



LET'S DO THIS – Tibetan

ལོ་ ༡༦ དང་། དེ་ལས་ཀྱི་ཕ་ཚེར་ COVID-19 ཉོག་དབྱིབས་ལུས་སྐྱར་སྐྱོན་ཁབ་གང་སྐྱར་བརྒྱབ་དགོས་པའི་བསྐྱེད་འདེབས་ལྟུང་།

ལུས་སྐྱར་སྐྱོན་ཁབ་བརྒྱབ་དགོས་དོན།

ཕྱིད་རང་ལ་ཉོག་ནད་ COVID-19 ཕོག་ཟེན་ནའང་། རིམ་མཐོག་ལུས་སྐྱར་སྐྱོན་ཚད་རིམ་སོང་གིས་ཟད་འགོ་བཞེས་འཇུག་གི་འབྲས་བུས་བཟུང་གི་ཡིད།

ལུས་སྐྱར་སྐྱོན་ཁབ་ཀྱིས། ཕྱིད་ཀྱི་རིམ་མཐོག་མ་ལག་ལ། ཉན་སྲིན་འཚོལ་ཞིབ་དང་འགོག་ཚོལ་བྱེད་སྐྱོད་སྐྱོད་ལ་མ་ཟད། ཉོག་ནད་ COVID-19 ཚབས་ཚེན་ཕོག་ཉེན་ལས་སྐྱར་སྐྱོན་ཚད་གཞི་བརྒྱ་ཆ་ ༧༥ བར་གོང་དུ་སྐྱེད་གི་ཡིད།

ལུས་སྐྱར་སྐྱོན་ཁབ་སྐྱེད་འདེབས་ཀྱི་རེད།

ལོ་ ༡༦ དང་། དེ་ལས་ཀྱི་ཕ་ཚེར་མེད་མཁུ་ཉོག་ནད་ COVID-19 མྱོན་འགོག་སྐྱོན་ཁབ་གཉིས་པ་བརྒྱབ་ནས་ལྷོ་བ་གསུམ་སོང་རྗེས་ལུས་སྐྱར་སྐྱོན་ཁབ་ཐོབ་ཐུབ།

ཐ་ན། ལོ་གཞོན་བདེ་ཐང་ཅན་ཚོར་ཡང་ལུས་སྐྱར་སྐྱོན་ཁབ་བརྒྱབ་འོས། དགུན་དུས་སྐྱོད་ལ་ཉན་སྲིན་འགོ་ཉེན་ཆེ་བས། ལུས་སྐྱར་སྐྱོན་ཁབ་ཀྱིས་རང་དང་རང་གི་ཉེ་ཁོར་ཚོར་སྐྱོད་སྐྱོད་བྱེད་ཐུབ།

ང་ལ་ཉོག་ནད་ COVID-19 ཕོག་ཟེན་ན། ལུས་སྐྱར་སྐྱོན་ཁབ་དགོས་སམ།

དགོས་རེད། འབྲུང་འབྲུང་གི་རིམ་མཐོག་ནད་འགོག་སྐྱོད་ཐང་། མི་ཚང་མའི་རང་བྱུང་རིམ་མཐོག་ལུས་སྐྱར་སྐྱོན་འདྲ་གི་མ་རེད། ལུས་སྐྱར་སྐྱོན་ཁབ་ཀྱིས་ཕྱིད་ཀྱིས་འགོག་སྐྱོད་ལུས་སྐྱོན་ཚད་ ༧༥ བར་སྐྱར་ཏེ། ཉན་ཚབས་ཚེན་ཕོག་ཉེན་ལས་སྐྱོད་ཐུབ།

ཕྱིད་རང་རིམ་མཐོག་ནད་ལས་ཡོངས་སྐྱོད་བྱེད་བྱེད་རྗེས་ལུས་སྐྱར་སྐྱོན་ཁབ་བརྒྱབ་ཚོག་། འདི་ནི་མི་མང་ཆེ་བར་རིམ་མཐོག་ནད་ཕོག་རྗེས་ཀྱི་གཟུང་འཁོར་༩ བར་ ༦ གི་གཡས་གཡོན་དུ་ཡིན།

