

(rational use of drugs)

(good prescribing practices)

(ཀུན་དགའ་འཇམ་དཔལ།) བཞུ་བཅོའམོ་དཔེ་ན། བཞུ་བཅོ་དང་ཞིབ་འཛུལ་བྱེ་ཚུ།

སྒྲུབ་རིགས་ཚུལ་ལྟན་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་སྒྲོར།

ད་རེས་ནངས་པར་རྒྱལ་ཁབ་གོང་འཕེལ་གྱི་འཕྱར་བ་དང་བསྐྱོན་འཛམ་གླིང་རྒྱལ་ཁབ་ལེ་ཤུ་ཅིག་ནང་གསོ་བའི་སྤྲོན་བཅོས་དང་
འབྲེལ་བའི་དཀའ་ངལ་ལེ་ཤུ་འཕྱོན་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཡོད་པ་དང་ དཀའ་ངལ་སྤོང་ཤོས་གཅིག་སྤྲོན་མ་ལངས་པའི་དཀའ་ངལ་འདི་
ཡིན་པས། དེ་ཡང་གོང་འཕེལ་མ་འགྱུར་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ཚུ་དང་གོང་འཕེལ་འགྱུར་བའི་བསྐྱར་ཡོད་པའི་རྒྱལ་ཁབ་མང་ཤོས་ནང་ར་མཁོ་
ཆས་སྤྲོན་(essential drugs)འདི་ཚུ་ཡང་དགོས་ཆད་དང་འཕྲིལ་ཏེ་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་ཚུ་འཕྱོན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མ་པས།
དེ་འབད་མ་ལས་ དཀའ་ངལ་འདི་སེལ་ཐབས་ལུ་འཛམ་གླིང་གསོ་བའི་ཚོགས་སྡེ་གིས་ཐབས་ཤེས་བཟང་པོ་ལེ་ཤུ་བཏོན་དེ་ཡོད་
པའི་གྲས་ལས་གཅིག་མཁོ་ཆས་སྤྲོན་གྱི་དགོངས་དོན་དང་གཞི་རྩ་ཚུ་བརྩམ་ཐོག་ལས་དེ་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་ལུ་གཙོ་བོ་བཏོན་དོ་
ཡོད་པ་ཡིན། མཁོ་ཆས་སྤྲོན་གྱི་ལས་རིམ་ཚུ་ཚུལ་བཞིན་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་དོན་ལུ་ སྤྲོན་རིགས་ཚུལ་ལྡན་ལག་ལེན་འཐབ་
ཐངས་དང་ལེགས་ལྡན་སྤྲོན་བཅོས་བཀོད་ཐངས་གྱི་ལམ་སྟོན་ལག་དེབ་ཚུ་ཡང་དཔེ་སྤྲོན་འབད་མ་ཆད་འདི་ཚུ་དར་བྱབ་གཏང་ནི་
ལུ་གཙོ་བོ་བཏོན་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། དེ་བརྩམ་སྤེལ་བཅས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཡང་མཁོ་ཆས་སྤྲོན་གྱི་ལས་རིམ་འདི་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༧
ལོ་ལས་ཞི་བཅུ་གསུམ་འབད་དེ་སྤྲོན་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་རིམ་ལེ་ཤུ་འབད་དེ་ལོ་ངོ་ལེ་ཤུ་སོང་མ་ཆད་ལས་རིམ་འདི་ལྟ་ཨེ་ཤི་ལ་
ལུང་ཕྱོགས་ནང་ལུ་མཐར་འཁྱུག་ཅན་གྱི་དཔྱེ་བཞག་བརྟབ་པའི་གནས་ཆད་ལུ་ལྟོད་དེ་ཡོད་པ་ཡིན། ང་བཅས་པའི་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༧
ལོའི་རྒྱལ་ཡོངས་སྤྲོན་ཇུས་གྱི་སྤྲོད་བྱས་གྱི་དམིགས་ལུ་ལ་འདི་ཡང་དང་པ་ ཉེན་སྲུང་ནུས་ལྷགས་དང་དགོས་མཁོ་ཡོད་པའི་སྤྲོན་
ཆད་ཅན་གྱི་སྤྲོན་ཇུས་ཚུ་མི་སེར་མང་ཤོས་ཚུ་ལུ་གོང་ཆད་ར་མཁོ་གཏོ་སྤྲོད་ཆད་མེད་པར་བཀམ་སྤེལ་འབད་ནི་གི་དོན་ལུ་དང་
གཉིས་པ་ ལུངས་ལྡན་སྤྲོན་བཅོས་བཀོད་ནི་དང་བདག་གཉེར་འབད་ནི་དང་སྤྲོད་ནི་གི་ལཱ་ཚུ་བརྟག་ཞིབ་འབད་ནི་དང་ གོང་
འཕེལ་གཏང་ནི་གི་དོན་ལུ་ཡིན་པས། ང་བཅས་པའི་འབྲུག་ནང་པ་ཚོས་ལྡན་གྱི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ལུ་གསོ་བའི་ཞབས་ཏོག་ཚུ་གཞུང་
ལས་རིམ་མེད་སྟངས་པ་སྤྲོད་གནང་དང་གནང་བཞིན་པར་ཡོད་པ་ལས་ ང་བཅས་པ་འབྲུག་མི་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུ་གསུམ་ག་ཡེ་ར་ད་ལྟོ་ཚུན་

