ཕྱི་ནང་རྒྱང་འབྲེལ་ཐོག་དཔེ་ནད་ཀྱི་འདོད་ཚུལ།

སྨོན་བཟང་རྒྱ་བ། *ཤུང་ཀཱཥི་ལྷོ་ཕུ་ལྷོང་མཐའ་དཔྱད། ནང་པའི་གསོ་རིག་ལེགས་ཚང།*

བཤད་དོན།

དེ་ལང་དེང་དུས་ཤུན་ལྟར་ཡུན་གསལ་པས་གྲགས་ཆེ་བའི་ནད་གཞི་གཏུ་ཏ་ཟེར་གསོ་རིག་རྒྱུ་བཞི་མན་རྒྱུ་ཀྱི་ཁྲབས་བཤད་པ་ཐོར་ནད་གསོ་བའི་ལེའུ་བཅུ་དགུ་ཡོད་པའི་ནང་གསལས་ལེའུ་ང་བཤད་པ་དཔེ་ནད་རེ། ནང་ལམ་ཀྱི་བ་ནང་ཡུ་ནད་དེ་ཡོངས་གྲགས་ལྷོ་ཡོད་པ་བཞི་དེ་བར་རྒྱུ་བང་གིས་ཕྱི་ནང་གཏེས་ཟ། ཟུང་ཁབ་ལྷོ་བལ་ཡུལ་ཁབ་ཀན་ལ་ཡོད་མི་ཀདི་ནང་གསོ་རིག་ཀུར། དཔེ་ནད་ཀྱི་རྒྱུ་ཆུ་ཁྱེ་ལ། དེའི་རྒྱགས་ཡུ་དང་ཡོ་མཇོན་ཚུལ་དང་ཁྱད་པར་གྱི་རྒྱགས་དང་བཅོས་ཐབས་ཚུ། གསོ་རིག་རྒྱུ་ནད་ཁུངས་ལྟར་དུ་དང་། ཁྱངས་གཟུགས་ཀྱི་དཔེ་ཆ་ཚུ་དང་ཕྱིའི་ཚན་རིག་ལྟར་དཔེ་ནད་ཨར་ཀཨར་བཅུང་བའི་ཆ་ཆུན། རྒྱགས་དང་བཅོས་ཐབས་ཚུ་གློ་རིག་རིག་ཡོངས་ཀྱེས་ཡུལ་ཚུ་ལས་ཐོབ་མི་ཚུ་མཛོར་བསྡུས་ཏེ་བཀོད་ཡོད་མི་ཀདི་ནད་ཀྱི་ཁ་ཕྱོ་ཐང། ཕྱིའི་ཚན་རིག་གི་ཤེས་ཡོན་ནི་ལྟར་དང་ནད་ཀྱི་ཁ་ཕྱོ་ཤེས་ཡོན་ཀྱི་ཁྱད་པར་ཚུ་ཤེས་ཐབས་ཡུ་དང་ དཔེ་ནད་ཀྱི་ཁོ་བརྡ་ལྷོ་ཏེ། ཕྱི་ནང་གཏེས་རྒྱང་ཀྱེས་ཀྱི་ཐོག་ལས་ནད་ཐབས་ཐབས་དང་ཀཀྱོ་བ། མིའི་བདེ་ལྡན། ཁབས་ཅོག་ཁུ། མི་ཀདི་ཇོན་ཡུ་དང་ཏཱུ་རམང་ས་ཡོངས་ཡུ་ཏན་གསོ་དང་ཀཏཥ་ལྷ་བཀོད་དེ་ཡོད་ཡཱིན།

