

རྟོག་དཔྱད་འགན་ཁུར་རིམ་སྒོ་ (COVID-19) དང་། སྐྱེ་ལྗང་ལྗང་ནད་དུག [monkeypox (MPV)] ། དེ་ལོ་ལོ་སྐྱོན་ལའང་ནད་མེད་བདེ་ཐང་སྤྱོད་ཐབས།

གཤམ་འཁོད་བརྗོད་གཞིའི་འོངས་སུ།

- སྐྱོན་དུས་ཀྱི་རྟོག་དཔྱད་འགན་ཁུར་རིམ་སྒོ་ ༡༩ དང་སྐྱེ་ལྗང་ལྗང་ནད་དུག་སྐོར་གྱི་འཆར་གཞི།
- ལྷེད་ཀྱིས་ནད་མེད་བདེ་ཐང་ངང་གནས་སྐྱོར་ཅི་ཞིག་བྱེད་ཐུབ་བཅ།

སྐྱོན་ལོ་སྐྱོབ་དུས་ཐོན་ལ་ཉེ་བས། གཞུགས་ལག་སློབ་ཆེན་གྱིས་སློབ་མི་དང་། ལས་གཞི། ཞབས་ཀྱི་རྒྱུ་འབྲེངས་ཡོང་ཆེད་དུ་ཆོད་སློབ་གྲུ་མི་དམངས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་བདེ་ཐང་གི་ལས་དོན་སྒྲུབ་ཐུག་དུ་ཇི་ལེགས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་བར་ཤུགས་སྐྱོན་རྒྱག་གི་ཡིན། དེ་ཡང་ནད་གཞི་ཆོབས་ཆེན་མི་ཐོག་པ་དང་སྐྱོན་ལའང་དུ་འདུག་སྤྱོད་བྱེད་མི་དགོས་པའི་ཆེད་དུ་ཕན་ལུས་ཆེ་བའི་རྟོག་དཔྱད་འགན་ཁུར་རིམ་སྒོ་ ༡༩ སྐོན་འགོག་སྐྱོན་ལའང་དང་། ལུས་ཤུགས་ཆེ་བའི་ལ་རས། རྟོག་དཔྱད་འགན་ཁུར་རིམ་སྒོ་ ༡༩ ཡི་ཨན་ཏི་ཇིན་ *antigen* བརྟག་དཔྱད་དང་ *PCR* ཉིང་སྐྱར་བརྟག་དཔྱད་བཅས་རིན་མེད་ཐོག་མཁོ་སྤྱོད་ཀྱི་རྒྱ་ལོན།

སྐྱིར་རྟོག་དཔྱད་འགན་ཁུར་རིམ་སྒོ་ ༡༩ ལ་ལ་རས་བེད་སྤྱོད་དང་། བརྟག་དཔྱད་དམ་སྤྱོན་འགོག་སྐྱོན་ལའང་ཆེད་དུ་དམིགས་བསམ་ལ་དགོས་འདུན་ལྷན་ཁྲུ་བཏོན་མེད་ནའང་། སློབ་གྲྭ་ཡོད་པའི་མི་རེ་རེ་རེ་ནད་དུག་ལྷབ་གདལ་འགོ་བཙོན་འཛིན་བྱེད་པོང་གསལ་ལྷ་སྐོ་དེ་དག་བསྐྱབ་རྒྱུར་ནན་སྐུལ་ལྷ་གི་ཡོད། མི་འགར་ལོ་ན་ཆས་པ་འམ་ནད་འགོག་ལུས་ཤུགས་ཞན་པའི་རྒྱུ་ལྷིས་རྟོག་དཔྱད་འགན་ཁུར་རིམ་སྒོ་ ༡༩ ཐོག་ཉེན་ཆེ་བར་བརྟེན། ང་ཚོས་སློབ་གྲུ་མི་དམངས་ལ་སྐོན་འགོག་སྐྱོན་ལའང་ཐོན་རིམ་བཞེད་རྒྱག་དགོས་པ་དང་ཕན་ཚུན་བརྩི་བཀའ་བསམ་ཤེས་བྱེད་པའི་ཐབས་ལམ་བསྐྱོན་རྒྱུར་འབོད་སྐུལ་ལྷ་རྒྱ་ལོན། འཕྲོད་བསྟེན་ལྷ་སྐྱོང་མཁོ་སྤྱོད་བྱེད་མིར་གྲོས་བསྟར་བྱས་ཏེ། རྟོག་དཔྱད་འགན་ཁུར་རིམ་སྒོ་ ༡༩ ཐོག་ཉེན་ཆེ་བའི་མི་ཚོར་སྐྱོན་བཅོས་བྱེད་ཐབས་གསལ་པ་ཡོད།

