

གཞང་འབྲུམ་ནད་ཀྱི་སྐོར།
 བྱང་འཛོལ་སངས་རྒྱལ་ཕྱིན་ལས།
 མཐོ་རིམ་གོང་མའི་སློབ་སྦྱང་པ།

བཅུད་དོན།

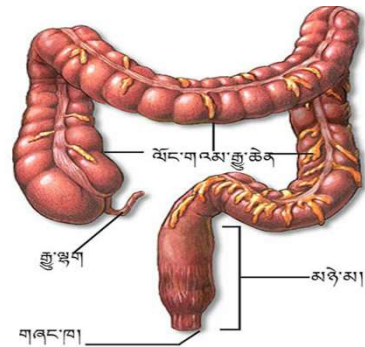
གཞང་འབྲུམ་གྱི་ནད་འདི་གཞང་གི་ཁ་དང་ནད་རྩིས་ལུ་འབྲུམ་པ་འབྱུང་སྟེ་ན་ཟུག་རྒྱབ་ནི་དང་ཟ་འཕྲུག་ལོང་ནི།
 བཤང་བ་བཀག་སྟེ་འཐོན་མ་ཚུགས་མི་ཅིག་ཡིན། ནད་འདི་ལུ་རྒྱ་རྒྱུ་ལེ་ཤ་ཡོད་རུང་ནད་པའི་གསོ་རིག་ཁ་
 ཐུག་ལས་འབད་བ་ཅིན་ཐུར་སེལ་འབྲུགས་ཏེ་ལོག་པ་ལུ་བརྟེན་འབྱུང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན། ནད་འདི་ཉུགས་འདི་
 ཡང་ རྒྱུ་མཁྲིས་བད་ཀན་ཁྲག་གང་ཤས་ཆེ་བ་ལུ་བརྟེན་མ་འདྲུལ་བྱུང་རུང་ སེལ་ཆེ་བ་བཤང་བ་དང་མཉམ་
 ཁྲག་འབྱུང་ནི། གཞང་གི་ཁ་དང་ནད་རྩིས་ལུ་འབྲུམ་པ་འབྱུང་སྟེ་ཟ་འཕྲུག་འབྱུང་ནི་དང་བཤང་བ་བཀག་ནི་རྩི་
 ཡིན། ནད་འདི་སྟོན་འགོག་འབད་ནི་འདི་དོན་ལུ་ཁ་ཟས་སྦྱ་བོ་དང་བསེལ་ཟས་མཁྲུགས་པོ་རྩི་སྦྱང་ནི་དང་སྦྱོད་
 ལམ་བྲག་ལས་དང་བཤང་བ་བཏང་བའི་སྐབས་ལུ་གཞོན་བཙོར་འབད་ནི་རྩི་སྦྱང་དགོས་ཡིན། ནད་འདི་བཙོས་
 ཐབས་འབད་ཚུགས་རུང་ རྒྱལ་ལས་ལོག་འབྱུང་ནི་ཡིན་མ་ལས་ཟས་དང་སྦྱོད་ལམ་གཟབ་དགོས་ཡིན།