ཚོད་དཀའ་ངལ་གཞི་ཡང་མེད་པར་དཀའ་སྤྱིད་ཀྱི་ངང་ལུ་ཡོད་པ་ཡིན། ཡིན་རུང་རྒྱལ་ཁབ་གོང་འཕེལ་གྱི་འགྱུར་བ་དང་བསྐྱེད་
 མི་རྒྱུ་ལས་འཕེལ་འགྲོལ་ལས་མ་འོངས་པ་ལུ་ང་བཅས་རའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་ཡང་རྒྱལ་ཁབ་གཞན་བཟུམ་སྟེ་སྤྱི་ཚུ་ཚུ་ལ་བཞིན་
 ལག་ལེན་མ་འཐབ་བཅིན་ སྤྱི་ཚུ་དཀའ་ངལ་འབྱུང་ནི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ལས་མཁྱེན་མི་ཚུ་ལུ་དྲན་གསོ་དང་མ་ཁྱེན་མི་ཚུ་ལུ་
 གནས་ཚུལ་དང་འབྲེལ་འབད་ང་རང་གི་ཁ་ཐུག་ལས་ཤེས་ཤེས་པ་མེད་རུང་གཞན་མཁས་མཆོག་བཟང་པོ་ཚུ་གིས་བཙུམ་གནང་བ་
 འི་དཔེ་དེབ་ཚུ་ལས་འཛོལ་ཏི་ སྤྱི་རིགས་ཚུལ་ལྡན་ལག་ལེན་འཐབ་ཐངས་དང་ལེགས་ལྡན་སྤྱི་བཙུན་བཞོན་ཐངས་ཀྱི་སྐོར་
 ལས་ཁྱེན་ཡིན། དང་པ་ར་སྤྱི་བཙུན་དང་གཞན་སྤྱི་བཙུན་འདི་དང་འབྲེལ་བའི་ལུ་འབད་མི་ཚུ་གིས་སྤྱི་ཚུ་ལ་དང་ལྡན་ཏིག་ཏི་སྟེ་
 ལག་ལེན་འཐབ་ཚུགས་ནི་གི་དོན་ལུ་ སྤྱི་ཚུལ་ལྡན་ལག་ལེན་ཟེར་བའི་ངེས་ཆོག་འདི་ཉ་གོ་ནི་འདི་ཁག་ཆེས་ཡིན་པས། འཇམ་
 སྤྱིང་གསོ་བའི་ཆོགས་སྟེ་ལས་འབད་བཅིན་ སྤྱི་ཚུལ་དང་ལྡན་ཏིག་ཏི་འབད་ལག་ལེན་འཐབ་ནི་འདི་ ཅད་པ་ཚུ་གིས་ ཁོང་
 རའི་གཞུགས་ཁར་ཡོད་པའི་ནད་གཞི་དང་འབྲེལ་བའི་སྤྱི་བཙུན་ཐོབ་ནི་དང་ ཐུན་ཚད་ཚུ་ཡང་ནད་པ་ཁོང་ར་གི་དགོས་མཁོ་དང་བསྐྱེད་
 ཏི་ཡིན་མ་མཚན་ ཅུས་ལུན་ཡང་ལང་མ་སྟེ་ཡིན་པའི་ཁར་སྤྱི་ཚུ་གི་རིན་གོང་ཡང་ནད་པ་ཁོང་ར་དང་མི་སྟེ་ཚུ་གིས་སྤྱོད་ཚུགས་
 པའི་གོང་ཚད་ཉུང་ཤོས་ཅིག་ལུ་གོ་ཤི་ཡིན། སྟེ་ལྡན་སྤྱི་བཙུན་(bio-medical) གྱི་ངེས་ཆོག་ལས་འབད་བཅིན་
 གཞུགས་གསལ་བཞོན་པའི་གནས་དོན་ཚུ་ཆང་ཡོད་པ་ཅིན་སྤྱི་ཚུལ་དང་ལྡན་ཏིག་ཏི་འབད་ལག་ལེན་འཐབ་ཡོད་པ་སྟེ་གོ་དོ་ཡོད་པ་
 ཡིན་པས།

- ༡༽ འབྲུལ་མེད་ཀྱི་སྤྱི་ཚུ།
- ༢༽ འོས་འབབ་ཅན་གྱི་བདེ་སྤྱི་ དེ་ཡང་སྤྱི་བཙུན་བཞོན་འཛིན་ནང་བཞོན་དགོ་པའི་རྒྱ་མཚན་འདི་ནད་གཞི་ བརྟག་
 དཔྱད་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་འབད་བཞིན་མ་ལས་བཞོན་བཞོན་པ།
- ༣༽ འོས་འབབ་ཅན་གྱི་སྤྱི་ཚུ དེ་ཡང་ནད་པ་ལུ་བརྟབ་པའི་ཉེན་སྲུང་ལྡན་པའི་སྤྱི་ཚུ་ཆད་ཅན་གྱི་སྤྱི་ཚུ།
- ༤༽ འོས་འབབ་ཅན་གྱི་ཐུན་ཚད་དེ་ཡང་ཅུས་ཚོད་ལང་མ་འབད་ཡིན་པའི་ཁར་ནད་པ་གི་གཞུགས་ཁར་བྱ་སྤྱོད་བའི་
 སྤྱི་ཚུ།
- ༥༽ འོས་འབབ་ཅན་གྱི་ནད་པ་ལུ་ཕྱིན་ཕྱིན་ དེ་ཡང་ནད་པ་འདི་ལུ་འཕྲོད་པའི་སྤྱི་ཚུ།
- ༦༽ སྤྱི་ཚུ་སྤྱོད་པ་ད་འབྲུལ་བ་མེད་པ་སྟེ་སྤྱོད་སྤྱོད་པ།

༡༽ བྱེད་པ་འདི་གི་སྒྲིན་བཅོས་ལུ་གནས་གནས་པ། སྒྲིན་འདི་ཚུ་ཚུལ་དང་ལྡན་ཏེ་གཏོ་སྤེལ་གཤམ་ལེན་འཐབ་དགོས་ཅིན་གཙོ་བོར་སྒྲིན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ནང་ལུ་ཚུལ་དང་ལྡན་ཏེ་གཏོ་སྤེལ་བཀོད་དགོས་འདི་ཁག་ཆེ་བས། སྒྲིན་ཚུ་སྒྲིན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ནང་བཀོད་ཐངས་ལེ་ཤུ་ཡོད་པ་དང་དེ་ཚུ་གཤམ་འཁོད་ཀྱི་དབྱེ་ཁག་ཚུ་ནང་ཚུད་པ་ཡིན།

༡. གསལ་ཏེ་གཏོ་སྤེལ་པའི་བཀོད་འཛིན་བཀོད་ཐངས།
༢. བརྟན་ཏེ་གཏོ་སྤེལ་པའི་བཀོད་འཛིན་བཀོད་ཐངས།
༣. ཚད་བཀལ་བཀོད་འཛིན་བཀོད་ཐངས།
༤. གྲུངས་ཁ་མང་དྲགས་པའི་བཀོད་འཛིན་བཀོད་ཐངས།
༥. གྲུངས་ཁ་ཉུང་དྲགས་པའི་བཀོད་འཛིན་བཀོད་ཐངས།