རྟོག་དཔྱད་འགན་ཁུར་རིམ་སྒོ་ ༡༩ ཡི་ནད་པའི་གྲངས་འཐོར་ལ་འཕེལ་འགྲིབ་ཆེ་བ་དང་། འགོ་ཤུགས་མི་འདྲ་བའི་རྣམ་པ་འགྲུར་བའི་ནད་དུག་གསལ་པ་རྒྱུ་དུ་མཛེན་པ། ནད་ཡམས་ཀྱི་དུས་ཐོག་མཐའ་བར་གསལ་དུ་ལྷབ་གདལ་འགོ་ཚད་མཐོ་བ་བཅས་ཀྱི་རྒྱུ་ལྷིས་མི་མང་པོ་ཞིག་ལ་སེམས་འཚབ་སྐྱེ་བ་དང་འོང་ཁོ་ལང་གི་ཡོད་པ་དང་ཚོས་ཤེས་ཡོད། ང་ཚོའི་[དུ་སྐྱེའི་ཐབས་ལམ་ལ་ནད་རིགས་འགོག་སྐྱོན་ལྷེ་གནས་](#) *Centers for Disease Control and Prevention* [ཀྱིས་དཔྱད་ཞིབ་རིམ་ལེན་བྱས་ཡོད་](#)པ་དང་། གཞུགས་ལག་སློབ་ཆེན་གྱིས་ནད་ཡམས་སྐབས་སུ་བསྐྱབས་པ་ནད་བཞེད་དུ་སྐྱི་དམངས་འཕྲོད་བསྟེན་ཆེད་མཁམ་རྣམ་པར་སློབ་སྦྱོར་ལྷ་བ་དང་དུ་ཆོད་ཚོགས་སྤེལ་གནས་སྤངས་ལ་རྟོག་ཞིབ་གཞུག་ནན་བྱེད་ཀྱི་ཡིན། ང་ཚོར་མ་འོངས་མཛེན་གཟིགས་ཀྱི་ལུས་པ་མེད་ནའང་རྟོག་དཔྱད་འགན་ཁུར་རིམ་སྒོ་ ༡༩ ཡི་ཤུགས་རྒྱུན་ཇི་རྒྱུར་དུ་གཏོང་བར་ཐབས་ཤེས་ཅི་ཞིག་བྱེད་མིན་སློབ་གྲུ་མི་དམངས་ལ་མ་གོ་མ་ཐོས་མེད་པ་བྱེད་པེ།

གཞུགས་ལག་སློབ་ཆེན་གྱིས་ཅི་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དམ།

སློབ་གྲྭ་སྤར་བཞེད་གཤམ་འཁོད་ལྷ་སྐོ་རྣམས་སྤར་བཞེད་བསྐྱབ་རྒྱ།

- སློབ་སྐྱོད་དང་། དགོ་ཆུ། ལས་བྱེད་ཚོར་སློབ་གྲུ་མི་ལུས་ཀྱི་སྐྱ་ལུང་སྐྱིན་བལ་ཐུར་མའི་ *PCR* ཉིང་སྐྱར་བརྟག་དཔྱད་དང་ནད་ཆིས་དུ་ཨན་ཏི་ཇིན་བརྟག་དཔྱད་ཡོ་ཆས་རིན་མེད་ཐོག་མཁོ་འབྲུལ་ལྷ་རྒྱ། བརྟག་དཔྱད་དང་དེ་འབྲེལ་བརྟག་དཔྱད་དུས་ཚོད་དང་ས་གནས་སྐོར་གྱི་གནས་ཚུལ་རྣམས་[རྟོག་དཔྱད་འགན་ཁུར་རིམ་སྒོ་གདོང་ལེན་བྱེད་ཕྱོགས་ཏེ་ཚོགས་ COVID Response](#) ལས་གཟིགས་བྱུབ།
 - སློབ་སྐྱོད་དང་ལས་བྱེད་རྣམས་ལ་བདུན་པུག་རེར་ནད་ཆིས་བྱེད་ཚོགས་ཨན་ཏི་ཇིན་བརྟག་དཔྱད་ཡོ་ཆས་ (*at-home antigen test*) གཅིག་རེ་ལེན་རྒྱ་ཡོད། དེ་ལེན་པར་དུས་ཚོད་བཟོ་མི་དགོས། [ལྷེད་ཀྱི་མི་སི་ཀར་ཏི་ Wiscard](#) འཕྲེང་ཡོང་ན་འགྲིག།
 - ལྷེད་ཀྱིས་ *PCR* ཉིང་སྐྱར་བརྟག་དཔྱད་ལ་དུས་ཚོད་བཟོ་དགོས། བེ་ལོ་ [myUHS](#) ལས་དུས་ཚོད་བཟོ་རྒྱ། ཡིན་ནའང་ལྷེད་ཀྱིས་ཐོག་མར་ནད་ཆིས་དུ་བྱེད་ཚོགས་ཨན་ཏི་ཇིན་བརྟག་དཔྱད་བྱ་རྒྱུར་འབོད་སྐུལ་ལྷ་རྒྱ་ལོན། [དགོས་གལ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ PCR ཉིང་སྐྱར་བརྟག་དཔྱད་མ་བྱེད་ཅིག](#)

