ་
བ་གནང་ཐུབ་པ་བྱུང་འདུག་ལས་དོན་འདི་དང་འབྲེལ་རྒྱ་བལ་ས་གནས་སྤྱི་འཕྲོད་བརྟེན་ཚོགས་ཚུང་
དང་དེ་བཞིན་གཞིས་ཆགས་ཆེ་ལག་ཏུ་ན་གཞོན་དང་སྤངས་ཚོགས་ཚུང་འདུག་པ་ཚང་མས་ད་ཆ་འཁྲུང་
མཉམ་ལེན་ལྷུ་བཞིན་འདུག་པ་ཚོགས་ཚུང་ནས་ལེགས་སོ་ལྷུ་རྒྱ་ཡིན།

༢༥ རན་འགོག་སྤྱད་སྐྱོབ་ཡོ་བྱེད་ཀྱི་གནས་སྤངས།

རྒྱ་གར་ནང་གི་ས་གནས་གྲངས་ ༣༦ རན་འགོག་སྤྱད་སྐྱོབ་ཡོ་བྱེད་དང་དེ་བཞིན་རྒྱུ་དུ་སྡོན་འགོག་
ཆེད་ཁ་པར་དང་ལག་ལྷན་སོགས་གདེང་ངེས་བཞིན་པ་མཐོ་རྒྱུ་གནང་ཐུབ་པ་བྱུང་འདུག།

༢༦ མི་ཕྱགས་གོང་སྡོམ་ཚན་པ།

དེ་ཕྱི་གསལ་བསྐྱགས་བཏང་བ་བཞིན་ད་བར་ཁྱོན་སྤྱོད་ཞབས་གྲངས་ ༦༡ དང་ཁ་ལོ་པ་ ༡༢ བཅས་ཁྱོན་
མི་གྲངས་ ༧༧ ད་ལྟའི་ཇོ་དྲག་གི་དུས་ཚོད་འདིར་རང་རིགས་སྤྱི་ཚོགས་ནང་ཞབས་ཞུའི་ཆེད་མཇུག་
བསྐྱོད་གནང་བྱེད། དེའི་ནང་ནས་སྤྱོད་ཞབས་གྲངས་ ༥༩ དང་ཁ་ལོ་པ་གྲངས་ ༥ ད་ཆ་དངོས་སྤྱི་ལས་
བསྐོས་བྱེད་ནས་ཞབས་ཞུ་གྲུབ་བཞིན་ཡོད། གཞན་རྣམས་ད་ལྟའི་ཆར་ཇོ་དྲག་ཆེད་གནས་བཞུགས་ཡོད་
པ་ཡིན།

༢༧ གསར་འགོད་དང་སྡོན་འགོག་གོ་རྟོགས་ཚན་པ།

འདས་པའི་བདུན་ཕྱག་ཅིག་གི་ནང་ཚན་པ་འདི་ནས་བོད་ཀྱི་བརྟན་འཕེན་བརྒྱུད་ལམ་ནས་མི་མང་ལ་
ད་ལྟའི་ཐེམ་སྤང་ངམ་གྱིས་སྡོད་བཀག་རྒྱུའི་འོག་གནས་པའི་སྐབས་གྱིས་ཚང་ཆམ་མཐུན་ཐབས་ལམ་
ཐོག་ཆེད་ལས་སྐོབ་སྟོན་གནང་ཡོད་པ་དང་། དེ་བཞིན་དུས་སྐབས་འདིར་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཡོད་
པ་རྣམས་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་སྤོགས་ཐོག་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བརྟེན་ཆེད་ལས་པས་སྐོབ་གསོ་ལམ་སྟོན་
གནང་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད། གཞན་ཡང་ནད་འདུ་ལྷན་གདལ་སྡོན་འགོག་དང་COVID-19 རན་རྟོགས་
མངོན་ཚུལ་པར་རིས་གྲང་སྤྱད་དང་བརྟན་ཐུང་བཅས་མང་ཚོགས་ནས་མཁྱེན་རྟོགས་སྤང་འདོན་སྤེལ་
ལྷན་བྱེད།