ལུས་སྐྱར་སྐྱོན་ཁབ་གང་དང་གང་ཡོད་དམ།

རིམ་མཐོག་སྐྱོན་ཁབ་དང་ཕོ་དང་གཉིས་པར་སྐྱོན་ཁབ་གཞན་ཞིག་བརྒྱབ་ཡོད་ཅུང་། ལོ་ ༡༥ ཡན་ལ་ལུས་སྐྱར་སྐྱོན་ཁབ་ཏུ་ Pfizer དང་ Moderna mRNA འོས་སྐྱོར་བྱས་ཡོད། ལོ་ ༡༦ ལས་ ༡༧ བར་ལ་ལུས་སྐྱར་སྐྱོན་ཁབ་ཏུ་ Pfizer བརྒྱབ་ཚོག་པའི་ཚོག་མཚན་གནང་ཡོད།

mRNA ལས་བཅོས་པའི་འགོག་ཁབ་ལུས་ཁམས་ལ་མ་འཕྲོད་པའམ། ཡང་ན་དོས་ལེན་མི་བྱེད་མཁུ་ཚོར། ལུས་སྐྱར་སྐྱོན་ཁབ་ཏུ་ AstraZeneca བརྒྱབ་ན་འགྲིག་། གལ་ཏེ་མི་ཞིག་ལ་ཉོག་ནད་ COVID-19 རིམ་མཐོག་སྐྱོན་ཁབ་གཞན་གང་ཡང་འཚོམས་ཀྱི་མེད་ན། འགོག་ཁབ་ Novavax ཞེས་པ་དེ་བརྒྱབ་ཚོག་

ལུས་སྦྲུལ་ཁབ་ནས་ཞོར་སྐྱོན་ཡོང་གི་དམིགས་འབྱེད་དམ

རིམས་འགོག་སྦྲུལ་ཁབ་དང་པོ་གཉིས་པ་དང་མཚུངས་པར། ལུས་སྦྲུལ་ཁབ་བརྒྱབ་རྗེས་སྐྱོན་མཐོང་གི་ཞོར་སྐྱོན་ཡང་པོ་དེ་འདྲ་ཡོང་གི་དམིགས་འབྱེད་དམ། དེའི་ནང་། ལག་རང་དང་ཤ་གནད་ན་བ། ཚ་བ་འཕར་བ། ངལ་ཞིང་དུབ་པ་བཅས་ཚུད། དེའི་ཐད་སེམས་འཚབ་བྱུང་ན་རང་གི་སྦྲུལ་པར་སྐད་ཚད་ཤོད།

ལོ་ ༡༦ མན་ཚོར། ལུས་སྦྲུལ་ཁབ་བརྒྱབ་མ་ཚོག་དོན།

ལོ་ ༡༦ མན་ཚོར་ད་ལྟོ་ཆར་ལུས་སྦྲུལ་ཁབ་བརྒྱབ་རྗེས་ལྷུ་ལ་འདེབས་ལུ་གི་མེད། ལུ་མཚན་ནི་ལོ་ཚད་འདིའི་ནང་། རྟོག་ནད་ COVID-19 ཚབས་ཚེན་པོ་ག་ཉེན་ཚུང་ཞིང་། འགོག་ཁབ་གཉིས་ཀྱིས་རིམས་འགོག་ལུས་སྦྲུལ་ལག་པོ་བསྐྱུན་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པས་ཡིན།

སྦྲུལ་མ་ཡིན་དུས་ལུས་སྦྲུལ་ཁབ་བརྒྱབ་ན་ཉེན་ཁ་མེད་དམ།

བྱད་མེད་སྦྲུལ་མ་ COVID-19 འགོག་ཁབ་དང་པོ་དང་གཉིས་པ་བརྒྱབ་ཚར་བ་ཚོར། ལུས་སྦྲུལ་ཁབ་བརྒྱབ་ན། ཉེན་ཁ་མེད་པས། བརྒྱབ་དགོས་པའི་སྦྲུལ་འདེབས་ལུ་གི་ཡོད།