༢༽ གསལ་ཏེ་གཏོ་སྤེལ་པའི་བཀོད་འཛིན་བཀོད་ཐངས་ཟེར་མི་འདི་གཅི་བཟུམ་ལུ་གོ་ཤ་སྤོ་ཟེར་བ་ཅིན་ སྒྲིན་འཛེལ་ཏེ་བཀོད་ནི་དང་ ཡང་ན་ བྱེད་གཞི་ངོས་འཛིན་ལུ་འཛེལ་བ་ཡོད་པ་ཡང་ན་ ཉེན་སྲུང་དང་སྤྱི་ཚད་ལྡན་པའི་སྒྲིན་ཡོད་རུང་འཛེལ་ཏེ་སྒྲིན་གཞན་བཀོད་ནི་ ཡང་ན་ སྒྲིན་གྱི་རྒྱུན་ལམ་(route of administration) འཛེལ་ནི་ཡང་ན་ སྒྲིན་སྦྱོར་ཐངས་དང་བདག་གཉེར་འབད་ཐངས་འཛེལ་ཏེ་བཀོད་ནི་ལུ་གོ་ཤ་ཡིན་པས།

༣༽ བརྟན་ཏེ་གཏོ་སྤེལ་པའི་བཀོད་འཛིན་བཀོད་ཐངས་ཟེར་མི་འདི་ འོས་བབས་ཅན་གྱི་སྒྲིན་གདམ་ཁམ་བརྒྱབ་ ཡང་ཅིན་ སྤྱི་ཚད་ཅན་ཅན་གྱི་སྒྲིན་མཛོད་ཁང་ནང་ཡོད་རུང་ མཛོད་ཁང་ནང་དཀོན་དྲགས་ཡང་ན་མེད་པའི་སྒྲིན་བཀོད་ནི་ ཡང་ན་ རིན་ཚུང་བདེ་སྤྱི་ཚད་འབྲམ་ཉམ་གྱི་སྒྲིན་ཡོད་རུང་རིན་ཆེ་བའི་སྒྲིན་བཀོད་ནི་ ཡང་ན་ རིན་ཚུང་བའི་སྤྱི་ཚད་ཅན་གྱི་སྒྲིན་(generic medicine) ཡོད་རུང་རིན་ཆེ་བའི་བདག་དབང་ཅན་གྱི་སྒྲིན་(branded medicine) བཀོད་ནི་ ཡང་ན་ རྩོག་ལུ་ཉེན་ཁ་ཆེ་བའི་ནད་གཞི་སྒྲིན་བཅོས་འབད་ནི་གི་ཐོན་སྐྱེད་མེད་པའི་དཀའ་ངལ་ཡོད་རུང་ཉེན་ཁ་ཚུང་བའི་ནད་གཞི་བཅོས་ནི་གི་སྒྲིན་བཀོད་ནི་ ཡང་ན་སྒྲིན་གཤམ་ལུ་གིས་ཡོན་ཏན་དང་ལྷོགས་གྲུབ་ལས་ལྷག་པའི་སྒྲིན་གྱི་རྒྱུན་ལམ་བཀོད་ནི་ ཡང་ན་གདམ་ཁམ་བརྒྱབ་མི་སྒྲིན་འདི་གི་ཉེན་སྲུང་ཅན་བཟོ་ནི་དང་ལུགས་འཐོན་ནི་གི་དོན་ལུ་བལྟ་ཏེ་གཞན་གཞན་ཐེབས་འབད་དགོས་པའི་སྐབས་ལུ་གོ་ཤ་ཡིན།

༣༽ ཚད་བཀལ་བཀོད་འཛིན་བཀོད་ཐངས་ཟེར་མི་འདི་ བཀོད་འཛིན་འདི་ནང་སྤྲོད་ཀྱི་ཁྱད་པ་ཁ་མང་དགས་སྟེ་ བཀོད་ནི་
དང་ ཡང་ན་ བྱིན་མ་དགོ་པའི་སྤྲོད་བཀོད་ནི་དང་ ཡང་ན་ ཐུན་ཚད་མང་དག་སྟེ་བཀོད་ནི་ལུ་ གོམ་ཡིན།

༤༽ ལྷ་མང་ (multiple) བཀོད་འཛིན་བཀོད་ཐངས་ཟེར་མི་འདི་ སྤྲོད་ཁྱད་པ་ཁ་མང་གཉིས་ཀྱི་རུས་པ་འཕྱོན་ནི་ གི་གོ་
སྐབས་ཡོད་རུང་ ཁྱད་པ་ཁ་མང་སྟེ་བཀོད་ནི་ ཡང་ན་ རྩམ་སྦྱོར་ཉུང་མི་རུས་ཅན་སྤྲོད་རུང་རྩམ་སྦྱོར་མང་པའི་
སྤྲོད་བཀོད་ནི་ ཡང་ན་ གཞོར་གཞོད་(side effects) མེད་པའི་སྤྲོད་གཅིག་ཡོད་རུང་ གཞོར་གཞོད་ཡོད་པའི་སྤྲོད་
བཀོད་ནི་དང་ ཡང་ཅིན་ སྤྲོད་གཅིག་ལས་བརྟེན་པའི་གཞོར་གཞོད་བཀག་ཐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་སྤྲོད་གཞན་བཀོད་ནི་
ཡང་ན་ནད་གཞི་གཙོ་བོ་མ་བཅོས་པར་གཞན་ལས་བརྟེན་པའི་ནད་གཞི་ཚུ་གི་དོན་ལུ་སྤྲོད་བཀོད་པའི་སྐབས་ལུ་གོམ་ཡིན།
།

༥༽ ཁྱད་པ་ཁ་ཉུང་དགས་པའི་བཀོད་འཛིན་བཀོད་ཐངས་ཟེར་མི་འདི་ ནད་གཞི་ལུ་ཕན་པའི་སྤྲོད་ཚུ་བཀོད་མི་ ཚུགས་ནི་
དང་ཡང་ན་ སྤྲོད་ཀྱི་ཐུན་ཚད་ཉུང་མི་ ཡང་ན་སྤྲོད་བཅོས་ཀྱི་དུས་ལུ་ཐུང་མི་ཚུ་ཚུད་པ་ཡིན།