- [སྲིན་རྩྭ་ནས་ཨ་ན་ཏི་ཟེན་བརྟུང་དུ་ཡོད་ཚེ་གྲོ་བུ་གྲུ་རྒྱུ་དང་།](#) དེ་ལྟར་ཁྱེད་ལ་ནད་གཞི་ཕོག་ཚེ་བརྟུང་དུ་བྱེད་ཚོགས།
- [གལ་ཏེ་ཁྱེད་ཀྱིས་ཏོག་དབྱིབས་གཉན་རིམ་ས་ ༡༩ ཕོག་པའི་མི་ལ་འབྲེལ་ཐུག་བྱས་ཡོད་ཚེ་ཅི་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་སྤྱད་རྒྱུ།](#) དེ་ཡང་མི་གཞན་པའི་ཉེ་འབྲེལ་སྤུ་ལ་རས་ཉིན་ཅི་ཚམས་ལ་ཕྱོད་དགོས་པ་དང་བརྟུང་དུ་བྱས་ཤིང་དགོས་པ་ཤེས་དགོས། ཁྱེད་ཀྱིས་ནད་པར་གདོང་གཏད་འབྲེལ་ཐུག་བྱས་ཏེ་ནད་རྟགས་ཐོན་ཚེ། འཕྲོག་དབྱེ་ཟུར་བཀག་ཏུ་སྡོད་རྒྱུ་དང་ལམ་སེང་བརྟུང་དུ་བྱ་རྒྱུ།
- [གལ་ཏེ་ཁྱེད་རང་ན་གི་ཡོད་ཚེ།](#) རང་ཁྱིམ་དུ་སྡོད་རྒྱུ་དང་བརྟུང་དུ་བྱ་རྒྱུ།
- [གལ་ཏེ་ཁྱེད་ལ་ནད་ཡོད་བརྟུང་འབྲས་ཐོན་ཚེ།](#) ཚ་བ་མེད་པ་ཆགས་ནས་རྒྱ་ཚོན་ ༢༥ ཕྱིན་པ་དང་ནད་རྟགས་རྣམས་ཇི་ཅག་ཏུ་འགྲོ་རྟག་བར་དུ་ཉུང་མཐའ་ཡང་ཉིན་ ༥ ཉིན་པོར་འཕྲོག་དབྱེ་ཟུར་བཀག་ཏུ་སྡོད་རྒྱུ། (ཁྱེད་ལ་ནད་ཡོད་བརྟུང་འབྲས་ཐོན་པའི་ཉིན་ནས་ནད་རྟགས་ཐོན་པའི་ཉིན་ནི་ཉིན་ 0)
 - མི་འགའ་རྒྱུན་རིང་པོར་འཕྲོག་དབྱེ་ཟུར་བཀག་ཏུ་སྡོད་དགོས་སྲིད། དེ་ཡང་དབྱུགས་ཐུང་བའམ་དབྱུགས་གཏོང་ལེན་དཀའ་བའི་རིགས་དང་ནད་འཕྲོག་ལུས་ལུགས་ཞན་པའི་མི་རྣམས་ཡིན། [ལམ་སྲོན་གཞན་པའི་ཚེད་དུ་](#)ནད་རིགས་འཕྲོག་སྤུང་ལྟེ་གནས་ CDC ལ་སློབ་སྲོན་ལྟེ་རྒྱུ།
 - ཁྱེད་རང་མི་གཞན་གྱི་ཉེ་འབྲེལ་དུ་ཡོད་སྐབས་ཉིན་ ༡༠ རིང་ལ་རས་ཕྱོད་དགོས། གལ་ཏེ་ཁྱེད་ལ་ཚ་བ་མེད་པ་ཆགས་པ་དང་། ནད་རྟགས་ཇི་ཅག་ཏུ་ཕྱིན་པ། ཡང་ན་ཁྱེད་ཀྱི་ཕོག་མའི་ནད་ཡོད་བརྟུང་འབྲས་ཇེས་ནས་རྒྱ་ཚོན་ ༥༤ བར་མཚམས་སུ་ཨ་ན་ཏི་ཟེན་བརྟུང་དུ་བྱས་པའི་བརྟུང་འབྲས་ནད་མེད་ཡིན་ཚེ། ཉིན་ ༡༠ མ་ལོན་སྲོན་ལ་ལ་རས་ཕྱིར་ལེན་བྱེད་ཚོགས།
- [སློབ་སྤྲོད་ཚོའི་ཚེད་དུ།](#) [myUHS འཕྲོག་པ་བརྒྱུད་ནས་](#)མི་དངོས་རྩོུད་དང་རྒྱུད་གནས་སྤོང་བཅོས་ (telehealth) དུས་ཚོད་བཟོ་ཚོགས་ལས་བྱེད་རྣམས་ཀྱིས་དགོས་གལ་ཤར་ཚེ་རང་གི་འཕྲོད་བསྟེན་ལྟ་སྲོུང་བྱེད་མིར་ (health care provider) འབྲེལ་བ་བྱེད་དགོས།