ངོ་ལྷོད།

དཔེ་ནད་ཀདི་གསོ་རིག་ལྟར་ཏ་ཀབད་བ་ཅིན་མི་མཐུན་པའི་ཟས་ལྷོད་ཀྱི་བདེན་ལས་ཁུག་ཀཁྱུགས་པའི། ཆུན་ཀྱིས་དང་པ་ཧང་ཀུང་པའི་མཐོ་ཐོང་དང་ཀུང་མཐིས་ཀྱི་ཚོགས་ཚུ་དམར་ཡོ་ཀཀྱོ་ལྟེ་ཟུག་བཆུབ་ནི་དང་། མཐའ་མཇུག་ཡུ་ལག་པའི་ཀྱུ་ཚོགས་དང་ཏུས་རིགས་དང་གཤས་གཤན་ཡུ་རིམ་ཀྱིས་ལྷོ་ཀཐེར་ཀཀྱོ་ལྟེ་ན་མི་ ཡུ་ལྷབ་ཡིན། ཕྱིའི་ཚན་རིག་ལྟར་ཀབད་བ་ཅིན་དཔེ་ནད་ཀདི་ཧང་ཀི་ཀཐུགས་ཡུ་ཡོད་པའི་ཁྲག་ནང་གཤས་པའི་ཀཅིན་པའི་ཁྱུར་ཚུ་ [uric acid] ཀདི་ལྷ་ཀ་ཧང་མ་མཐུན་མ་ལ་ཐ་ཆགས་ཟ་ཀཤས་ཡོད་པའི་ཀྱབ་ཀབས་ཅིན་ཁ་ཕྱ་ཀ་ལ་ཁ་ཕ**ཀྱི་ཧ་ཏ**ཀ་ཕ་ཀ་ཟ་ཀ་ཕ་ཀ་ཟ་ཀ་ཕ་ཀ་ཟ་

མི་ཚུ་མཚན་རྟོང་དང་ཚོགས་བསྡོར་གནས་ལས་ཚོགས་ལུ་གཙོ་དེ་ཁཆུབ་ཁཆུང་གི་དང་མཁལ་མའི་ལུ་ཚུ་མར་ཅམས་ཀྱི་དང་མཁལ་ལྷན་ཚུ་ཁཆུང་
འདོད། ཡུ་རའི་ཀྱེ་ཡིས་ཀྱེ་ལུ་མི་བློ་ཐས་ ས་ཕ་$_{4}$ཏེ་ཅིག་དེས་ནད་ཀྱི་ཁ་ས་ལས་ ལྷོར་བཅང་ཡོ་ཆས་ཚུ་ལུ་ནད་ཏེ་ཐེངས་དགུ་གིས་མཐོ་ལྷ
ཐེ་ ཐོབ་ནི་འཆེ་ཁ་ཆེ་ལུ་ཡོད་པར་དང་ཤུགས་ཆེ་བ་ཡོ་ཆས་ལོ་ཚོད་$_{30-50}$བར་ན་ཕྱག་པར་ཐོབ་ལྷེ་དགོ་མི་ཀདེ་ཡང་ཡོ་ཆས་ཚུ་གི་གཟུགས་
ནང་གཙེ་པའི་ལྷུར་ཚློའི་ཀཐོན་ལྷེ་ཏེ་ཀདོད་ལྷོད་རན་པའི་ཏུས་ཡར་ཀཡར་ཀཀྱོ་ལས་བརྟེ་ཏེ་ཅིའི་མ་དང། ཡམ་ལྷུ་ཚུ་ལུ་ཀབད་བ་ཅོ་
ཡམ་ལྷའི་གཟུགས་ནང་ estrogen ཟེར་མི་དེ་གིས་ hyperuricemia[གཙེ་པའི་ལྷུར་ཚློ་ཚད་ལས་བཆལ་བའི་ གནས་ཅུངས་ཅོག་ལུ
] ཀདེ་ལས་བསྡུང་ལྷོ་བཀབད་ཏོ་ཡོད་པ་ལས་ཟླ་མཚན་ཆད་མཚམས་ལུ་ ལུས་ཟུངས་ཟད་པའི་ ཏུས་ལུ་ estrogen ཀི་ཚད་ལས་མར་བཀས
ཀཀྱོ་ལས་གཙེ་པའི་ལྷུར་ཚློ་ཀུ་ཤེ་ཌང་ནང་བས་ཀི་ཀཀོ་བཏུགས་པ་ལས་བརྟེ་ཅིའི། Hyperuricemia ཟེར་གཙེ་པའི་ལྷུར་ཚློ་ཚད་
ལས་བཆལ་བའི་ གནས་ཅུངས་ལས་བརྟེ་དེགས་ནད་ཐོབ་ནི་ཀཏེ་ཅེ་ཁ་ལང་ཡོད་པ་ཡིན་མས། དེང་ཕང་ཏུས་དང་བཅུནམ་ད་ ཏེགས་ནད་དེ་ཐུན
མོང་མ་ཡིན་པའི་ཁྱབ་ཆ་བའི་ནད་གཙེ་ཀཀོ་ཐེགས་ཕྱེ་ཐོ་བཀོད་ཀབད་དེ་ ཡོད་པ་ཕྱེ་བཤད་པ་ཡིན་མས། ཏེགས་ནད་དེ་མི་ཕུ་གཅོ་ཡོའི་ནད་གཙེ་ཀཀོ་ཐེགས་ལང
ཡིན་ཟེར་བཤད་ཏོ་མི་ཀདེ་ལང་བཞེས་ལྷོ་ཏང་ཚང་ལ་ས་ཁོགས་པ་ལུ་ལང་ཁོར་ཐལ་ཏེ་གས་པ་ལས་བརྟེ་ཏེ་ལྷེ་ལང་ལྷབ་ལྷོ་ལ་ཡོད་པ་ཡིན་མས།