གསུམ་པ། གསལ་བསྐྱགས་ལག

- ✓ རྒྱ་གར་དབུས་གཞུང་ནས་རྒྱལ་ནང་གི་མངའ་སྡེ་གང་དང་གང་ཇོ་དྲག་ཉེན་ཚབས་ཆེ་ཚུང་ལ་སློབ་པའི་
 ཚོན་མདོག་དམར་པོ་དང་ལི་ཕང་། ལྗང་ཁུ་བཅས་ Red Zone, Orange Zone, Green Zone
 གསུམ་དུ་སྤྱེ་ནས་ལམ་སློབ་ལག་གསལ་བསྐྱགས་གནང་ཡོད་ན་བོད་མི་རྣམས་སོ་སོའི་ས་གནས་ཚོན་སྡེ་
 གང་གི་ནང་དུ་ཚུད་ཀྱི་ཡོད་མེད་གཟེགས་ནས་དབུས་སའི་གཞུང་གིས་གཏན་འབེབས་ལམ་སློབ་བཀོད་
 རྩུབ་ལྟར་གནང་དགོས་པའི་རེ་སྐུལ་ལྟ།
- ✓ སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་ཆེད་ལས་པའི་འབྲེལ་ཡུལ་ཁ་བྱང་དེ་ [tibet.net/ tibetanhealth.org](http://tibet.net/tibetanhealth.org) དྲ་
 པའི་ཐོག་ཡོད་པས་ད་བར་མི་གྲངས་༡༤ རྣམ་སློབ་སློབ་ཁུལ་ཡོད་ཅིང་ད་དུང་ཡིན་ནས་བོད་མི་སྲུང་
 སེམས་ཁམས་དཀའ་ངལ་དང་འབྲེལ་བའི་སློབ་གསོ་ལམ་སློབ་ཁུ་དགོས་ཆགས་ཆེ་ཆེད་ལས་པ་ཁོང་
 རྣམས་ལ་འབྲེལ་བ་ལྷུ་རོགས་ཅིས་ལྟ།
- ✓ རྒྱ་བལ་གཞིས་ཆགས་དང་གནས་ལག་ནང་སྤྱི་མི་ཡོང་མཁན་མང་དུ་འགོ་བཞེན་པའི་གནས་སྐྱངས་ལ་
 འདི་ནས་ས་གནས་ཚང་མར་གཞིས་ཆགས་ཀྱི་སྤྲོད་ཁང་གཙོ་བོ་འདྲེ་འཛོམས་ཆེ་སའི་ས་ཁུལ་དུ་ནད་
 འབུལ་སེལ་ཆེད་དུག་སེལ་སྤྲོད་ཚུ་བྱ་སྤྲིད་དགོས་པའི་ལམ་སློབ་ཁུལ་ཡོད་པ་དང་འདི་ནས་ས་གནས་སོ་
 སོའི་གནས་སྐྱངས་ལ་གཞིགས་ནས་དུག་སེལ་སྤྲོད་ཁུ་དེ་ག་དུས་གང་དུ་རྒྱག་དགོས་ལམ་སློབ་གནང་བ་
 བཞིན་དགོས་པའི་གསལ་བསྐྱགས་ལྟ།

བཞི་པ། ཆེད་ལས་སྤྲོད་པའི་ལམ་སློབ།

སྤྱི་ལྷགས་སྤྲོད་ཀྱི་ཐོག་ནས་སྤྲོད་པ་བསྟན་འཛིན་རྣམ་གྲོན་ལགས་ནས་གཙོ་ནད་འགོག་སྲུང་སྤྱོད་དང་དབུས་སའི་
 འཛིན་དང་ལམ་སློབ་རྣམས་བཅི་སྲུང་གནང་དགོས་པ་གསུངས།

བོད་ལྷགས་གསོ་བ་རིག་པའི་ཐོག་ནས་ནད་འདིའི་སློབ་འགོག་ལ་ཕན་པའི་ཟས་སྤྱོད་ལམ་སློབ་དང་ལུས་སེམས་
 ལུས་གསོའི་ཕན་གྱི་ཕན་ལུས་ཐོག་ཚོགས་ཚུང་གི་སློབ་སློབ་པ་ལྷི་རྒྱལ་བའི་སྐྱུ་བཅར་སྤྲོད་པ་ཆེ་དབང་ཏྟ་མགོན་
 མཚོག་ནས་སློབ་སློབ་བརྟན་མུང་ཞིག་བཅོས་ཟེན་པ་དེ་སང་ཉེན་བོད་ཀྱི་བརྟན་འཕྲིན་བརྒྱུད་འདོན་སྤེལ་ལྷུ་རྒྱ་
 ཡིན།