སྤྲོད་རིགས་ཚུ་ལ་བཞིན་སྟེ་ལག་ལེན་མ་འཐབ་པ་ཅིན་ཉེན་ཁ་གཤེས་པའི་ཡོད་པའི་སྟོན།

སྤྲོད་རིགས་ཚུ་ཚུ་ལ་བཞིན་སྟེ་ལག་ལེན་མ་འཐབ་ད་ཉེན་ཁ་ཚུ་གཤེས་པའི་ཡོད་པ་ཡིན་ན་ཟེར་བ་ཅིན་ སྤྲོད་བཅོས་ཀྱི་གྲུབ་འབྲས་
ལེགས་ཤོམ་མ་འཕྱོན་མ་ལས་ ནད་གཞི་མང་སྤྱོད་མང་སྤྱོད་འཕྱོད་ཉེན་དཔ་ཚུ་ལུ་སྤྲོད་བཅོས་དང་གི་རྒྱུ་འབྱུང་ནི་དང་འཛེལ་ཉི་
ལག་ལེན་འཐབ་པའི་སྤྲོད་ཚུ་གིས་ནད་པ་ཚུ་ལུ་ནད་གཞི་ཐེབས་འབྱུང་ནི་གི་ཉེན་ཁ་དང་སྤྲོད་ཀྱི་བཅོས་མ་ཚུགས་པའི་ནད་འབྱུང་ཚུ་
ཡང་དང་ཁབ་མོང་སྟེ་སྤྲོད་བཅོས་དང་སྤྲོད་ཀྱི་བཅོས་ཚུ་ཡར་འཕར་འགྱུ་ནི་ཡིན་མ་ལས་སྤྲོད་བཅོས་ཞབས་ཏྲིག་ཚུ་སྤྲོད་ཚད་ལྡན་
ཏྲིག་ཏེ་སྟེ་སྤྲོད་མི་ཚུགས་ནི་ཡིན་མ་པས། དེ་ལས་བརྟེན་ཉེ་སྤྲོད་རིགས་བཅོ་བརྒྱུན་དང་གདམ་ཁ་དེ་ལས་མཐོ་སྤྲོད་ཚུ་འཛེལ་དགས་
སྟེ་ འབད་དེ་གྲུབ་པའི་གྲུབ་འབྲས་ཚུ་ཕན་ཐོགས་མེད་པ་འགྱུ་ནི་མ་ཚད་མི་སྟེ་དང་ནད་པ་ཚུ་གིས་གསོ་བའི་ཞབས་ཏྲིག་ལུ་སྟོ་གཏད་
དང་སྤྲོ་བ་མེད་པ་འགྱུ་ནི་གི་ཉེན་ཁ་ཡང་སྤོང་ཡོད་པ་མ་ཚད་བཅོས་ཚུ་འཕྱོ་བརྒྱུ་གཏང་ནི་འདི་གིས་མ་འོངས་པ་ལུ་མཐོ་ཆས་སྤྲོད་
ཚུ་ཡང་ཆད་པའི་ཉེན་ཁ་སྤོང་སྟེ་ཡོད་པ་ཡིན།

སྐྱོན་ལས་བརྟེན་པའི་གཞི་དུ་སྐྱོན་མར་ཕབ་འབད་དགོས།

སྐྱོན་འདི་ཚུ་ལུ་ཕན་པ་རྒྱུ་མེད་ཅིག་མིན་པར་གཞི་དུ་པ་ཡང་ལེ་ཤུ་ཡོད་པ་ལས། སྐྱོན་འདི་ལས་བརྟེན་པའི་གཞི་དུ་པ་ཚུ་མར་ཕབ་འབད་དགོས་པ་འདི་ག་ཅི་དེ་ཁག་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཨིན། ལག་ལེན་ཚུ་ལ་བཞིན་སྟེ་འཐབ་པ་ཅིན་གཞི་དུ་སྐྱོན་ཚུ་ལེ་ཤུ་གི་མར་ཕབ་རྒྱུ་ཚུགས་པ་ལས་སྐྱོན་གྱི་ཁྱུངས་ཁ་འདི་ནམ་ར་འབད་རུང་ག་དེ་ཉུང་ཉུང་ལག་ལེན་འཐབ་དགོས་དང་ ལག་ལེན་འཐབ་མི་སྐྱོན་གྱི་སྐོར་ཡང་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་ཤེས་དགོས་ཨིན། རང་གིས་ཕན་གཞི་དུ་ཤེས་པའི་སྐྱོན་དང་མ་ཤེས་པའི་སྐྱོན་གཉིས་འཕྲལ་འཕྲལ་སོར་བར་ ལག་དབ་དང་གཞན་སྐྱོན་གྱི་གནས་ཚུལ་ཚུ་ཐེ་ཆོམ་མེད་པར་ལག་ལེན་འཐབ་དགོས་པ་ཨིན། བཟུངས་སྐྱོན་དང་གཞན་ཉེན་ཁ་ཅན་གྱི་སྐྱོན་ཚུ་བཀོད་པའི་སྐབས་ཤུན་པ་བཏོན་དགོས་པ་དང་ རང་གི་ནད་པ་གིས་ཟ་བའི་སྐྱོན་གྱི་ཁྱུངས་ཁ་ལུ་བརྟག་ཞིབ་འབད་དགོས་པ་མ་ཆད་ ཟ་འབྲུང་གི་རིགས་དང་ཕན་ཚུན་བར་འབྲེལ་འབད་མི་(interact) སྐྱོན་ཚུ་བྱིན་མ་དང་ཤུན་པ་བཏོན་དགོས་པ་དང་ རང་གི་ནད་པ་གི་ནད་གཞི་གི་གནས་སྟངས་ཡང་འཕྲལ་འཕྲལ་བསྐྱར་ཞིབ་འབད་དགོས་པ་མ་ཆད་ ཨ་ལོ་ ཆས་ཆས་པ་དང་ བྱུགས་ཅན་སྟེ་ན་མི་ནད་པ་ཚུ་གི་སྐབས་ལུ་དམིགས་བསལ་གྱི་ཤུན་པ་སྦྱོང་དགོས་དང་ བརྟག་དཔྱད་འབད་བའི་སྐབས་ནད་གཞི་དང་མ་འཁྲིལ་བའི་རྟགས་མཆོན་མཐོང་པ་ཅིན་སྐྱོན་ལས་བརྟེན་པའི་ནད་གཞི་གི་དོགས་པ་སྦྱོང་དགོས་པ་ཨིན།

སྐྱོན་རིགས་ཚུ་ཚུལ་བཞིན་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་དང་མ་འཐབ་གྱི་བན་སྟོན་སྐོར།