ཀཀྱེལ་བཤད།

གཙེ་པའི་ལྷུར་ཚློ་ཟེར་ཁྲག་ལམ་ནང་ཨང་བཞེན་ཀྱིས་གནས་ཡོད་མི་ཀདེ། ཏྲང་ས་ལྷོགས་ཏཱུ་བ་ཕྱེད་པའི་ཏུས་ལུ། མཁལ་མ་གིས་ཁྲག་ནང་
ལས་བཅོགས་ཏེ། གཙེ་ལམ་བཆྱུད་ཏེ་ཕྱི་ཁར་ཚུ་ཏང་ཀཟེལ་བཏོན་མ་ཡིན། ལྷབས་ལྷབས་ལུ་གཟུགས་ཀྱི་གཙེ་པའི་ལྷུར་ཚློ་བཟོ་བལྟུ་
ཀབད་བའི་ལྷབས་ལུ་མཁལ་མ་གིས་ཁྲག་ནང་ལས་བཅོག་བཀོག་ནི་ཅོགས་ཀྱབ་མེད་པར་མཁལ་མའི་ཐྲེད་ལས་མར་ཅམས་ལས་ཁྲག་ལམ་
ནང་གཞོས་བཅཁ་བའི་གནས་ཅུངས་ཀདེ་བཟུམ་ལུ་ hyperuricemia ཟེར་ལ་ཡིན། ཏེགས་ནད་ཀྱི་གཙེ་ཅེ་ཁ་ཆེ་བའི་ནད་པ་ཀདེ་ལུ་ཡ
གཞོས་ལས་ངེས་བདེན་ཀྱི་ཀིགས་ཆ་ཤེ་ཀྱི་ཐོས་ཐོན་དང་། གཟུགས་ཅམས་ཆ་ཤས་ཏེགས་ཀྱི་ལྷེ། ཏེགས་ནད་དེ་ཚབས
ཆེན་གྱི་ཐུ་ཁའི་ངོ་ཐོ་བཟུམ་ཟུག་གཟེར་ཆ་ནི་ནང་ཆོགས་ཚུ་ལྷོ་ནི། ཕྱག་པར་ཏུ་ཀུང་པའི་མཐེ་ཐོང་ལུ་ གཙོ་པ་ཆ་ནི་ནང་གནས་གཞན་ཀུང་པའི
རྟེ་མ། ལག་པའི་མཁྲིག་ཚོགས་ནང་ཐུ་མོའི་ཚོགས་ཚུ་ལུ་གཙོ་དེ་ཡོད་པ་ཡིན། ཏེགས་ནད་ཟེར་མི་ཀདེ་ཅང་ཀྱོ་ལམ་ལྷེ་ཏེ་ཀ་ཐེགས$_{4-10}$བར
ལོག་ཏུག་ནི་ནང་དེ་ཚུ་ལོག་ལོག་ལྷེ་ཀཆུང་ནི་ཚུ་ཡོད། ཏེགས་ནད་ཟེར་མི་ཀདེ་ ཐུམ་ཐུའི་ངོ་ཐོ་གཞན་ནང་མི་ཀཏུ། ཐ་ཅི་ལྷེ་ཟེར་བ་ཅིའི
ནད་དེ་གཙེ་པའི་ལྷུར་ཚློ་ཚད་གཞི་ལས་མཐོ་བའི་ཏུས་ལུ་ཁྲག་ནང་ ཀལོར་ཀྱོ་ཀབད་དེ་ གཙེ་པའི་ཤེས་ཆུང་ཚུ་ཚོགས་པའི་ཅ་ལྷན་ནང
གཞན་བཅཁ་བཆུགས་ཡིན།

