WHAT IS VIRAL HEPATITIS?

མཆིན་ཚད་ནད་འབུ་ག་རེ་ཡིན་ནམ།

སྤྱིར་བ་སྐད་དེ་པཀྲཡི་ཀྲི་སི་འདི་VIRUSའམ་ནད་འབུ་ཆེས་ཕྲའི་རིགས་ཤིག་གིས་མཆིན་པར་གཉན་ཚད་རྒྱས་པ་ཞིག་ལ་ཟེར་ཞིང་། དང་དུས་ཚན་རིག་གི་ཆ་རྐྱེན་ལ་བརྟེན་ནད་གཞི་དེ་ཡང་རིམ་པ་Aནས་Eབར་དབྱེ་འབྱེ་ཐུབ་པ་བྱུང་ཡོད་ཅིང་ Aདང་ Eཡི་ནད་འབུའི་བརྒྱུད་རིམ་གཙོ་བོ་ནི་བཟས་རྫུལ་པ་དང་འཐུང་ཆུ་སྙིང་པ་ཆབ་ཆེན་བཅས་དང་མཆིན་ཚད་ B,C དང་D ནི་ཁྲག་དང་ལུས་ཀྱི་གཤེར་ཁུའི་རིགས་ནས་ཁྱབ་གདལ་དུ་འགྲོ་གི་ཡོད། ནད་འབུ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་མཆིན་པའི་སྐྱིས་ལྡན་ཕྲ་རབ་ལ་གནོད་སྐྱོན་གཅིག་མཚུངས་གཏོང་གི་ཡོད། ཡིན་ཡང་ནད་འབུ་Aདང་Eགཉིས་པོས་མཆིན་ཚད་གཙོང་ནད་ལ་འགྱུར་བ་ཏ་གོ་ཐུབ་མེད་ཀྱང་ B,C དང་Dཡི་ནད་འབུས་མཆིན་ཚད་གཙོང་ནད་དང་འཆི་ཚད་མང་ཤོས་འབྱུང་གཞི་ནད་འབུ་དེ་གསུམ་པོ་ཆགས་ཡོད། ནད་འབུ་དེ་རྣམས་ལས་བྱེ་བྲག་ལ་མ་བལྟོས་པར་སྤྱི་མཚུངས་ཀྱི་ནད་གཞིའི་མངོན་རྟགས་ཁག་གཅིག་དང་ཐོག་ཤེས་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་ནི།

- ཚ་བ་རྒྱས་པ།
- གཅིན་པ་ཇ་འཐང་གི་མདོག་ལྟར་འགྱུར་བ།
- ངོ་མིག་གཉིས་སེར་པོ་ཆགས་པ།
- གྲོད་པ་གཟུས་པ།
- བཟས་ཀྱི་དང་ག་འགག་པ།
- གཟུགས་གཞི་འཐང་ཤུགས་ཆེ་ཆད་པ་བཅས་མངོན་གྱི་ཡོད། ད་བར་ནད་གཞི་དེ་རྣམས་ཀྱི་ནད་འབུར་དམིགས་པའི་སྨན་བཅོས་ཕན་ནུས་ལྡན་པའི་སྨན་ཁབ་ཞིག་བཟོ་ཐུབ་མེད་ན་ཡང་། ནད་གཞིའི་བརྒྱུད་རིམ་གྱི་སྔོན་འགོག་ཁག་ལ་བརྟེན་ནས་འགོས་ནད་དེ་རིགས་བཀག་འགོག་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད།

WHAT IS HEPATITIS ‘A’?

མཆིན་ཚད་ཀ་སྡེ་ག་རེ་ཡིན་ནམ།

མཆིན་ཚད་ཀ་སྡེ་དེ་ཡང་ཆེའི་ཕྲའི་ནད་འབུ་ཞིག་གི་གཉན་ནད་མཆིན་པར་གནོད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད་མཁྲིས་པའི་ནད་གཞིའི་འབྱུང་རྐྱེན་གཙོ་བོ་དེ་ཆགས་ཡོད། ནད་འབུ་དེ་ཆེས་འགོས་སླ་བ་ལ་བརྟེན་རྒྱ་གར་ནང་བྱིས་པ་དང་ན་གཞོན་བརྒྱ་ཆ་ ༩༣ ནས་ ༩༨ བར་ཕལ་མོ་ཆེ་ཞིག་ལ་ནད་དེ་འགོས་འཕོག་ཟིན་ཡོད།

WHAT IS JAUNDICE?