འགོག་ཁབ་ལ་བརྟེན་ནས་རང་གི་སྤུ་གུར་ཡང་སྤུ་སྐྱོད་པས་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད། འགོག་ཁབ་ལ་བརྟེན་ནས་མ་ལ་ཐོབ་པའི་རིམས་འགོག་གི་ལུས་པ་དེ། སྤུ་གུར་བརྒྱད་སྐྱོད་ཐུབ་ཀྱི་ཡོད་པའི་དཔང་རྟགས་ཡོད་རེད།

རྟོག་ནད་ COVID-19 འགོག་ཁབ་ནི། རང་ཉིད་སྦྲུལ་མ་ཡིན་དུས་དང་། སྤུ་གུར་ལུ་མ་སྦྲུལ་བཞིན་པ། ཡང་ན་མངལ་འཁོར་ཐབས་བྱེད་པ་བཅས་གནས་སྐབས་གང་གི་སྐབས་སུ་རང་ཉེན་ཁ་མེད་པའི་དཔང་རྟགས་ལུངས་བཅོན་ཡོད་ཅིང་། དེས་སྤུ་གུ་སྐྱེ་འཕེལ་ལ་གཞོན་པ་བྱེད་ཀྱི་མེད།

འགོག་ཁབ་ཀྱི་གྲུབ་རྗེས་རྣམས་འཚམས་པོ་ཡོད་དམ།

རྟོག་ནད་ COVID-19 འགོག་ཁབ་ཀྱི་གྲུབ་ཚུལ་ལོངས་སྤོངས་ **Australian Register of Therapeutic Goods** (ཨོ་སི་ཁོ་ལི་ཡའི་སྦྲུལ་བཅོས་དངོས་ཟོག་དེབ་སྐྱེལ་)ནང་། ཐོ་འགོད་བྱས་ཡོད་རེད།

ཨོ་སི་ཁོ་ལི་ཡའི་ནང་། གཤམ་གསལ་གྲུབ་ཚུལ་པའི་འགོག་ཁབ་གང་ལ་ཡང་ཚོག་མཚན་གནད་གི་མེད།

- > སློང་འཇམ། སློག་ཚགས་ཀྱི་ཐོན་རྗེས།
- > COVID-19 རྟོག་ནད་སྐྱེད་བྱེད་ནད་སྲིན་གསེན་པོ་ཅན།
- > བྱེད་ཐབས་གང་རུང་གིས་བྱེད་ཀྱི་ DNA ལ་ཤུགས་སྐྱེན་ནམ་པན་ཚུན་འབྲེལ་ཐུག་བྱེད་པ།
- > བྱེད་ལ་རྗེས་དེད་བྱེད་ཐུབ་པའི་དངོས་རིགས་ཡོད་པ།
- > ཚོས་ལུགས་སམ་དད་མོས་ཅན་གྱི་མི་འགའ་ཞིག་ལ་འོས་འཚམས་མིན་པ།

ཚོས་ལུགས་ཀྱི་བྱེད་སྒོའི་ཆ་ལག་ཏུ། བྱེད་རང་བསྐྱུང་གནས་ལ་གནས་ཡོད་ཚེ། རྟོག་ནད་ COVID-19 འགོག་ཁབ་དང་། ལུས་སྦྲུལ་ཁབ་བརྒྱབ་ན་ཉེན་ཁ་མེད། COVID-19 འགོག་ཁབ་བརྒྱབ་དུས་བྱེད་ཀྱི་པོ་བའི་ནད་གང་ཡང་འཇུལ་གྱི་མེད་པས། དེ་བརྒྱབ་པར་བརྟེན་ནས་བྱེད་ཀྱི་བསྐྱུང་གནས་སྐྱོན་པའོར་གྱི་མེད།

