



མི་ལོ་ན་ཚན་གྲས་རྣམས་ཀྱིས་ COVID-19 རྩོམ་འགོག་ཐང་མཚུན་ དགོས་པ་རིག་པ།



ངས་ཅིའི་ཕྱིར་རྩོམ་འགོག་ལེན་དགོས་སམ།

རྩོམ་འགོག་སྐྱོན་ཁབ་ཀྱིས་ཁྱེད་རང་COVID-19ལས་སྤང་སྐྱོབ་བྱེད་ཀྱི་རེད། མི་ཁ་ཤས་COVID-19བརྒྱུད་ཏུ་ཅང་ན་བཞིན་ཡོད། ལྷག་པར་སྐྱོན་ཁབ་དུའང་ཉལ་དགོས་འབྱུང་གི་ཡོད།



རྩོམ་འགོག་སྐྱོན་ཁབ་ཀྱིས་ལས་ཀ་རི་ལྟར་བྱེད་ཀྱི་རེད་དམ།

རྩོམ་འགོག་སྐྱོན་ཁབ་ཀྱིས་ང་ཚོའི་གཞུགས་པོར་འགོག་སྤང་མ་ལག་ག་སྐྱིག་བྱེད་རྒྱུར་སྐྱུལ་གྱི་རེད། འགོག་སྤང་མ་ལག་དེས་ང་ཚོ་COVID-19ཡོད་སར་བསྐྱབས་ཀྱང་སྤང་སྐྱོབ་བྱས་ཏེ་ན་ཚ་མི་འགོས་པ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། དེའི་ཕྱིར་ཁྱེད་ལ་རྩོམ་འགོག་སྐྱོན་ཁབ་བརྒྱུད་COVID-19འགོས་ཀྱི་མ་རེད།



མི་ཚན་གྲས་རྣམས་ཀྱི་ཆེད་དུ་COVID-19རྩོམ་འགོག་སྐྱོན་ཁབ་གང་དག་ཡོད་དམ།

ད་ལྟའི་ཆར་ཚན་འཁོགས་ཐོག་སྤྱོད་ཚོགས་པའི་རྩོམ་འགོག་མང་པོ་ཡོད། རྩོམ་འགོག་སྐྱོན་ཁབ་ཀྱིས་ཁྱེད་རང་COVID-19བརྒྱུད་ཏུ་ཅང་ན་སྲིད་པ་ལས་སྤང་སྐྱོབ་སྤུབ་ཀྱི་ཡོད། རྩོམ་འགོག་སྐྱོན་ཁབ་འབྲེལ་ཡོད་གནས་ཚུལ་ཞིབ་ཐོག་ཁྱེད་ཀྱི་ཚོགས་ཐོག་དུ་བཞོན་ཡོད།

<https://www.toronto.ca/home/covid-19/covid-19-protect-yourself-others/covid-19-vaccines/>



ནམ་ཞིག་བར་དུ་རྩོམ་འགོག་གིས་ང་རང་སྤང་སྐྱོབ་སྤུབ་ཀྱི་རེད་དམ།

ད་ལྟའི་དུས་ཆར། ང་ཚོས་རྩོམ་འགོག་སྐྱོན་ཁབ་ཀྱིས་དུས་ཡུན་རིང་སྤང་ཅི་ཙམ་ཞིག་COVID-19ལས་སྤང་སྐྱོབ་སྤུབ་མེན་ཤེས་ཀྱི་མེད། ཕྱིས་སུ་ཤུགས་རྩོམ་འགོག་སྐྱོན་ཁབ་རྒྱག་དགོས་འབྱུང་སྲིད་པ་རེད།



ང་ལ་ནད་རྫིང་ཡོད། ངས་རྩོམ་འགོག་ལེན་ཚོགས་གས།

COVID-19རྩོམ་འགོག་སྐྱོན་ཁབ་ཚང་མ་ཚན་འཁོགས་ནད་ཚ་རྫིང་པ་དཔེར་ན་གཅིན་སྟེ་དང་། འྲག་ཤེད་མཐོ་བ། རྫིང་གི་ནད། ཡང་ན་སྟོ་ནད་ཡོད་གས་ལ་བདེ་འཇགས་ཡིན། ན་བའམ་ཡང་ན་སྐྱོན་བཅོས་ཀྱིས་རྩོམ་འགོག་སྤུབ་ཏེ་མི་གཞུགས་པོའི་འགོག་སྤང་མ་ལག་སྐྱོ་པོ་ཡོད་གས་རང་ཉིད་ཀྱི་འཕྲོད་བསྐྱེད་ལྟ་རྟོགས་པར་དང་ཐོག་བཀའ་མོལ་ལྷུ་དགོས།