དོ་སྟོན།

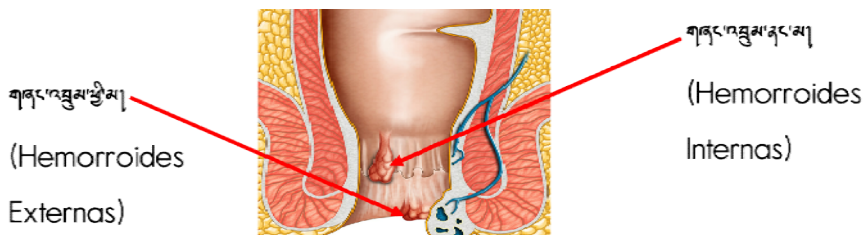
གཞང་གི་ཁ་དང་ནད་རྩིས་ལུ་འབྲུམ་པ་ཆེ་རྒྱུ་དང་དབྱིབས་སྒྲ་ཆོགས་སྦྱེས་ཏེ་བཤང་བ་ཐུར་དུ་འབབ་མ་ཚུགས་
 མི་ལུ་སྦྱབ་ཡིན། ནད་འདི་སྦྱིར་བཏང་ཉེན་ཁ་ཅན་དང་སེལ་ས་ཁྲར་འབད་དགོས་ཅིག་མེན། ཡིན་རུང་ ད་རེས་
 ནད་པ་ནད་འདི་འཐོབ་མི་ལེ་ཤ་ཡོད་པ་ལས་ འདི་ལུ་ཟས་དང་སྦྱོད་ལམ་སྟོན་འགོག་དང་བཀག་
 ཐབས་འབད་དགོས་ཁག་ཆེ་ཤོས་ཅིག་ཡིན། ནད་འདི་མང་ཤོས་ར་ ལོ་ན་ལྔ་བརྒྱ་ལོན་པའི་མི་སྟོབས་སྦྱིར་བཏང་
 བརྒྱ་ཆ་40་ཙམ་ལུ་ཐེངས་གཅིག་ཡང་ན་ཐེངས་གཉིས་ལས་མང་མ་འབྱུང་དོ་ཡོད་པ་ཡིན་མས། ནད་དེའི་དཀའ་
 ངལ་འདི་ཡང་ གཞང་ལམ་ན་བ། ཟ་འབྲུག་ལོང་ནི། ཁྲག་ཟགས་ནི་དང་ཚབས་ཆེ་བ་ལུ་འབྲུམ་ཐོར་འཐོན་ནི་
 རྩི་ཡིན་མས། ནད་འདི་དུས་ཚོད་ལུ་བཙོས་ཐབས་མ་འབད་བ་ཅིན་ ཡང་ཡང་འབྱུང་ནི་དང་མཐའན་མཐུག་ལུ་
 གཞང་འབྲུམ་ལུ་གྱུར་ཏེ་བཙོས་ཚུགས་པ་ལ་ཁག་འོང་ནི་ཡིན་མས།

ཐུ་རྒྱུ་

- ✓ ལྷན་བྲགས་པ།
- ✓ བཤང་གཅིན་ཕྱེན་གསུམ་ཤུགས་བཀག་པའམ་བཅོར་བ།
- ✓ ཏྲ་སོགས་ལ་ཡུན་རིང་བཞུགས་པ།
- ✓ ཐུར་སེལ་རྒྱུ་འབྲུགས་པ།
- ✓ གདན་སྤེལ་མོར་ཚོག་ཐུར་སྤོད་བྲགས་པ།
- ✓ འཁྲིག་པ་སྤྱོད་བྲགས་པ།
- ✓ སེམས་ལས་ཆེ་བ།
- ✓ ས་མས་གཞང་འབྲུམ་སྒྲེ་བའི་ཟས་བསྟེན་པ།
- ✓ ལྷན་འཛོལ་ཆེས་པ།
- ✓ བཤང་ལམ་གཅེའུས་བཅོར་བ།
- ✓ ཐུན་དུ་ཤ་ཟས་བསྟེན་བྲགས་པ།
- ✓ ཆང་རག་བརྟུང་བྲགས་པ།
- ✓ རྩལ་བཅག་ཉུང་བ།
- ✓ ལ་ཟས་སྒྲེ་བོ་བསྟེན་བྲགས་པ།
- ✓ བཤང་བ་འཁྲིགས་པོ་འབབ་པས་མཉེ་མས་པ།
- ✓ སྤོན་ལས་ཀྱིས་སྒྲེ།
- ✓ ཐུན་དུ་བཤང་འགག་ནད་དང་ལྷན་པ།