རྒྱ་ཆེན།

ལ་ཟས་བོད་གས་རོ་ཚ་བའི་རིགས་དང་། ཤ་ཆོས་བོད་གས་རྒྱུ་ཐུང་ཆེ་མི། ཆང་ལ་ཤ་ཀཆུང་མ་ལ་བོད་གས་པའི་བཟའ་བཟུང་གི་ཆེ་དང་། ལྷོ་དེ་ལམ་ཏུས་རྒྱུ་ཏུ་ལ་ལྷ་ལྷེ་ཚོ་ནི་ཏེ། ཆ་ཀས་ལྷོ་དེ་ཏུ་ཐུ་ནི། ཇོ་ཏང་ཏ་ཐུ་ཀ་ཡ་ཚུ་ཀི་བཟུང་ནི། ལུ་ཤ་ཀས་འབཏ་ཏེ་ལ་ཐ་ལ་ཐ་ཀས་ནི་ཏང་ཁ་ཁ་ཐེ་ཡར་ཟླ་ལ་ལྷ་ལྷ་ལ་ཚ་ལ་ཏང་ལ་ལ་ཚ་ལ་ཡ་ཐ་ཀ་ཁ་ཁ་ཐ་ཀ་ཁ་ཁ་ཐ་ཀ་ཁ་ཁ

འཚུང་གི་དང་ཨང་ནས་ཆོར་ལྟང་གསལ་རྒྱ་རྒྱ་མི་འདོད། རྩད་མ་དང་རྐེ་པ་ཚུ་ལུ་ནས་རྒྱ་འཕྲལ་འཕྲལ་པ་ཡོག་ཡོག་ལུ་དང་གི་ཚུ་ལྷི་མས། ཏེག་ནད་གསར་པའི་ཏུས་ལུ། ཡུས་ཀྱི་གནས་པགས་ཀོ་དང་ཁྲག་ལུ་གནས་རྒྱེས་ཀྱི་དང་ལྷང་པའི། མཇོག་ཏུམཔོ་དང་རྒྱེ་ཆེ་གི་དང། ལ་ཀྱག་ལྷ་ཀ་ཐུ་ཀ ཁ་ཀ་ཀ ཁ་ཀ ཁ ཁ ཁ

ཚན་རིག་ཅར་རྒྱེག་ཤད་ཀྱི་རྒྱུན།

གནས་ངོ་མ་རྣང་པའི་མཐེ་བོང་ཡུ་དང་གཤན་ཐོག་ཚོགས། ལོང་ཚོགས། ཡུས་མོའི་ཚོགས། མཁྲིགས་མའི་ཚོགས། མཇུག་མོའི་ཚོགས། གྲུ་མོའི་ཚོགས་ཚུ་རྒྱ་གཅིར་ཆེ་ས་ཁོང་གི་དང་རྟོག་བཅར་ཁོང་གི། ལྷོ་གི། མཛོག་དམར་པོ་ལྷོ་ཁོང་གི་དང་ཨང་ཆུ་ལྷག་བཟླམ་ཨང་ཁོང་གི་ཡོངས་མས། ཀ་ཅི་ཅིག་གིས་རེགས་པ་བཟོད་མ་ཚུགས་པ་ཁོང་གི། ཟླ་ཁ་ཀ་ཅན་དང་ཚ་བ་ཆུས་པའི་ཀློབས་ཡུ་གྲང་ཤུམ་བཏུབ་ནི། མང་ཆེ་བ་ མཚན་དགུང་གི་དུས་ཡུ་ན་རྒྱ་ཅང་ཆེ་ནི། ཅིན་གྲངས་$_{4}$ལས$_{10}$གྱི་བར་ན་ན་རྒྱ་ཁོད་ནི། ཨང་ནས་ཚོད་རིང་མོ་ལྷ་ཀཁོར་ནི། རེ་ཚོ་ཀློབས་ལམ་བཅོས་ཀབར་ཐོག་དང་དགེ་ཁ་ནི་དང་། ཀཡལ་ཀཡལ་ལམ་བཅོས་མ་ཀབར་ཏུང་དགེ་ཚུ་ནི་ཡོད་རེར་ཞེས་ཙམ་མས། ལ་ཡུ་རྒྱ་གཅིར་ བཏུན་ཡག་ལྷ་ཕྱོང་དགོས་ཀཐུང་མ་ཙམ་མས།