སྐྱོན་འདི་ཚུ་ཚུལ་བཞིན་དུ་ལག་ལེན་འཐབ་དང་མ་འཐབ་བརྟག་དཔྱད་གྱི་བན་སྟོན་ལེ་ཤུ་ཡོད་པ་དང་ འདི་ཡང་བན་སྟོན་གཙོ་བོ་དང་སྤྱིར་བཏང་གི་བན་སྟོན་གཉིས་སྟེ་ཅིས་ནི་ཡོད་པའི་གྲས་ལས་དང་པ་བན་སྟོན་གཙོ་བོ་ནང་ལུ་ ནད་པ་གཅེས་སྦྱོང་གི་བན་སྟོན་སྐྱོན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་བཀོད་ཐངས་གྱི་བན་སྟོན་དང་གསོ་བའི་མཐུན་ཆུན་གྱི་བན་སྟོན་ཚུ་ཚུད་པ་ཨིན། གཉིས་པ་སྤྱིར་བཏང་གི་བན་སྟོན་གཞན་ནང་ལུ་ སྐྱོན་མ་སྦྱོང་པར་སྐྱོན་བཅོས་འབད་བའི་ནད་པ་གི་བརྒྱ་དཔྱད་དང་སྐྱོན་བཅོས་ཐངས་རེ་རེ་གི་ཟད་འགོ་སྟོན་སྐྱོན་གྱི་ཟད་འགོ་འཁྲུ་དཔྱད་ སྐྱོན་ཁབ་ཡང་ན་དཔྱད་བཅོས་དང་འབྲེལ་བའི་ཟད་འགོ་འཁྲུ་དཔྱད་ སྐྱོན་བཅོས་དང་དཔྱད་བཅོས་ལག་དབ་ཚུ་དང་འཁྲིལ་ཏི་འབད་བའི་སྐྱོན་བཅོས་གྱི་བརྒྱ་དཔྱད་ གསོ་བའི་ཞབས་ཏོག་ལུ་བསམ་པ་རྩོགས་པའི་ནད་པ་གི་བརྒྱ་དཔྱད་དང་ སྐྱོན་གྱི་གནས་ཚུལ་སྟོམས་ཏོག་ཏོ་བྱབ་པའི་གསོ་བའི་འཕྲོད་བསྟུན་ཁང་(སྐྱོན་ཁང་)གི་བརྒྱ་དཔྱད་ཚུ་ཚུད་པ་ཨིན་པས།

༡༩ འདུལ་གཅེས་སྐྱོང་གི་བདེ་སྟོན་ནང་ལུ་ འདུལ་བརྟག་དཔུང་གི་དཔུ་སྟོམས་དུས་ཚོད་ སྟོན་སྟོང་གི་དཔུ་སྟོམས་དུས་ཚོད་
སྟོན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ནང་བཀོད་མི་ནང་ལས་སྟོན་ངོ་མ་སྟོང་པའི་བརྒྱ་དཔུ་ ཁ་ཡིག་མ་འཛོལ་བར་བཀོད་པའི་སྟོན་
གི་བརྒྱ་དཔུ་ འདུལ་གཅོད་དང་ལུན་པའི་སྟོན་གི་ཐུན་ཚད་གི་ཤེས་ཡོན་ཚུ་ཡིན། དེ་ཡང་གཤེས་ཏེ་སྟོན་གོ་ནི་སྟོན་ཟེར་བ་ཅིན་
འདུལ་བརྟག་དཔུང་གི་དཔུ་སྟོམས་དུས་ཚོད་འདི་གཞི་བ་ཐུང་པ་ཅིན་ དུས་ལུན་ཐུང་ཀྱ་ཅིག་ནང་ལུ་བརྟག་དཔུང་འབད་
ནི་དེ་གིས་ནད་གཞི་ངོས་འཛིན་ལེགས་ཤོམ་སྟེ་མ་འབད་བའི་བདེ་སྟོན་ཅིག་ཡིན་མ་དང་ དེ་ལས་བརྟེན་ཏི་སྟོན་ཚུ་ལ་
བཞིན་ལག་ལེན་མ་འབབ་པའི་བདེ་སྟོན་ཡང་ཡིན་མ་པས།

༢༽ སྒྲན་བཅས་བཀོད་ཐངས་ (prescribing) གི་བད་སྟོན་ནང་ལུ་སྒྲན་ཁང་ནང་ཚར་རེ་འོངམ་དང་ལེན་པའི་སྒྲན་གྱི་
 ཐངས་ཁའི་དཔུ་སྟོམས་སྤྱི་མཚན་གྱི་མིང་ཐོག་ནང་བཀོད་པའི་སྒྲན་གྱི་བརྒྱ་དཔུ་སྟོན་སྒྲན་བཀོད་པའི་བཀོད་འཛིན་གྱི་བ
 རྒྱ་དཔུ་དང་སྒྲན་ཁབ་བཀོད་པའི་བཀོད་འཛིན་གྱི་བརྒྱ་དཔུ་ ཚུ་ཚུད་པ་ཡིན། དེ་ཚུ་ཡང་སྒྲན་ཚར་རེ་ལེནམ་ད་སྒྲན་
 ཐངས་ཁ་ལེ་ལྷ་ལེན་པ་ཅིན་དང་པ་སྒྲན་གྱིས་པན་ཚུན་བར་འབྲེལ་འབད་དེ་གཞོར་གཞོར་ཆེ་བའི་ཉེན་ཁ་དང་གཉིས་པ་
 ཅན་པ་གིས་སྒྲན་འཛོལ་ཟེ་ནི་གི་ཉེན་ཁ་དང་ སྟོན་སྒྲན་གྱི་རིགས་འབྲལ་འབྲལ་ལག་ལེན་འཐབ་པ་ཅིན་འབྲལ་ཚུ་གིས་
 རྒྱབ་འགལ་འབད་དེ་སྒྲན་གྱི་བཅོས་མ་ཚུགས་པའི་ནད་འབྱུང་ཚུ་དར་ཁབ་འགྱོ་ནི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ལས་ བཀོད་འཛིན་
 བཀོད་ཐངས་འདི་ཚུ་ལ་དང་མ་ལྡནམ་སྤྱི་ཆ་བཞག་དོ་ཡོད་པ་ཡིན།

༣༽ གསེ་བའི་མཐུན་སྐྱེན་གྱི་བདེ་སྟོན། གསེ་བའི་མཐུན་སྐྱེན་གྱི་བདེ་སྟོན་ནང་ལུ་མཁོ་ཆས་སྤྲོན་གྱི་ཐོ་དང་ཁག་ཆེ་བའི་སྤྲོན་
 ཚུ་ཡོད་མེད་གྱི་བརྟག་མཆན་ཚུ་ཚུད་པ་ཡིན། དེ་ཡང་ཁོ་ཆས་སྤྲོན་གྱི་ཐོ་དང་སྤྲོན་འདི་ཚུ་མེད་པ་ཅིན་ལག་ལེན་ཚུལ་
 བཞིན་དུ་འབྲལ་མི་ཚུ་གསེན་ནི་དེ་གིས་ཡིན།