སློབ་སྤྲོད་ཏོག་དབྱིབས་གཉན་རིམ་ས་ ༡༩ རྫོང་གི་བསྐྱབ་བཞེན་པའི་ལས་དོན་དང་གནས་ཚུལ་གསལ་པའི་ཚེད་དུ། [དྲ་ཚོགས་ covidresponse.wisc.edu](#) ལ་གཟིགས་རྒྱུ།

སྲིན་འབྲུམ་ནད་དུག [Monkeypox Virus (MPV)]

སྲིན་འབྲུམ་ནད་དུག་ནི་འདས་པའི་བདུན་ཕྲག་འགའི་རིང་ཕོ་ལ་རང་བཞིན་གྱི་དཀའ་ངལ་དུ་སྤྱུང་ཡོད། མི་སི་ཀོན་སིན་གཙུག་ལག་སློབ་ཆེན་(མལ་ཏི་སིན་) ཀྱིས་མངའ་སྡེ་དང་ས་གནས་ཀྱི་སྲིད་མངའ་སྡེ་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་སྡེ་དང་ཟུང་འབྲེལ་གྱིས་ནད་དུག་དང་དེའི་ཁྲབ་གདལ། མང་ཚོགས་ཁོད་ནད་པའི་གྲངས་ཚད་ལ་ལྟ་ཞིབ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ད་སྐབས་སྲིན་འབྲུམ་ནད་དུག་གིས་ང་ཚོའི་སློབ་གྲར་ཉེན་ལ་ཆེན་པོ་སློང་གི་མེད་ནའང་། གནས་སྤངས་ལ་འགྱུར་བ་ཕྱིན་པ་དང་གནས་ཚུལ་མང་དུ་ཐོན་རིམ་བཞིན་གཙུག་ལག་སློབ་ཆེན་གྱིས་སྲིན་འབྲུམ་ནད་དུག་ལ་གདོང་ལེན་བྱེད་ཕྱོགས་དང་སྲོན་འཕྲོག་བྱེད་ཐབས་བཅོས་སྤྲོད་བྱེད་པའོ།

སྲིན་འབྲུམ་ནད་དུག་དང་མི་སུ་ལ་སྲོན་འཕྲོག་སྤོང་བཅོས་ཀྱི་པའི་འོས་ཚོས་ཚང་མིན་དང་བཅས་པའི་གནས་ཚུལ་ཞིབ་ཕྲའི་ཚེད། [གཙུག་ལག་སློབ་ཆེན་འཕྲོད་བསྟེན་སྤོང་བཅོས་ཀྱི་སྲིན་འབྲུམ་ནད་དུག་ UHS MPV དྲ་ཚོགས་ལ་གཟིགས་རྒྱུ།](#)