མཁྲིས་ནད་ཞེས་པ་དེ་ག་རེ་ཡིན་ནམ།

WHAT IS JAUNDICE འམ་མཁྲིས་ནད་ཞེས་པ་འདི་ནི་ཏེ་པ་ཀྲཡི་ཀྲི་སི་ཡི་ནད་གཞིའི་མངོན་རྟགས་ཞིག་ཡིན་པ་ལས་ནད་གཞི་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་ཡིན་པ་ཕྱི་ལུགས་སྨན་པས་ངོས་འཛིན་ཞུས་མེད། བོད་ཀྱི་སྨན་གཞུང་ལྟར་ན་མཁྲིས་པ་མི་ཕྱུགས་ཀྱི་མཁྲིས་པ་སྣེ་མཆིན་པའི་ལོགས་གཡས་པའི་འོག་ན་ཡོད་པའི་ཁུག་མའི་དབྱིབས་ཅན་ཞིག་ཡིན་ཞིང་ནང་ན་གཤེར་ཁུ་མདོག་ལྗང་སེར་རོ་ཁ་བ་ཞིག་ཡོད་པ་མཁྲིས་ཁུ་དང་སྨན་གཞུང་ནས་དེ་ལ་མཁྲིས་སྣོད་ཟེར། རང་བབ་ཏུ་གནས་ཚེ་ལུས་ཀྱི་དྲོད་བསྐྱེད་པ་སོགས་པ་ཕན་པ་ཞིག་དང་ཚད་ལས་འདས་ན་མཁྲིས་ནད་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན་པས་ནད་རྟགས་དེ་རིགས་མངོན་གྱི་ཡོད།

- ངོ་མིག་སེར་པོ་ཆགས་པ།
- བཤང་བའི་མདོག་དཀར་སྐྱར་འགྱུར་བ།
- བཟས་མཐོང་པའམ་དྲི་མནམ་པ་ཙམ་གྱིས་ཞེ་སྐྱུགས་བྱེད་པ་བཅས་ཡོང་གི་ཡོད་པས་དེ་དག་སྐབས་སྨན་པར་བཀའ་སློབ་ཞུ་དགོས།

HOW DOES HEPATITIS ‘A’ SPREAD?

མཆིན་ཚད་ཀ་སྡེའི་ནད་གཞི་ཁྱབ་གདལ་འགྲོ་སྟངས་གང་འདྲ་ཡིན་ནམ།

མཆིན་ཚད་ཀ་སྡེའི་ནད་འབུ་ཁྱབ་གདལ་འགྲོ་སྟངས་གཙོ་བོ་ནི་འགོས་ནད་དེ་དག་འགོས་འཕོག་ཟིན་པའི་ནད་པའི་ཆབ་ཆེན་དང་བཟས་དང་འཐུང་ཆུ་སྙིང་པ་སྤྱོ་འཚལ་རྗེན་པ་བལྟོ་སྟོད་དང་ཤིང་ཏོག་སོགས་གཙང་མ་མ་འཁྲུད་པའི་རྐྱེན་ལས་ནད་འབུ་འདི་ལས་སླ་པོར་འགོས་ཀྱི་ཡོད། ལྷག་པར་དུ་ནད་འབུ་འདི་ཆབ་གསང་སྐབས་བཤང་བའི་ནང་ཕྱིར་གློད་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པས་ཆབ་གསང་རྗེས་ལག་པ་གཙང་མ་འཁྲུ་དགོས་པ་ཡིན།

COMMON PLACES OF HEPATITIS ‘A’ INFECTION?

རྒྱུན་གཏན་འགོས་ནད་དེ་ཁྱབ་གདལ་འགྲོ་ཉེན་ཆེ་ཤོས་ས་ཆ་ཁག་གང་ཆགས་ཀྱི་ཡོད་དམ།

རྒྱུན་གཏན་མི་ཚོགས་ཆེ་བའི་ས་ཆའི་རིགས་སྨན་ཁང་དང་སློབ་གྲྭ་གཏན་སྡོད་བྱེད་པའི་ཚོགས་པ་དེང་དུས་ཀྱི་ཁྲིམ་རྭའི་འཛམ་ཆུ་འཐུང་རིག་ཁང་བཅས་དང་འཕྲོད་བསྟེན་གཞན་པའི་ས་ཆ་སོགས་ནི་འགོས་ནད་དེ་དག་གི་ཁྱབ་གདལ་འགྲོ་ཡུལ་གཙོ་བོ་འདི་ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

WHY IS HEPATITIS ‘A’ HIGHLY INFECTIOUS?

