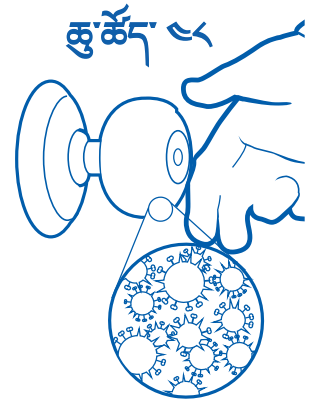


ཚ་རིམས་བཀག་ཐབས་ཀྱི་དོན་ལུ་ ཉིང་སང་ས་བཞག་ནི།

ཕྱ་རབ་ནད་འབྱུང་འདི་གིས་ དངོས་པོ་དཔེར་ན་ སྒྲིའི་གཉའ་ཤིང་དང་ ཅོག་ཅེ་དེ་ཚུ་ནང་ ག་དམ་ཅིག་གནས་དེ་ སྣོད་འོང་ག?

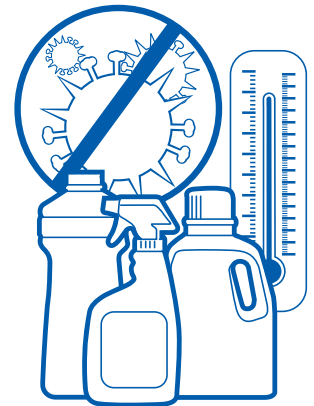
ཕྱ་རབ་ནད་འབྱུང་གི་ ཅ་ཆས་ལ་ལུ་ཅིག་གུ་ དུས་ལུན་ཚུ་ཚོད་ ༥༤ དེ་ཅིག་ མ་ཤི་བར་ “གནས” དེ་སྣོད་ཚུགས། ཅ་ཆས་དེ་ཚུ་ འཕྲལ་འཕྲལ་རང་འབྲུག་པ་ཅིན་ ཕྱ་རབ་ནད་འབྱུང་དར་བྱུང་འགྱོ་ནི་ལས་ བཀག་ཐབས་འབད་ཚུགས།



ཕྱ་རབ་ནད་འབྱུང་ཚུ་ ག་ཅི་གིས་བསད་ཚུགས་པ་སྟོན་པ་སྟོན་ག?

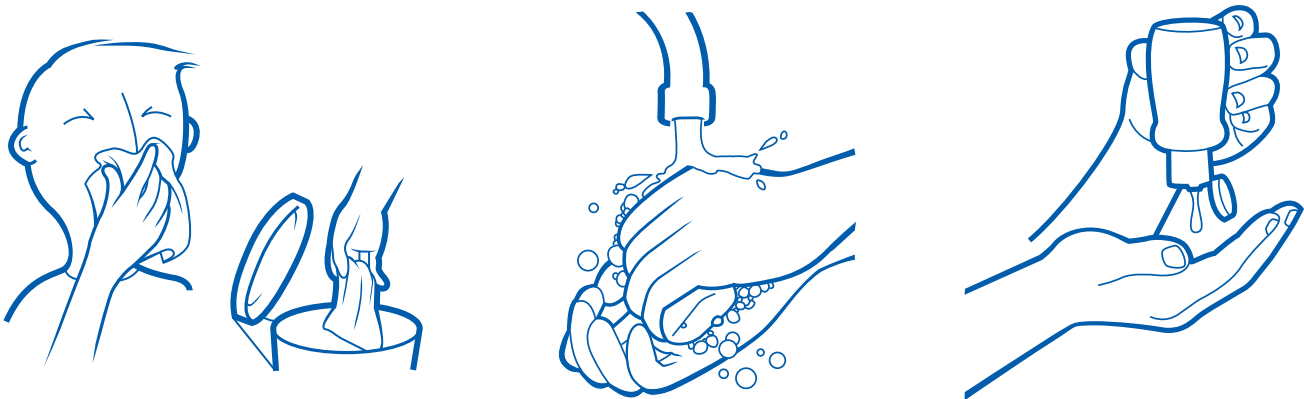
ཕྱ་རབ་ནད་འབྱུང་དེ་ཚུ་ ཚོད་དོད་ 76.7° F [20° C] ལས་མངམ་ཡོད་པ་ཅིན་བསད་ཚུགས་པ་ཨིན། དུས་ཚུན་ལག་ལེན་འཐབ་མི་ བྱིམ་ནང་གི་ འབྲུག་ནིའི་འདག་རྩལ་ཚུ་གིས་ ཕྱ་རབ་ནད་འབྱུང་བསད་ཚུགས་ནི་དང་ གཤམ་གསལ་གྱི་རྩལ་ཡོད་མིའི་མཐོན་དངོས་ ཚུ་གིས་ཡང་བསད་ཚུགས།

- ཚུའི་སྐྱེན་རྩལ།
- ཚུ་རྒྱུད།
- འདག་རྩལ། རྒྱུང་ལེབ།
- མཐ་ཚུ་གཉན་སྲིན་སེལ་བྱེད། རྒྱ་ཚུ་ཡོད་པའི་གཉན་སྐྱེན།
- ཆང་རིགས།



ནད་གཏོག་པ་ཚུ་གི་ བྱུང་ལུ་འབྲུག་ཤོག་དང་ ཅ་ཆས་གཞན་དེ་ཚུ་ ག་དེ་འབད་ལག་ལེན་འཐབ་དགོ་པ་སྟོན་ག?

ནད་དང་གཅིག་ཁར་འབྲེལ་བར་འཐབ་པའི་ཤུལ་ལུ་ ལག་ལེན་འབྲུག་བཤམ་རྒྱུ་དགོ། ཁོང་གི་འབྲུག་ཤོག་དང་ གོ་ལ་འབྲུག་བའི་ཤུལ་ལས་ ལག་ལེན་འབད་ཚུ་ འབྲུག་ཤོག་ཨིན།



བརྗོད་ཁ་གསལ་གྱི་དོན་ལུ་ CDC བརྗོད་དང་གཅིག་ཁར་7-2025-CDC-INFO (232-2626)ནང་ལུ་བརྗོད་འཕྲིན་གཏང་ནི་དང་ ཡང་ན་ཡོངས་འབྲེལ་འཆར་ཟླ་ www.cdc.gov/flu བརྗོད་པ་གཞིགས་ནང་།

