འདྲ་མཉེར།

བཤད་དུ་བའ་ཀྱི་དགེ་བཏོན: ཡིག་ཆ་འདི་ནང་ **རྒྱལ་ཡོངས་ཤད་སྨན་ཀྱེ་བའི་ བསར་ཡ་འགྲེས་ཐུབས་རྟེན་གྱི་** སྤྱས་ཚད་ཨན་ཀྱི་བྱ་སྤྱོད་ལག་ལེན་ཀྱི་གནས་ཚད་ཚུལ་བཀོད་དུ་ཡོད་པ་ཞིག། ཡིག་ཆ་འདི་བཟོ་ཡོད་ བསར་བྱེད་ཀྱི་ཉེན་ཁྲ་རྩད་བཀག་ལེན་ཀྱི་ཉེན་ཁྲ་རྩད་ཟོམ་ཞིབ་མ་གཏོགས། འདི་ནང་ཡོད་ པའི་བཏུ་གཏུ་བ་དང་ཨན་ཀྱི་བཏུ་ཚུལ་ གཏན་ཁེལ་བྱས་ཡོད་པའི་ བསར་ཡ་ཁག་ལེན་ཀྱི་ཉེན་ཁྲ་ཁྲུངས་ཆིག་མ་གཏོགས། འདི་ནང་ཡོད་ པའི་ཐོག་ནས་ ལག་ལེན་འཐབ་ཀྱི་དང

དཀའ་ཚུལ

1. ཞུབ་ཚད་དེ།
2. དྲིས་གསལ་ཡུལ།
3. འགན་ཁྲིམས།
4. ཐེམ་ཚོག
5. གཞི་རྩ།
6. ཐེམ་པར་དུ་ཚང་དགོ་པ།
7. བྱ་རིམ་ཤོག་གཞམ།
8. བྱ་རིམ།
9. ཟུར་སྣ་གསལ།
10. རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

1 ཞུབ་ཚད་དེ།

1.1 ཚད་གཞི་ཨན་ཏི་བྷ་སྨོའི་ལམ་ལུགས་འདི་ སྨན་སྣུར་སྐུབས་ཀ་གཡོག་འཐབ་ཀྱི།

2 དྲིས་གསལ་ཡུལ།

1.1 སྨན་སྣུར་ཀྱི་ཞབས་ཏོག་འདི་སྤྱས་ཚད་དང་ཉན་མ་སྒོ་སྒྲུ་ཤིའི་རྗེན་ལུ།

3 འགན་ཁྲིམས།

ཨང་།	བསལ་འགན་ཁུལ།	འགན་འཛིན།
1	ནང་བཞུག་ཁང་གི་བསལ་བྱེད་པ།	ཚད་གཞི་ཨན་ཏི་བྷ་སྨོའི་ལམ་ལུགས་ཀར་ཀ་གཡོག་འཐབ་ཀྱི།
2	བསལ་ཡ་འགོ་འཛིན་/འགོ་དཔོན།	ཚད་གཞི་ཨན་ཏི་བྷ་སྨོའི་ལམ་ལུགས་བསྐར་སྒྲུ་དང་ལམ་སྟེགས་ བྱ་རིམ་ཚུ་ཀར་རྩིག་འཐབ་ཀྱི་དང་ སྤྱས་ཚད་ཁབས་ཀ་ཚོགས་ཆུང་ལུ་ཁས་ལ་སྟེན་འཐབ་དགོ

༨ ཐེམ་ཚོག

༨.༡ **སྡུག་སྦུར།** རྒྱུ་ཐའི་ རྒྱུ་དྲལ་གསལ་ཁུ་ སྡུག་སྦུར་ཚི་འདི་ཁུ་གོ་དགོ།།

༥ གཞི་རྩ།

༥.༡ སྡུག་སྦུར་ཀྱི་སྡུག་བཅོམ་ཞབས་ཀོག་འདི་ ཁྲུད་པོག་དང་ལུགམ་ཁྱེ་སྒྲུབ་པ།

༦ ཐེམ་ཁར་དུཚོང་དགོ་པ།

༦.༡ ཟླུར་ཁྱགས་ཁང་ཾ་ ༩.༡ ། ཚུག་ཁ་ཀུར་དུཚོང་དགོ

༩ བྱ་ཅིམ་ཇོག་ཁྲམ།

༩.༡ དགོས་མཆོ་མེད།།

༧ བྱ་ཅིམ།

༧.༡ སྔོན་འགྲོ།།

༧.༡.༡ རྒྱབ་ཏོམ་འཛིན་འབབ་ཁྲིན་ཁམ་ཁས་བྱ་ཅིམ་ཀྱི་རྟེན་ཁུ་ སྡུག་བཅོམ་ཀྱི་གོ་བརྟ་སྒྲུབ་དགོ