ལྔ་པ། རེ་སྐུལ།

- ✓ རྣམ་ཡམས་འདི་ལྟབ་གདལ་སྡོན་འགོག་ཆེད་ང་ཚོའི་སྤྱི་ཚོགས་ནང་མི་དང་མིའི་དབར་གྱི་རྒྱུང་ཐག་ཉུང་
 མཐར་མི་ཤར་༡་་་་ ༢ བར་འཛོག་དགོས་པ་ད་ལན་སྤར་ཡང་རེ་སྐུལ་ནན་ཏན་ལྷུ་བཞིན་ཡོད།

- ✓ ང་ས་གཙོས་ས་གནས་ཁག་ཏུ་རང་བྱིམ་མམ་གཞིས་ཆགས་སུ་ཚུར་ལོག་པ་འཕམ་བྱི་མི་གཞན་གཞིས་ཆགས་དང་ས་གནས་ནང་དུ་འཇུག་སྐབས་ལོག་ཆེ་ལ་བྱ་སེམ་སེམ་སོ་སོའི་ནང་དུ་མ་འཇུག་པར་ཡིན་ཅིག་ཉེན་གངས་པོ་རེ་འང་བྱིམ་ཟུར་བཀག་ཐོག་བཞུགས་དགོས། དེ་དོན་བྱུང་ཁོངས་སོ་སོའི་ས་གནས་འགོ་འཛིན་ལ་འབྲེལ་བ་བྱ་དགོས་པ་དང་དྲ་རམ་ས་ལ་བྱུང་བྱི་ལས་བྱེད་རྣམས་དྲ་ས་དབུས་ལྗེ་ལོན་ཁང་གི་འགན་འཛིན་དང་འཕྲོད་བསྟེན་འབྲེལ་ཡོད་ལས་བྱེད་དུང་གཞོན་བསྟན་འཛིན་ཀུན་བཟང་ལགས་སུ་འབྲེལ་བ་གནང་དགོས་པའི་འབོད་སྐུལ་བྱ།
- ✓ བྱི་ཟླ་པ་ཚོས་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་གར་ནང་འགྲུལ་བཞུད་གང་མཚམས་སྒོ་བཙུགས་པས་མི་མང་པོ་འགྲུལ་བཞུད་བྱེད་བཞིན་ཡོད་པས་རང་རིགས་རྣམས་གལ་ཆེ་དོན་ཆེན་དང་ནད་མནར་ཇོ་དྲག་ཡིན་ན་ལས་དེ་མིན་བྱི་ལ་འགྲུལ་བཞུད་ངེས་པར་འཛེམ་རོགས་གནང་བྱ་རྒྱ་ཡིན།
- ✓ མཐའ་དོན་རང་རིགས་རྣམས་ནང་ཚོས་ཀྱི་རྒྱབ་རྟེན་ཡོད་པའི་ཐོག་རྒྱན་དུ་བསམ་སྒོ་གཏོང་སྟོགས་དང་སྐྱུག་པར་ལོག་ས་སྐབས་མགོན་ཆེན་པོ་མཚོག་གི་བཀའ་སློབ་ལམ་སྟོན། གཞན་ཡང་གནས་ལུས་གཞུང་གི་ལམ་སྟོན་བཀོད་བྱུང་། སྤྱི་ལོ་འཇུགས་ཀྱི་ལམ་སྟོན་བཀོད་བྱུང་དང་ནད་འགོག་ཤེས་བྱ་དང་སློབ་གསོ་ལམ་སྟོན་གནང་བ་རྣམས་ལ་དམ་འཛིན་ལྷག་བསྟར་གནང་རོགས་ཅེས་འབོད་སྐུལ་བྱ་བ་དང་སྤྱི་ལོ་ལས་དོན་ཚོགས་ཚུང་གི་གསར་འགོད་ཐངས་དྲུག་པ་འདྲིར་མཚམས་འཛོག་བྱ་རྒྱ་ཡིན།

ཕྱགས་རྗེ་ཆེ།

སྟན་རྒྱས་ཚང་མ་ཕྱགས་ལྷག་གནང་དགོས།