རྟོག་ནད་ COVID-19 འགོག་ཁབ་ཀྱིས་བྱེད་ཀྱི་ DNA རམ། རིགས་རྗེས་ལ་བཟོ་བཅོས་སམ་འགྱུར་བ་གང་ཡང་གཏོང་གི་མེད། འགོག་ཁབ་ཀྱིས་རང་གི་ལུས་པོར་རྟོག་ནད་ COVID-19 ལས་སྤུང་ཐབས་སྐྱོབ་ཅིང་། དེ་ཡང་བརྒྱད་རིམ་ཆ་ཚད་ཉེན་ཤས་ནད་ཚར་གྱི་ཡོད་པ་ལས། དེས་ཐབས་གང་རུང་གིས་བྱེད་ཀྱི་ DNA ལ་ཤུགས་སྐྱེན་ནམ་པན་ཚུན་འབྲེལ་ཐུག་ཅ་བ་ནས་བྱེད་ཀྱི་མེད།

ལུས་སྦྲུལ་ཁབ་དེས་པར་བརྒྱབ་དགོས་སམ།

བརྒྱབ་མི་དགོས། ཡིན་ན་ཡང་། བྱེད་རང་ལ་ COVID-19 འགོག་ཁབ་གཉིས་པ་བརྒྱབ་རྗེས་སྤུ་གུ་སྐྱེན་པ་དུག་ལྷག་སོང་བ་དང་། ལུས་སྦྲུལ་ཁབ་བརྒྱབ་རྗེས་ལྷུ་ལ་འདེབས་ཚུལ་འཚམས་ཚང་རུང་བརྒྱབ་མེད་ན། བྱེད་རང་གི་འགོག་ཁབ་དུས་མཐུན་ཆ་ཚད་བར་བཅི་གི་མ་རེད་ལ། བར་འགྲུངས་སུ་འགྲོ་གི་རེད།

དགུན་དུས་ཀྱི་ COVID-19 རུས་སྤར་སྤོན་ཁབ་འཕར་མ་ཟེར་བ་དེ་ག་རེ་ཡིན་པ་དང་། དེ་སྤུ་ལ་བརྒྱུག་དགོས་སམ།

མི་ཁག་གི་ལ་ COVID-19 གི་ནད་ཚབས་ཆེན་པོ་གི་ཉེན་ཆེ་བ་ཡོད། མི་དེ་ཚོར་དགུན་ཁབ་འཕར་གོང་ནས་སྤོབས་བྱ་ཆེད། རུས་སྤར་སྤོན་ཁབ་ (གཉིས་པ་) ཞིག་བརྒྱུག་དགོས་པའི་སྐྱེལ་འདེབས་ལྷན་ཁག་གི་ཡོད་ཅིང་།

གཤམ་གསལ་ཆ་རྒྱུན་གང་རུང་ཚང་ན། 2022 ལྷ་བ་ ༤ རས་དགུན་དུས་ཀྱི་རིམས་འགོག་སྤོན་ཁབ་(རུས་སྤར་སྤོན་ཁབ་གཉིས་པ་) བརྒྱུག་ཆོག

- > ལོ་ ༥༥ འཕམ། དེ་ལས་ཀླན་པ།
- > གདོད་མའི་མི་རིགས་དང་ Torres Strait Islander གི་མི་ལོ་ 40 དང་། དེ་ལས་ཀླན་པ།
- > དབང་པོ་སྤོན་ཅན་ནམ། གན་འཁོག་ལྟ་སྤོང་ཁབ་གི་གཏུན་ཐོད་མི་སྣ།
- > ལོ་ 75 དང་། དེ་ལས་ཀླན་པ་གང་ཞིག་རིམས་འགོག་ལུས་བྱུངས་ཉམས་ཞན་གྱི་མི། ལྷོ་ཚན་འདིའི་ཁོངས་ཀྱི་མི་ཚོར་དགུན་ཁབ་འཕར་གོང་ནས་འགོག་ཁབ་ འོ། COVID-19 ཀྱི་འགོག་ཁབ་ལྔ་པ་ (མང་གཞིའི་འགོག་ཁབ་གསུམ། རུས་སྤར་སྤོན་ཁབ་དང་པོ། དགུན་ཁབ་འཕར་རུས་སྤར་སྤོན་ཁབ་བཅས་) དེ་ ཆགས་ཀྱི་ཡོད།