༧.༡.༢ ཐོ་དེབ་/སྨོག་ཐོག་རྒྱུ་ཁའི་བརྟ་རྟེན་ཅིམ་ཁུག་ས་ཁུ་ རྒྱུ་ཁའི་ཁ་གས་ཁ་བགོ་དགོ།།

༧.༡.༣ སྡུག་སྦུར་ཀྱི་རྟེན་ཁུ་ སྡུག་དྲང་ཅ་ཆས་ཚུ་ཆ་ཚོང་གྲ་སྐྱིག་འབབ་དགོ།།

༧.༢ དུངོས་གཞི།

༧.༢.༡ སྡུག་སྦུར་ ཚད་གཞི་དྲང་བསྟུན་སྡུག་སྒྲོར་དགོ།།

༧.༢.༢ རྒྱུ་དྲལ་གསལ་ཁུ་སྡུག་སྦུར་དགོ།།

༧.༢.༣ སྡུག་སྦུར་ཚོར་ཁྲིམ་ཁས་ རྒྱས་ཡུན་ཚུ་ཚོོད་ ༧-༡༠ གི་རིང་ཁུ་བཀག་དགོ།།

༧.༢.༤ དེ་གི་ཤུལ་ཁས་ཚུ་འབྲུ་བཤུག་དགོ།།

༧.༣ ཉེན་སྐྱོང་།

༧.༣.༡ སྡུག་སྦུར་ཚོར་བའི་ཤུལ་ཁུ་ རྒྱབ་འདི་སྡུག་གཡོག་ཡོག་མོ་གིས་ ཀུ་རྟོག་འབབ་དགོ།།

༧.༣.༢ ཅ་ཆས་ཚུ་གཏེར་ཉེན་བཀག་ཐབས་ཀྱི་ཁམ་ཁྲག་ཀུར། ཁག་ལེན་འཐབ་དགོ།།

༧.༣.༣ སྨོབ་སྒྲུང་པ་ཚུ་ཁག་ལེན་སྒྲུང་བརྟར་སྐབས་དུང་འཚོ་དུང་སྡུག་པའི་ཁམ་སྟེག་མེད་པར་དང་བའི་ཐོབ་ཐང་བརྟ་བཤུག་ཀྱི་ཞི་རྩེད།།

ཉ ཟླར་སྦྲགས

ཉ.༡ ཨེམ་པར་ཏུ་ཚང་ཀོ་པ། ཟླར་སྦྲགས་ཉ.༡།

ཉ.༢ སྡེབ་སྦྱོར་ཀྱི་ཚད་གཞི། ཟླར་སྦྲགས་ཉ.༢།

༡༠ རྒྱབ་རྟེན་ཡིག་ཆ།

༡༠.༡ ནང་སྡེབ་འགྲབས་ཅོག་གི་ཚད་གཞི་ཨན་ཏི་བྷ་སྐྲིའི་ཁམ་ཁྲག། ཐོན་རིམ་དང་པ། རྒྱལ་ཡོངས་ནང་སྡེབ་ཀྱི་བ། ༢༠༢༢ ལོ་མ།

༡༠.༢ ཁམ་ལེ་ཚད་གཞི་ཨན་ཏི་བྷ་སྐྲིའི་ཁམ་ཁྲག། རྒྱལ་ཡོངས་ནང་སྡེབ་ཀྱི་བ། ཐོན་རིམ་དང་པ། ༢༠༡ཉ ལོ་མ།

༡༠.༣ ཁམ་ལེའི་སྡེབ་བཅོས་ཁམ་ཚོན། ཐོན་རིམ་དང་པ། རྒྱལ་ཡོངས་ནང་སྡེབ་ཀྱི་བ། ༢༠༡ཉ ལོ་མ།

ཨེམ་པར་ཏུ་ཚང་ཀོ་པ།

༡ ནང་པའི་བརྟག་དཔྱད་ཐོ་ཚོག།

༢ སྡེབ་བཏུབ་དུག་ཡོལ།

༣ བཏུབ་ཤིང་།

༤ ཚད་འཛལ་གྱི་ཐ་སྙོད།

༥ སྡེབ་རྫས། (རྫིའི་ཚ་བ་གསུམ། ཡན་ཚོད། ཁོ།)

༦ སྡེབ་ཐུར།

༧ ཚད་འཛལ་འགྲུལ་ཆས།

༨ ཆུ་སྐོལ་སྙོད།

༩ གཏེར་ཁབས།

༡༠ ཁ་རས།

༡༡ ཕྱག་ས་སྙོད།

༡༢ བཀྲེད་འབོལ་མཛད་བཅོག

༡༣ སྡེབ་སྙོད། (stainless-steel sputum mug)

༡༤ ཁཀ་པ་འཁྲུ་ཀྱི་མཐུན་རྐྱེན་ཆ་ཚད།

སྡེབ་ཚན་གྱི་ཚོར་གཞི།

ཨང་།	ཚན་རིག	སྡེབ་ཀིང་།	ཚོར་གཞི།
༡	ཚ་བ་གསུམ་ཚོལ་དུ་མཉམ།	རྒྱ་སོང་།	༡५gm
		ཇ་ཚོ།	༡५gm
		སུབ་ཀུ།	༡५gm
		ཚོལ།	༡००gm
		ཨུ་རི།	५gm
༢	ཚ་བ་གསུམ་ཁོར་དུ་མཉམ།	རྒྱ་སོང་།	༡५gm
		ཇ་ཚོ།	༡५gm
		སུབ་ཀུ།	༡५gm