མཆིན་ཚད་ཀ་སྡེ་འགོས་ཉེན་སླ་བའི་རྒྱུ་མཚན་གང་ཡིན་ནམ།

མཆིན་ཚད་ཀ་སྡེ་དེ་ཡང་འགོས་སླ་བ་གཅིག་པོ་མ་ཡིན་པས་ཕྱིའི་རྐྱེན་ཚ་གྲང་དང་སྐྱུར་རྫས་བཅས་ལ་ཉམས་མེད་འགོག་ནོལ་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པ་མ་ཟད། ཞུ་ཞིག་ཐུབ་པའི་རང་བཞིན་ལས་ནད་འབུ་ཕྲ་རབ་འདི་ནད་འབུ་གཞན་དང་མི་འདྲ་བར་སྤྱིའི་རྐྱེན་གང་ཕྲད་ཀྱང་ངོ་བོ་འགྱུར་མེད་བརྟན་པོར་ཟླ་བ་གསུམ་ལས་མང་བ་ནས་རྒྱུན་གྱི་ཁང་པའི་ཚ་གྲང་ལས་ཆུང་བའི་འོག་གནས་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད། རྒྱུ་མཚན་དེ་དག་ལ་བརྟེན་ནས་ཁྱབ་གདལ་ཤུགས་ཆེར་འགྲོ་རྒྱུར་ཤུགས་གནོན་ཐེབས་ཡོད་པ་ཡིན།

HOW SERIOUS CAN HEPATITIS ‘A’ INFECTION BE?

མཆིན་ཚད་ཀ་སྡེའི་འགོས་ནད་ཚབས་ཆེ་ཆུང་གང་འདྲ་ཆགས་ཡོད་དམ།

མཆིན་ཚད་ཀ་སྡེའི་ནད་ཚབས་ཆེ་ཆུང་ཡང་ལོ་ན་ཆེ་ཆུང་འདྲ་མིན་ལ་བརྟེན་ནས་ནད་གཞིའི་མངོན་རྟགས་མི་འདྲ་བ་ཡོད་པ་དཔེར་ན། ན་གཞོན་དང་དར་མ་རྣམས་ལ་བྱིས་པ་རྣམས་ལས་ནད་གཞིའི་མངོན་རྟགས་གསལ་བ་ཡོད། ནད་གཞི་ཚབས་ཆེ་བའི་སྐབས་མངོན་རྟགས་འདི་ཡང་ཟླ་གསུམ་འམ་ཡང་བདུན་ཕྲག་བཞི་རིང་གནས་ཀྱི་ཡོད། མཆིན་ཚད་ཀ་སྡེའི་ནད་གཞི་དྲག་བསྐྱེད་ཡོང་ཐབས་ཉུང་མཐར་ཡང་ཟླ་བ་དྲུག་ནས་བཅུ་གཉིས་བར་འགོར་གྱི་ཡོད་ལ་སྐབས་རེ་ཛ་དྲག་སྐབས་མི་རེ་བཟུང་འདས་གྲོངས་སུ་འགྲོ་གི་ཡོད། ནད་པ་བརྒྱ་ཆ་ཉི་ཤུ་ཙམ་ལ་ནད་སློག་བརྒྱབ་ཀྱི་ཡོད་པས་ནད་རྟགས་སུམ་མཐུད་ཟླ་བ་དྲུག་རིང་གནས་ཀྱི་ཡོད།

WHAT ARE THE SYMPTOMS OF HEPATITIS ‘A’?

མཆིན་ཚད་ཀ་སྡེའི་ནད་གཞིའི་མངོན་རྟགས་ཁག་ག་རེ་ཡིན་ནམ།

མཆིན་ཚད་ཀ་སྡེའི་ནད་གཞིའི་མངོན་རྟགས་ཁག

- **ཞེ་མེར་ལངས་པ།**
- **སྐྱུག་པ་སྐྱུགས་པ།**
- **མིག་དང་པགས་པ་སེར་པོ་ཆགས་པ།**
- **གྲོད་པ་བཤལ་བ།**
- **དང་ག་འགག་པ།**
- **གྲོད་པ་གཟུས་པ།**
- **ཆབ་ཆེན་སྐྱ་མདོག་ཆགས་པ་བཅས་ནད་རྟགས་དེ་རྣམས་ལོ་ཆེ་ཆུང་འདྲ་མིན་ལ་བརྟེན་ནས་མངོན་གྱི་ཡོད།**

WHY WORRY ABOUT CHILDREN?