བཅོས་ཐབས།

ཟས་ཀྱི་ཐོག་ལས་བཅོས་ཚུལ། ཚད་ཡའི་ཅོབས་ཅམས་ཡ་ཅིན་བ་དང་རའི་ཁོད་རེ་ཏ་ཐས་ཀྱི་ཤ་ཐས་རཡ་ཚུ་ཙ་ཅི་རེ་བཅུན་དགོས་དང་། ཏེ་ ཨང་རིམ་གྱིས་བྱེ་ཞེས་ཆ་ཀྱང་ས་ལས་མང་མང་ས་ལ་ས་ལ་ལྷ་ཀ་ཅང་དགོ། ཁ་ཟས་རོ་ཚ་བའི་རིགས་དང་ཤ་ཚོས་ལ་ས་ཁོད་ལ་ཡ་ཁ་ཅན་ ཀྱི་རིགས་དང་ ལྷ་ཨང་ཀྱང་ས་ལ་ལྷ་ཕྱེ་ཀ་ཅང་དགོ། ཆུ་ས་ཅེས་བཟློ་པའི་ཟས་མང་རམོ་དང་ལྷུར་གྱི་ཁ་ཟས་རིགས་ཆང་དང་བས་ཀང་ལ་ས་ཁོད་ ཡང་དགོས་ཡོད།

ཚན་རིག་ཅར་ཟས།

ཆུ་ཡོར་ཤ་$_{6}$ལས་$_{8}$བར་ཙ་རྒྱ་ནང་ཀཐུང་དགོས། ཏེ་ཨང་ཆོ་རིང་མའི་ཇ་ལ་ས་ཁོད་ལ་ཆུ་དང་ལྷ་བལྟས་ཏེ་ཀཐུང་ནི་དང་། མཆོ་ནང་གི་ལྷོ་ཀ་ ཆགས་དང་མཆོ་ལས་ཀཐུང་བཀའ་ཐཙེས་ལྷོ་ཏ་རིགས་ཁུ་ཡང་དགོ། ས་ཟེས་ཐན་ཀ་ཅི་ཟས་ཐཅུ་protein ཀྱི་ཁོད་དཔལ་ལྷ་ཏ་ཤ་ཙམ།

ལྷོ་ཤ་ལམ།

ཀས་རིག་ཅར་ཤ་ཀབར་ཐ་ཅིན་ ཚ་ཐའི་ལྷབས་ལུ་ལྷོ་ཤ་ལམ་ཐས་ཤ་ཐར་ཐཙེན་ཤད་ཁོད་དང་། ཏ་ཀ་ཏ་ཡ་ཀྱི་ལ་ལ་མེན་ 'ཡར་ཀཚམ་ཆོ་ཤ་ནན་ཡའི་ ལུས་ལྷོ་ཀཐད་ཤད་ཁོ། ཡྱི་ཀ་ཚན་ཤ་ཀ་ཅ་ཀ་ཡ་ཐ་ཅིན་ ཀ་ཟ་ཐ་ཚ་ཤ་ནན་ཡ་ཐ་ ཀ་ཟ་ཀ་ལ་ཡ་ ལ་ཡ་ཀ་ ལ་ ལ་ ལ