སྐུན་རིགས་ཚུ་ཚུལ་ལྟན་སྤྱོད་བཀོད་མ་བཀོད་བརྟུན་གི་ཡིད་པ་ཐོ་

སྐུ་ཆུ་ཆུལ་ལྷན་སྡེ་བཀོད་མ་བཀོད་བལྟ་ནི་གྱིད་ཀྱི་ལུ་གཤམ་འཁོད་གྱི་འི་བལྟ་བཀོད་དགོས་ཡིན།

གློ་མདུན་གྱི་སྐབས་ལྟར། བཀའ་ཁྲིའི་ཕྱོག་ཡོང་པའི་ཆེད་དུ་ཞུགས་པའི་མཉམ་སྦྲེལ་གྱི་ཚོགས་པའི་མཛུགས་སྐབས་ལྟར།

ཁ། སྐུན་བཅོས་བཀོད་འཛིན་ནང་བཀོད་མི་སྐུན་འདི་ ཅད་གཞི་བཅོས་ནི་གི་སྐུན་ཡིན་ན་ ཡང་ན་ནད་གཞི་གི་བརྟག་མཚན་

སྒྲིབ་ཀྱི་འདི་ལྟ་ཡིན་ན་ ཡང་ན་སྒྲིབ་ཇུས་མེད་པའི་སྒྲིབ་(placebo) ཡིན་ན་?

ག༽ བདེ་ལུ་སྒྲིབ་པའི་སྒྲིབ་འདི་ ད་ལྟོ་བདེ་ལུ་ཕན་ཐོགས་ཆེ་བའི་སྒྲིབ་ཀྱི་ནང་ལས་དྲག་ཤོས་ཡིན་ན་དང་
ད་ལྟོ་གི་བདེ་ལུ་སྒྲིབ་པའི་སྒྲིབ་ཡིན་ན་ཆེ་བའི་སྒྲིབ་ཡིན་ན་?

ང༽ གོང་གི་སྒྲིབ་བརྒྱུ་མ་གཞན་ལུས་པ་འདྲ་མཉམ་ཡོད་མི་ཉེན་སྲུང་ལྡན་མི་དང་འཇིག་རྒྱུ་བའི་སྒྲིབ་ཡོད་ན་?

ཅ༽ བདེ་ལུ་སྒྲིབ་འདི་ལས་བརྟེན་པའི་གཞོན་གཞོན་གཅི་བརྒྱུ་འོང་ག་འདི་ཚུ་ཐོབ་ནི་ཀྱི་ཉེན་ཁ་ཆེ་བ་ཅིན་ཉེན་བརྟེན་
འབད་མ་དྲག་ན་?

ཆ༽ བདེ་ལུ་ སྒྲིབ་འདི་ཚུ་གིས་གཞོན་པ་བ་ཕན་པ་ཆེ་བས་ན་?

ལེགས་ལྡན་སྒྲིབ་བཅོས་བཀོད་ཐངས་གི་ལམ་སྟོན།

ཁྱེད་སྒྲིབ་བཅོས་ཀྱི་འགོ་རིམ།

ལེགས་ལྡན་སྒྲིབ་བཅོས་བཀོད་ཐངས་གི་ལམ་སྟོན་དང་འབྲེལ་དུ་སྒྲིབ་བཅོས་ཁྱེད་སྒྲིབ་དང་ལྡན་མ་སྟེ་འབད་དགོས་པ་དང་དེའི་འགོ་རི
མ་འདི་ཡང་དང་པ་ར་འོས་འབབ་ཅན་ཀྱི་སྒྲིབ་བཅོས་ཚུ་གི་ཐོ་བཀོད་(inventory) བཟོ་དགོས་པ་དང་ དེ་ལས་སྒྲིབ་བཅོས་གདམ་
ཁ་འདི་ཕན་ལུས་ ཉེན་སྲུང་ རུང་བ་དང་ གོང་ཚད་ཚུ་ལུ་གཞི་བཞག་ཐོག་བརྒྱབ་དགོས་ཡིན་པས།

སྒྲིབ་བཅོས་བཀོད་ཐངས་འདི་ཁྱེད་སྒྲིབ་དང་ལྡན་མ་སྟེ་འབད་མ་འབད་ཞིབ་དཔྱད་འབད་ཐངས།

ཁྱེད་སྒྲིབ་བཅོས་བཀོད་ཐངས་ཞིབ་དཔྱད་འབད་མ་དྲག་གཞན་གསལ་གྱི་རིམ་པ་ཚུ་དང་བསྟུན་ཏེ་འབད་མ་འབད་བལྟ་དགོས་
པ་དང་དེ་ཡང་ དང་པ་ནད་པ་གི་དཀའ་ངལ་དབྱེ་བ་བྱེ་ནི་དང་ དེ་ལས་དཔྱད་བཅོས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་གསལ་བཀོད་འབད་ནི་
རང་གི་གདམ་ཁ་བརྒྱབ་མི་སྒྲིབ་བཅོས་འདི་ནད་པ་འདི་ལུ་བརྟེན་མ་བརྟེན་དབྱེ་བ་བྱེ་ནི་ སྒྲིབ་བཅོས་འདི་འགོ་བཙུག་ནི་ དེ་ལས་
བད་དོན་བསྐྱབ་བྱ་དང་ཉེན་བརྟེན་བྱེ་ནི་དང་སྒྲིབ་བཅོས་བརྟེན་ཞིབ་འབད་ནི་ཡང་ན་བཀག་ནི་ཚུ་ཡིན་པས།

རུང་འཆོ་རང་གིས་འོས་ལྡན་སྒྲིབ་ཇུས་གདམ་ཁ་བརྒྱབ་ཐངས།

འོས་ལྡན་སྒྲིབ་ཇུས་གདམ་ཁ་བརྒྱབ་ཐངས་འདི་ཡང་ བདེ་ལུ་ཞི་རྩེ་འཛིན་ཀྱི་དབྱེ་བ་བྱེ་ནི་ དཔྱད་བཅོས་ཀྱི་དམིགས་ཡུལ་
གསལ་བཀོད་འབད་ནི་ ལུས་ལྡན་སྒྲིབ་ཇུས་སྟེ་ཚན་ཐོ་བཀོད་བཟོ་ནི་ དེ་ལས་ ལུས་པ་ ཉེན་སྲུང་ རུང་བ་དང་སྒྲིབ་བཅོས་
གོང་ཚད་ཚུ་ལུ་གཞི་བཞག་ཐོག་ལུས་པ་ཅན་ཀྱི་སྒྲིབ་ཀྱི་སྟེ་ཚན་གདམ་ཁ་བརྒྱབ་ཞིན་མ་ལས་ རྒྱུ་ཇུས་(རྒྱུ་ཆས་)ལུས་ལྟགས་ཅན་