མཉེ་མས་ནད་དང་གཞང་གི་ལ་ངོས་ལ་འབྱུང་མ་ཡིན།



གཞང་འབྲུམ་ནད་ཀྱི་གནས།

གཞང་འབྲུམ་གྱི་དབྱེ་བ།

༡. བླ་མ་མི་འཇག་ཅིང་སྐུ་མོར་གནས་པས་གཞང་འབྲུམ་སྐུ་མ་པ། འདི་རྒྱུ་དང་བད་ཀན་གཉིས་ལས་འགྱུར་པ་ཡིན།

༢. བླ་མ་འཇག་ཅིང་རྒྱན་པར་གནས་པས་གཞང་འབྲུམ་གཤེ་བ། འདི་བླ་མ་དང་མཁྲིས་པ་གཉིས་ལས་འགྱུར་པ་ཡིན།

ནད་ཀྱི་རྟགས།

- ✓ གཞང་བཀག་པ།
- ✓ ཐུར་སེལ་རྒྱུ་ལོག་པ།
- ✓ ཉེས་གསུམ་འབྲུགས་པས་རྟོད་ཉམས་པ།
- ✓ ཡན་ལག་ན་བ།
- ✓ རྒྱུ་འབྲུམ་ནས་ཁོང་པ་སྒོ་བ་དང་མགོ་འཁོར་བ། ཡི་ག་འཁྲུས་པ།
- ✓ སྒོ་བས་རྒྱུ་ཤིང་ཤ་སྐུ་པ།
- ✓ མཆིལ་མ་མང་ལ་རུས་ཆོགས་ན་བ།
- ✓ གཅིན་མང་བཤང་བ་ཉུང་ཞིང་འབྲུ་འམ་སྐུ་པ།
- ✓ རྒྱ་མི་ནས་མཆན་མ་ན་བ་དང་གཞང་ཁ་གཟེར་བ།
- ✓ ཇི་མ་བླ་མ་བཅས་འབྱུང་བ།

གཞང་འབྲུམ་ནད་དུ་འགྱུར་ཚུལ།

གང་དུ་བཀོད་པའི་རྒྱ་རྒྱུ་དེ་དག་གིས། མཉེས་དང་གཞང་གི་སྐྱབས་སུ་གནས་པའི་ཐུར་སེལ་རྒྱུ་ཞེས་བྱ་བ་འདི་ཉིད་འབྲུག་པ་ལས་བཤང་བ་དུས་ཐོག་ལ་འབབ་མ་ཐུབ། འདིས་མཉེས་འདི་ནད་དུ་བཤང་བ་གསོག་ཅིང་འཕེལ། འདིས་གཞང་ཁའི་སྐྱབས་ཀྱི་གཉེར་མའི་གསེབ་དུ་མི་མངོན་པའི་ངང་ནས་བཤང་བ་འགགས་ནས་དལ་གིས་རུལ། འདིས་མཉེས་འདི་རྩ་མོ་རྣམས་དང་། སྦྱི་ལྷགས་དང་། ཆོལ་དང་། ཤ་དང་བཅས་པར་གཞོན་བཅོར་ཆེས་ཆེར་བྱེད། འདི་ལ་བརྟེན་ནས་ཁ་དོག་དང་། དབྱིབས་དང་། བོངས་ཆད་ མི་འདྲ་བའི་འབྲུམ་པ་སྦྱེ་བས་ན་གཞང་འབྲུམ་ནད་དུ་འགྱུར་བ་ཡིན། གཞན་ཡང་། བཤང་བ་མཁྲིགས་པོ་འབབ་པའམ་བྱུགས་ཀྱིས་བཅོར་བ་ལས་གཞང་འབྲུམ་ནད་སྦྱེད།