ཕྲུ་གུ་ཆུང་རིགས་ལ་སེམས་ཁྲལ་བྱེད་དགོས་དོན་གང་ཡིན་ནམ།

མཆིན་ཚད་ཀ་སྡེའི་ནད་གཞི་འགོས་ཉེན་ཆེ་ཤོས་འདི་བྱིས་པ་ལོ་༡༥མན་ལ་ཡིན་པ་མ་ཟད་ཉམས་ཞིབ་སྟོན་ཞུའི་ནང་ཏ་ལམ་ཕྲུ་གུ་བརྒྱ་ཆ་༩༠ལ་ནད་འབུ་དེ་དག་འགོས་འཕོག་ཟིན་ཀྱང་ད་དུང་ཕྲུ་གུ་དེ་རྣམས་ལས་མང་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་ནད་གཞིའི་མངོན་རྟགས་མེད་རྐྱེན་བརྒྱ་ཆའི་གསལ་ཁ་མེད་རུང་གོང་གསལ་གྱི་བརྒྱ་ཆ་དེ་ལས་མང་བ་ཡོད་པའི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་བྱེད་དང་ཉམས་ཞིབ་པ་སོགས་ནས་ཚོད་དཔག་བྱེད་བཞིན་ཡོད། ཕྲུ་གུ་ཆུང་ཆུང་ཚོ་མང་ཆེ་བར་ནད་རྟགས་ཀྱི་གསལ་ཁ་གང་ཡང་མི་མངོན་པར་མཆིན་ཚད་ ཀ་སྡེའི་ ནད་གཞི་གཞན་ལ་འགོས་འཁྱབ་ཆེ་རུ་གཏོང་གི་ཡོད།

HEPATITIS ‘A’ IN CHILDREN

ཚོ་ནུང་བྱིས་པ་རྣམས་ལ་མཆིན་ཚད་ཀ་སྟེ་འི་རྨད་གཞི་འདི་ཚབས་ཆེ་ཚོས་ཆགས་ཡོད་དམ།

སྒྲིར་བཏང་མཆིན་ཚད་ཀ་སྟེའི་རྨད་གཞི་འདི་ཕྲ་ཀུ་ནུང་རིགས་ལ་ཐུང་ཉིན་ཚབས་ནུང་བ་ཡོད་མའང་སྣབས་རེ་ཕོ་བའི་མི་དོར་ཉམས་རྨས་ལོ་དར་མ་ལས་ཀྱང་མདོ་བའི་མདོ་རྨད་རིགས་རིགས་མངོན་གྱི་ཡོད། འགྲྀབ་འབྲས་ལས་བསྟོམས་བྱས་པའི་བཤུག་དཔྱད་བཀྲྀད་ཤེས་གསལ་ལྷ་ཀུ་ནུང་རིགས་ལོ་ན་ ཀ ནས་ ལ བར་སོན་པ་བཀྲ་ཆ་ ༦༠ ལྷག་ཙམ་ལ་མཁྲིས་མདར་དང་མཉམ་དུ་ཚབས་ཆེ་འི་མདར་ཤུགས་རིགས་ནི་**ཐོད་པ་བཤལ་ཤུགས་ཆེ་བ་ཞེ་མེར་ལང་པ་རྒྱུག་པ་རྒྱུག་པ་ཨ**ས་ལས་ཁ་ཕྱེ་ཆ་ཡིན། སྒྲིར་ཤེན་ཏུ་དགོན་ཡང་སྣབས་རེ་མཆིན་ཚད་ཀ་སྟེ་འི་འགོས་མདར་འདིས་མཆིན་པའི་འབྲེད་ལས་ཉམས་ཟད་བཏང་བར་བརྟེན། ཚོ་ནུང་བྱིས་པ་དག་གི་ཚེ་སྲོག་ཀྱང་འཕྲོག་གི་ཡོད།

LIVING CONDITIONS AND HEPATITIS ‘A’