དང་ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཚད་ལྡན་པའི་སྒྲིབ་ཚད་ཀྱི་བྱ་རྒྱུ་ (dosage schedule) གདམ་ཁ་བརྒྱབ་ནི་དང་ཚད་ལྡན་སྒྲིབ་བཅོས་ཀྱི་དུས་ལུག་ཚུ་ལུ་གཞི་བཞག་ཐོག་དྲུང་འཆོ་རང་གིས་སྒྲིབ་ཆས་གདམ་ཁ་བརྒྱབ་ནི་ཡིན་པས།

སྒྲིབ་གདམ་ཁ་བརྒྱབ་ནི་གི་ཚད་གཞི།

སྒྲིབ་གདམ་ཁ་བརྒྱབ་པའི་སྐབས་ལུ་ ལུས་ལུགས་ ཉེན་སྲུང་(གཞོར་གཞོན་དང་ཉེན་ཁ་)དང་ གོང་ཚད་ཚུ་ལུ་གཞི་བཞག་སྟེ་གདམ་ཁ་བརྒྱབ་དགོས་ཡིན་པས། དེ་ཡང་འཇམ་གྱིང་གསེབ་པའི་ཆོགས་སྟེ་གི་མཁོ་ཆས་སྒྲིབ་ཆས་གདམ་ཁ་བརྒྱབ་སྒྲིབ་ལྟར་འབད་བ་ཅིན་ ཡན་ལུས་དང་ཉེན་སྲུང་ཅན་གྱི་སྒྲིབ་ཆས་ཚུ་གཙོ་རིམ་བཟོ་དགོས་པ་དང་ ཡན་ལུས་ཚུ་ཅོག་ཐེབ་ཡོད་པའི་སྒྲིབ་དང་སྒྲིབ་ཚད་ཚུ་གདམ་ཁ་བརྒྱབ་དགོས་པ་མེད་པ་ རྟ་ཡམས་བརྟག་དཔྱད་རིག་པ་དང་ཆན་རིག་གི་ཐོག་ལས་བརྟག་དཔྱད་འབད་བའི་སྒྲིབ་ཆས་ཚུ་གདམ་ཁ་བརྒྱབ་དགོས་པ་དང་ དེ་མིན་པའི་སྒྲིབ་ཆས་གསར་པ་ཚུ་གཞན་དང་མ་འདྲ་བའི་ཁོ་ཡན་སྒྲིབ་ཡོད་ན་མ་གཏོགས་ རོས་ལེན་འབད་ནི་མི་འོང་། སྒྲིབ་ཚད་ཀྱི་ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་སྒྲིབ་ཚུ་གདམ་ཁ་བརྒྱབ་དགོས་པ་དང་ དེ་ཡང་རྒྱུན་གཏན་ཚུ་ཉེ་མ་ལས་གོམས་འདྲིས་ཡོད་པའི་བཞག་ཐངས་དང་འབད་སྟོད་དང་འཁྲིལ་ཏེ་ སྒྲིབ་ཆས་ཚུ་གི་སྒྲིབ་མིང་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོས་དང་སྒྲིབ་བཅོས་ཀྱི་གོང་དང་སྒྲིབ་ཆས་གོང་དང་ཁོ་ཡན་གྱི་ཆ་ཚད་ ཡང་ཅིན་ཚད་གཞི་སྒྲིབ་ཚད་ཚུ་ལུ་བཟླ་དགོག་དེམ་ཅི་འབད་སྒྲིབ་གཅིག་གཉིས་ཅིག་ཅོག་ཐེབ་འཐོན་པ་ཅིན་ དང་པ་ཞིབ་དཔྱད་ཡོངས་ཚོགས་འབད་འབད་མ་གི་སྒྲིབ་ཆས་གདམ་ཁ་བརྒྱབ་ནི་དང་ གཉིས་པ་སྒྲིབ་ཆས་ཀྱི་འགྲུལ་ལུགས་ཁྱད་རྒྱུ་(pharmacokinetic propeties) ལེགས་ཤོམ་ཡོད་མི་དང་གསལ་པ་སྒྲིབ་ཆས་འདི་ཁྱད་ས་དང་ལྡན་མ་སྟེ་བཟོ་བསྐྱུན་འབད་ནི་གི་མཐུན་ཆུན་ཚུ་རང་སེའི་ས་གནས་ལུ་ཡོད་མི་ཚུ་གདམ་ཁ་བརྒྱབ་དགོ།

དྲུང་འཆོ་རང་གི་སྒྲིབ་ཆས་དང་སྒྲིབ་བཅོས།

དྲུང་འཆོ་རང་གི་སྒྲིབ་ཆས་དང་སྒྲིབ་བཅོས་ཟེར་སྐབས་སྒྲིབ་སྒྲིབ་ཡོད་མི་འདི་ཡང་དྲུང་འཆོ་རེ་རེ་གིས་ནད་པ་གི་ནད་གཞི་དེ་འཁྲིལ་ཏེ་སྒྲིབ་ཆས་སོ་སོ་གདམ་ཁ་བརྒྱབ་སྟེ་སྒྲིབ་བཅོས་འབད་ནི་ཡོད་པ་ལས་ཡིན། སྒྲིབ་བཅོས་འབད་མ་དེ་ལུ་རང་གི་སེམས་ཁར་བཞག་དགོས་པ་འདི་ རྟ་གཞི་ཆ་མཉམ་ལུ་སྒྲིབ་ཀྱི་སྒྲིབ་བཅོས་འབད་དགོས་པ་མེད་པ་དང་སྒྲིབ་བཅོས་འདི་ནད་བསྐྱབ་བྱ་དང་བདེ་དོན་ཅི་

ཐོག་ལས་ད་ སྐྱུ་རྒྱུ་མེད་པའི་དཔྱད་བཅས་སྐྱུ་རྒྱུ་དང་བཅས་པའི་སྐྱུ་བཅས་སྐྱུ་བཅས་ཀྱི་དོན་ལུ་ངེ་གཏུགས་འབད་ནི་
དང་ ཁོང་གི་ལག་ལེན་ཚུ་མཉམ་སྦྲེལ་སྐྱུ་བཅས་འབད་ནི་ཚུ་ཨིན།