རུས་སྤར་སྤོན་ཁབ་དང་པོ་བརྒྱུག་ནས་ལྷ་བ་ ༤ སོང་རྗེས་སམ། རུས་སྤར་སྤོན་ཁབ་བརྒྱུག་རྗེས་ཏོག་ནད་ COVID-19 ཕོག་ཆོ། ཏོག་ནད་ COVID-19 ཕོག་པ་ནས་ལྷ་བ་ ༤ སོང་རྗེས་དགུན་ཁབ་འཕར་གོང་ནས་ COVID-19 རུས་སྤར་སྤོན་ཁབ་བརྒྱུག་ཆོག

དགུན་ཁབ་འཕར་ COVID-19 རུས་སྤར་སྤོན་ཁབ་འཕར་མ་བརྒྱུག་རྒྱུའི་འོས་ཚུན་ཚང་བ་མང་ཆེ་བ་ལ། ཆམ་རིམས་སྤོན་འགོག་སྤོན་ཁབ་ཀྱང་རིན་ མེད་དུ་བརྒྱུག་རྒྱུའི་ཆ་རྒྱུན་ཚང་ཡོད།

COVID-19 རིམས་འགོག་སྤོན་ཁབ་དང་། ཆམ་རིམས་སྤོན་འགོག་སྤོན་ཁབ་དུས་མཉམ་དུ་བརྒྱུག་ན་ཉེན་ཁ་མེད་ དམ།

COVID-19 རིམས་འགོག་སྤོན་ཁབ་དང་། ཆམ་རིམས་སྤོན་འགོག་སྤོན་ཁབ་གཉིས་དུས་མཉམ་དུ་བརྒྱུག་ཆོ། ལྷན་བཞེ་ཞིང་ཉེན་ཁ་མེད། རིམས་ འགོག་སྤོན་ཁབ་དེ་གཉིས་དུས་མཉམ་དུ་བརྒྱུག་འདོད་ཡོད་ཆོ། རང་གི་སྤོན་པའམ། སྤོན་ཚོང་ཁབ་དུ་སོང་།

དུས་ཚོད་བཟོ་བ།

མངའ་སྡེ་ནི་ལྷོ་ཤར་ཕྱོད་ལྷན་ཁག་། སྤོན་པ་དང་སྤོན་ཚོང་ཁབ་རྒྱུད་པའི་རུས་སྤར་སྤོན་ཁབ་བརྒྱུག་ས་སྤོང་ཕྱག་མང་པོ་ཡོད་པས། དེ་ཚོ་གང་རུང་ལ་ དུས་ཚོད་བཟོ་ཆོག

NSW Health གི་སྤོན་དཔུང་ཁབ་མང་ཆེ་བས། "ཐད་ཀར་ཡོང་རྒྱུ་བྱེད་པ་" རོས་ལེན་གནང་གི་ཡོད། དེ་ནི། ལྷན་འཕམ་དུས་ཚོད་བཟོ་མ་དགོས་ པར་ཐད་ཀར་སོང་ཆོག་པའི་དོན་ཅིང་།

- > འདི་ནས་འགོག་ཁབ་བརྒྱུག་རྒྱུའི་དུས་ཚོད་བཟོ་བའམ། ཡང་ན་ཡོང་རྒྱུ་བྱེད་པའི་ [NSW Health འགོག་ཁབ་སྤོན་དཔུང་ཁབ་འཚོལ།](#)
- > [འདི་ནས་རང་དང་ཐག་ཉེའི་སྤོན་ཁབ་ངམ། སྤོན་པ། སྤོན་ཚོང་ཁབ་](#)གི་ཁོངས་ནས་དུས་ཚོད་བཟོ་ས་ཞིག་འཚོལ།

དུས་ཚོད་བཟོ་བར་རོགས་རམ་དགོས་ཆོ། National Coronavirus Helpline (རྒྱལ་ཡོངས་ཏོག་ནད་རོགས་འདེགས་ཁབ་) ལ་ཨང་གྲངས་ **1800 020 080** བརྒྱུག་ཁ་པར་བཏང་སྟེ། ལྷན་སྤོན་དགོས་ན་གང་མ་གཞི་ཁོངས་ནས་ < དེ་བདམས་གནང་།