ནད་འདི་བྱད་མེད་ལ་མང་བའི་རྒྱ་མཆན།

- ✓ རྒྱ་མཆན་འབབ་པའི་སྐྱབས།
- ✓ རྒྱ་མཆན་དུས་སུ་མ་འབབ་པའི་སྐྱབས།

✓ སྤྱུལ་མའི་གནས་སྐབས།

✓ རྒྱུན་དུ་སེམས་ལས་ཆེས་པ་བཅས་ཡིན།

བཅོས་བབས།

✓ ཟས། དར་བ་གསར་རྫིང་གང་རུང་། ཤ་ལྷ། བྱར་ཤིང་ལུ་བ། རྒྱུ་སྒོལ། སྤོ་ཚོད། ཤིང་རྟོག། ཨ་ཤོམ། རྩལ་དང་གྲོ། ཤའི་རིགས་པལ་ཆེར་རུས་པ་སྤྱུལ་པ་དང་རྩོ་བ་ལྷི་བ་སོགས་སྤང། མདོར་ན་མེ་རྩོད་གསོ་བ་དང་བྱར་སེལ་རྒྱུ་མི་འཁྲུགས་པའི་ཟས་སྒོམ་བསྟེན།

✓ སྤྱོད་ལམ།

རྒྱལ་གང་སྟེང་དུ་ཡུན་རིང་སྤོད་པ་སྤང། བཤང་བ་བྱུགས་བཀག་པ་དང་བཅོར་བ་སྤང། བཙུལ་བཅག་རན་པར་འབད། ཆང་རག་དྲག་པ་དང་སེམས་ལས། འཁྲིག་པ་སྤྱོད་དྲགས་པ་སོགས་སྤང། གདན་སྤང་མོར་སྤོད་པ་དང་ཚེག་བྱར་སྤོད་པ་སྤང། སྤྱོད་ལམ་གང་རྩོ་མི་སྤྱོམས་པ་ཁྲག་རན་རྒྱུ་མེར་རྒྱས་པ་སོགས་སྤང།

སྤྲོ།

གཉམ་ཤས་ཆེན་བྱི་ཏང་ལ་པ་དང་གང་ཤས་ཆེན་མོ་འབྱུ་ཉིད་ཀྱི་ལ། བྲག་ལྷན་ལ་པ། གམ་ཕྱེ། ལྷང་ལ། ཉི་ལྷང། སེ་འབྱུ་ལ་པ། རྒྱ་སྟེར་ལ་པ། ཞི་བྱེད་ལ་པ། ཞི་གསེར།

དབྱང། རྒྱངས་ལུམས། 4 རྒྱངས་དུགས། 4 རྒྱུལམས། 4 གསེར་ཁབ་དང་དབྱུལ་ཁབ་སོགས་བསྟེན།

མཐུག་བསྟུ།

གཞང་འབྱུལ་ནད་འདི་གཤག་བཅོས་འབད་ཆེར་རུང་ལོག་འབྱུང་ནི་དང་། རྒྱངས་ཁྲག་འཛག་པ་ལུ་བརྟེན་ལུས་རྒྱངས་ཉམས་ནི། དེ་ལུ་བརྟེན་རུས་ཅི་ཉམས་པ་འམ་རུས་པ་གསོབ་གསོབ་ལུ་འགྱུར་ནི། ལུས་ཀྱི་མེ་རྩོད་ཉམས་ནི། གང་ནད་ལྷང་ནི། རྒྱང་ཁམས་མཐོ་ནི་དེ་གིས་མགོ་ཡུག་འཁོར་ནི་དང་ལུད་ཤེད་མེད་པ་འགྲོ་ནི་སོགས་ཀྱི་དཀའ་ངལ་ཡོད་པ་ཡིན། ལོ་གཅིག་གི་དུས་ཡུན་ལས་མི་འདའ་བར་སྤྲོན་བཅོས་འབད་བ་ཅིན་ནད་སྤྲོན་གྱིས་ཡང་ཕན་རྒྱབས་ཡོད་པ་དང་དེ་མེན་དུས་འདའ་བ་ཅིན་གཞང་འབྱུལ་ (Rectum Cancer) ལུ་འགྱུར་ཉེན་ཡོད་པ་ཡིན།

༼འོ་བོད་གྱི་གསུམ་བེད་པ། གནང་འབྲུམ་ནད། བད་གཞི་སྒྲིལ་འགོག་ཤེས་བྱ།