འཚོ་གནས་ཡར་ཆྱས་ཕྱིན་པ་ལས་མཆིན་ཚད་ཀ་སྟེ་འི་རྨད་འབྲེ་འགོ་གཏན་ཐབས།

སྒྲིར་བཏང་མཆིན་ཚད་ཀ་སྟེ་འི་འགོས་མདར་ཁྱབ་གདལ་འགྲོ་སྐྱར་ས་གཙོ་བོ་མི་ཁ་འཚོ་གནས་ཤེན་ཏུ་ཟློ་བའི་རིགས་ལ་འཕྲོད་བསྟེན་དང་གཙང་སྦྲ་ཞན་པ་སོགས་ལ་བརྟེན་མཆིན་ཚད་ཀ་སྟེ་འི་མདར་འབྲེ་འགོས་ཉེན་ཆེ་བ་ཡིན། གཙང་སྦྲ་འཕྲོད་བསྟེན་ཝེགས་པ་རྣམས་ལ་མཆིན་ཚད་ཀ་སྟེ་འི་མདར་ཁྱེད་རང་ཁ་ནས་ཁ་ནས་ཀ་ཅི་ཡོད་ཀ་ཡིན་ལང་གསལ་ཁ་ནས་ཀ་ཅི་ཡོད་ཀ་ཡིན། ཁ་ཤས་ཀ་ཅི་ཡ་ཡ་ཁ་ནས་ཀ་ཅི་ཡ་ཡ་ཁ་ནས་ཀ་ཅི་ཡ་ཡ་ཁ་ནས་ཀ་ཅི་ཡ་ཡ་ཁ་ནས་ཀ་ཅི་ཡ་ཡ་ཁ་ནས་ཀ་ཅི་ཡ་ཡ་ཁ་ནས་ཀ་ཅི་ཡ་ཡ་ཁ་ནས་ཀ་ཅི་ཡ་ཡ་ཁ་ནས་ཀ་ཅི་ཡ་ཡ་ཁ་ནས་ཀ་ཅི་ཡ་ཡ་ཁ་ནས་ཀ་ཅི་ཡ་ཡ་ཁ་ནས་ཀ་ཅི་ཡ་ཡ་ཁ་ནས་ཀ་ཅི་ཡ་ཡ་ཁ་ནས་ཀ་ཅི་ཡ་ཡ་ཁ་ནས་ཀ་ཅི་ཡ་ཡ

WHO IS AT RISK?

འགོས་ཉེན་ཆེ་ཤོས་སུ་ཡོད་རམ།

ཉེན་མེའི་ལྷོད་གྱུར་བཞིན་པའི་ཕྱིས་པ་འགོས་ནད་དེ་དག་ཁྱབ་ཆེ་བའི་ས་ཆར་འགྲྀལ་ཏེ་ལའི་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་ཏེ་དང་ཐབས་ཀང་ཞབས་ཀང་ཕ་ཡོད་པ་ཡིན་ཤེས་ཀ་ཅི་ཡ་ཡ་ཁ་ནས་ཀ་ཅི་ཡ་ཡ་ཁ་ནས་ཀ་ཅི་ཡ་ཡ་ཁ་ནས་ཀ་ཅི་ཡ་ཡ

DOES TRAVELLING INCREASE THE CHANCES OF EXPOSURE TO HEPATITIS ‘A’?

མཆིན་ཚད་ཀ་སྟེ་འི་འགོས་ནད་འགྲྀལ་ཏེ་ལ་ཏེ་ས་ཁ་ནས་ཀ་ཅི་ཡ་ཡ

ཁས་ལ

PROTECTION AGAINST HEPATITIS ‘A’?

ཤེ

ཤེ

WHO SHOULD BE VACCINATED?

ཤེ

DOES HEPATITIS ‘B’VACCINATION PROTECT AGAINST HEPATITIS ‘A’ INFECTION?

ཤེ

ཁ**ས**ེ

Some Facts You Need To Know

HEPATITIS ‘A’

WHAT IS LIVER AND HOW IS IT IMPORTANT?

ཁེ

ཁ

- ཁ
- ཁ
- ཁ
- ཁ
- ཁ
- ཁ
- ཁ

Prepared in the interest of the public by

GAWEYLON TIBETAN RADIO PROGRAMME
POST BOX NO.286
DEHRADUN GPO-248001
UTTARAKHAND
INDIA
E-mail- gaweylon@gmail.com
website-www.gaweylon.com
Phone:- +91 7417065068 SMS:- +91 7417065068