ལས།

དེས།ནད།ཀྱི་ལས།གཙོ་བོ། ལོས་དཀར།༡༠པ་དང་། ཀུ་བདུན།༡༢། ས་ཀེང་ཅ།ཆ།ནང་།ཅ།ལྷ།ནང་ད།ལྷ།། ཐལམ་ཏོར། ཤ་ཐུག། ཁོང་དུ་གཅན།ཚད།གཙོ།ཡར་ཐུ།ཡའི་ལས། ཁྱང་པ།ལྷང་ཁྱང་ལ་ལོག་ཡ་ཚུ་གཅང་དགོ།

ཚན་རིག་ཅར་ལས།

ཟུག་ཡཐ་གཙོ།-acetaminophen(Tylenol) མ་ཁ་གཅན།དང་ཚ་བ་ཆུས་ཡ-NSAIDS-Indomethacin, Naproxen དེ་གིས་ཁོར་གཏོ།དེ་ལང་ལྷོ།ལོང་ཚུ་གལ་ཡང་ཁ།

ཡོ་ཚད།ཆུ་མ་ནང་ནས་ཁ་ཐེན།ནི་ཡོད།ཟེར་བ་ཤ།ཡ། ཙེན་ལས། གཙེན་ཡའི་ལྷུར་ཚ་ལམ་ཡཐ་ནི་ཁ Probenecid, Sulfinpyrazone ཚུ་ཙེན།

ཤ་ཟུག།

གཅན་ཁ་ཆོག་ཡ་ཅེན་ཀང་ཡའི་དེས།ཤ་ཡང་གང་ཅེའི་ཤ་གཅར་ལགས།ཀྱང། ཁ་ཅ་ཁ་ལ་ཆོ་ཁ་ཅེ་ཡ་ཅེན་གཅར་མི་ཅང་། ཁ་ཅ་ཁ་ཟླ་ཤ་ཆ'ཐ' ཅེན་གཅར་མི་ཅང་ལ་ལས། ཚ'ཁ་ཁ་ཐ'ཁ'ལར'ཏ'ཐ'ཟ'ཐ'ཁ'ལ'ཐ'ཤ'ལ'ཅ' ཁ'ལ'ད'ཟ'ལ'ལ'ལ'ལ'ཅ' ཟ'ཐ'ཚ'ཆ'ཚ'ལ'ལ'ལ'ལ

འདིར་ལེགས་བཅོས་ཀྱི་དགོངས་འཆར་ཡོད་ཚོ། ཨན་པའི་ཁྲག་དཀྱུ་གནང་པ་ཅིན་བཀྲིན་ཆེ་ཟེར་ཞུ་ཞི་ལེན།

རྒྱབ་སྐྱོར་དཔེ་དེབ་ཀྱི་ཐོ།

1 ཁྲོ་རྒྱ་ཚོ་རྣམ་ཀྱིས་བཤམས་པའི་ ལྷྱི་ཚོས་མེད་གསོ་རིག་རྒྱུ་བཞིའི་འགྲེལ་ཆེན་དང་སྦྱོང་ཁལ་ཡུང (3) ས་ཁྲོན་མ་མི་རིགས་ དཔེ་བསྐྱུན་ལང་།

2 ཐུབ་བཅུན་ཚེ་རིང་དང་(1990) ཐུམས་པ་འཕྲིན་ལས་ཀྱིས་བཤམས་པའི་ཀུང་གོའི་གསོ་རིག་ཀུན་འདུས་ལས་བོད་ཀྱི་གསོ་ བ་རིག་པ་ལྷད་ཆ་ 'བོད་ཁྱོངས་མི་དམངས་དཔེ་བསྐྱུན་ལང་།

3 བསམ་གཏན་ཀྱིས་བཤམས་པའི་ (1990)གསོ་རིག་ལྷོད་བཅུས་ལྷ་རེངས་གསར་པ། བོད་ཁྱོངས་མི་དམངས་དཔེ་བསྐྱུན་ལང་།

4 དབང་འདུས་གོས་ལྕོམ་ལྷོག་འབར་ཡོད་པའི་ (1982) གསོ་བ་རིག་པའི་ཚིག་མཛོད་གཡུ་ཐོག་དགོངས་རྒྱུ།