ནད་པ་གི་དགོས་འདོད།

ནད་པ་སོ་སོ་གིས་རང་སེའི་དགོས་འདོད་གྲུབ་ཐབས་ལུ་ངྲུང་འཛོལ་ཚུ་ལུ་སྐྱུ་བཅས་ཀྱི་ཁྱུ་བ་འབད་ནི་དང་སྐྱུ་གདམ་ཁ་བརྒྱབ་སྟེ་
སྐྱུ་བཅས་འདི་ནད་པ་གི་རེ་འདོད་དབང་ལུ་ཐལ་ནི་གི་ཉེན་ཁ་ཡོད་པ་ཨིན། དགོས་འདོད་འདི་ཡང་སྐྱུ་ཡུན་རིང་མ་སྟེ་ལག་ལེན་
འཐབ་སྟེ་ སྐྱུ་ལུ་ལང་ཤོར་ཐལ་བའི་སེམས་ཁམས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་དང་ ཉེ་མའི་ངྲུང་འཛོལ་གིས་བཀོད་འཛིན་བཀོད་ཐངས་ལས་
བརྟེན་ཏི་དང་ མི་གཞན་ལས་སྐྱུ་གིས་པན་པའི་སྐྱོར་གོ་བ་དང་མི་མང་ཆོང་བསྐྱགས་ཚུ་ལས་གོ་ཤ་ལས་བྱུང་མ་ཨིན་པས། དེ་
སྟེ་ཨིན་པ་ལས་ སྐྱུ་བཅས་འབད་བའི་སྐབས་ལུ་ངྲུང་འཛོལ་གིས་སྐྱུ་བཅས་འདི་ནད་པ་གི་དགོས་འདོད་ཀྱི་དབང་ལུ་བཏང་ནི་མི་
འོང།

ནད་པའི་དཀའ་ངལ་དབྱེ་བ་སྟེ་ཐངས།

ནད་པའི་དཀའ་ངལ་དབྱེ་བ་སྟེ་ཐངས་ད་ལུ་ ནད་གཞི་ཡང་ན་སྟོན་ ཡང་ཅིན་ནད་གཞི་ངོ་མའི་ནད་རྟགས་ ཡང་ན་སེམས་ཁམས་ནད་
གཞི་དང་སེམས་ཚབ་འཚུབས་འབད་བའི་སྟོན་ ཡང་ན་སྐྱུ་གི་གཞོར་གཞོད་ ཡང་ན་སྐྱུ་མ་ལེན་པའི་སྐྱུ་ལོག་ཁྱུ་ཨིན་ན་
ཡང་ན་སྐྱུ་བཅས་དང་མ་འཁྲིལ་བའི་དཀའ་ངལ་ལས་བརྟེན་ཏི་ཨིན་ན་ ཡང་ན་སྐྱུ་འགོག་སྐྱུ་བཅས་ཀྱི་ཁྱུ་བ་ཨིན་ན་དང་གོང་
གི་དཀའ་ངལ་མཉམ་སྦྲེལ་ཨིན་ན་ཚུ་བཟླ་དགོཔ་ཨིན་པས།

རང་གི་སྐྱུ་རྒྱུ་འདི་འོས་འབབ་བདེན་དཔྱད་འབད་དགོས།

འོས་འབབ་བདེན་དཔྱད་འབད་ཤ་ད་ལུ་རྩུས་ཤུགས་ནང་རྒྱུ་དང་དེའི་ཐུན་ ཚད་གཞི་ཅན་གྱི་ཐུན་ཚད་བྱུར་དེབ་དང་ཚད་གཞི་
ཅན་གྱི་སྐྱུ་བཅས་ཀྱི་རྩུས་ཡུན་ཚུ་བཟླ་དགོཔ་དང་ ཁོང་གི་གཞན་དོན་རེ་རེ་བཞིན་གྱི་ཉེན་སྲུང་དང་རྩུས་ཤུགས་ཚུ་དབྱེ་ཞིབ་ཡང་
འབད་དགོཔ་ཨིན་པས།

མཇུག་བསྟུན།

ང་གིས་གོང་ལུ་ཁྱེ་མི་འདི་གཞི་ངོ་མ་ཕྱི་པའི་སྒྲན་བཅོས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་ལུ་བཞག་སྟེ་བརྩམ་བརྩམས་ཨིན་མ་ལས་ང་བཅས་རའི་ནང་
པ་གསོ་བ་རིག་པའི་སྒྲན་བཅོས་འདི་ནང་ཆ་ཆང་ལག་ལེན་འཐབ་མི་བརྟུབ་འོང་། མནོ་བའི་བསམ་འཆར་ཁྱེ་ནི་དང་འདི་ཡང་ལག་
ལེན་འཐབ་པའི་སྐབས་རྩུང་འཆོ་དང་སྒྲན་པ་ག་ར་འབད་རུང་དཔེ་གོང་ལུ་ཁྱེ་མི་དོན་ཆོན་ལུ་བཞག་སྟེ་བརྟུབ་མ་བརྟུབ་ལེགས་ཤོམ་
སྟེ་གཟིགས་ཞིན་མ་ལས་མཛེད་གནང་ཟེར་ཁྱེ་ནི་ཨིན། ཕྱི་པ་དང་ནང་པའི་སྒྲན་བཅོས་ནང་སྒྲན་ལག་ལེན་འཐབ་ད་མ་འདྲ་རུང་
སྒྲན་ཇུ་ཚུ་ལག་ལེན་ཚུ་ལ་ལྟན་སྟེ་འཐབ་དགོ་པའི་ཁྱུངས་ཀྱི་ཐད་ལུ་གཉིས་ཆ་ནང་ར་ཅོག་འཐད་ཟེར་ཁྱེ་ནི་དང་ང་གིས་གོང་གི་དོན་
ཆོན་ཚུ་བརྩམ་དགོ་པའི་དམིགས་དོན་གཙོ་བོ་ར་ང་བཅས་ག་ར་ཨིན་རུང་སྒྲན་ཇུ་ཚུ་ལག་ལེན་འཐབ་པའི་སྐབས་འཕྲོ་བཟླག་མ་
བཏང་བར་ཚུ་ལ་དང་ལྟན་ཏོག་ཏོ་སྟེ་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པའི་ཁྱུངས་དང་ཁེ་ཕན་ཚུ་ཏ་གོ་སྟེ་སྒྲན་ཇུ་ཚུ་བཟོ་བསྐྱུན་དང་འཛིན་སྐྱོང་
ལུ་དཀའ་ངལ་མི་འཐོན་ནི་འདི་དོན་ལུ་ཨིན་ཟེར་ཁྱེ་ནི་ཨིན།