ང་ལ་མི་འཕྲོད་པའི་ནད་ཡོད། ངས་རྩོམ་འགོག་ལེན་ཚོགས་གས།

ཚན་འཁོགས་རྣམས་ལ་mRNAརྩོམ་འགོག་རྒྱག་གི་ཡོད་ཅིང་དེ་དག་གི་ནད་དུ་གཉན་འཛོམས་སྐྱོན་རིགས། ཤིང་ལོ་སྟོང་། དུད་འགོ་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱ་ཆ། འྲག་ལས་བྱུང་བའི་རྒྱ་ཆ་བཅས་མེད། མི་གང་ཞིག་རྩོམ་འགོག་གི་རྒྱ་ཆ་རྣམས་ཏུ་ཅང་མི་འཕྲོད་པའི་ནད་ཡོད་རིགས། དང་ཐོག་སོ་སོའི་འཕྲོད་བསྐྱེད་ལྟ་རྟོགས་པར་ངེས་པར་དུ་སྐད་ཆ་ཤོད་དགོས། ཁྱེད་རང་རྩོམ་འགོག་བརྒྱབས་རྗེས་སྐར་མ་15ཟླ་སྤོང་བྱེད་དུ་བརྒྱུ་ནས་དཀའ་ངལ་ཡོད་མེད་ལྟ་ཞིབ་བྱེད་ཀྱི་རེད། ཐོག་ཁྱེད་ཀྱི་ཚོགས་ཐོག་རྩོམ་འགོག་ནད་གི་རྒྱ་ཆ་ཞིབ་ཐོག་རྣམས་གསལ་འགོད་ལྷུ་ཡོད། <https://www.toronto.ca/home/covid-19/covid-19-protect-yourself-others/covid-19-vaccines/covid-19-about-the-vaccines/>



ང་ཚོའི་ནུས་ལྡན་COVID-19ལ་བརྟེན་པའི་ང་ལ་ད་དུང་ཚོན་འགོག་སྐྱོད་ལས་རྒྱུག་དགོས་སྐུལ།

དགོས། COVID-19ལ་རྒྱུས་བསྐྱེད་པའི་རང་བྱུང་གི་ནད་རྒྱུས་ལྡན་པའི་ཡུན་རིང་མི་གནས་པ་སྲིད་པས།
ཡང་བསྐྱར་COVID-19ལ་སྲིད་པའི་ཉེན་ཁ་ཡོད། ཚོན་འགོག་མ་བརྒྱབས་པའི་ཚོན་དུ། ལྷ་ཞིག་COVID-
19ལ་རྟེན་ལྡན་ཡོད་ཆེ་དུག་སྲིད་མ་ཡོང་བར་སྐྱུག་དགོས། ཟུར་བཀག་ནད་དུ་བཟང་མེད་པའི་གསལ་ཡིན་དགོས།



ཚོན་འགོག་གིས་ང་རང་ནད་པ་བཟོ་སྲིད་དམ།

ཚོན་འགོག་ནད་དུ་གཉན་སྲིད་མེད་པས་དེས་ཁྱེད་ལ་COVID-19འགོས་མི་སྲིད། ཚོན་འགོག་སྐྱོད་ལས་
ཀྱིས་ཚོན་འགོག་གཞན་ལྟར་ཟུར་གཏོང་ཡོང་སྲིད། (དཔེར་ན། ཆམ་ནད་ཚོན་འགོག) ཟུར་གཏོང་ནམས་
རྒྱུན་དུ་ཉེན་ཤས་རིང་ལས་གནས་ཀྱི་མེད།

- ལས་བརྒྱབས་ཡུལ་དེར་དམར་པོ་ཆགས་པ་དང་། རྩལ་སྐྱོད་ལས་བཅས་ཡོང་སྲིད།
- མགོ་ན་བ། ཐང་ཆད་བ། ཤ་རྒྱས་ན་བ། ཚིག་ན་བ།
- ཚ་བ་འཕར་བ། བྱང་ཤུར་རྒྱག་བ། ཞེ་མེར་བ། སྐྱུག་བ།
- མཚན་ཁུང་དང་མེན་ཁུང་ན་རྒྱག་གཏོང་བའམ་སྐྱབས་བ། (རྒྱུང་དཀོན་པོ།)

ཚོན་འགོག་རྒྱག་ཐེངས་གཉིས་པ་དེའི་སྐབས་ཟུར་གཏོང་དེ་ལས་མང་བ་རྒྱུན་གཏན་རེད་འདུག གལ་སྲིད་ཁྱེད་ཀྱི་ཟུར་གཏོང་
ཉེན་ཤས་ལས་མང་བ་གནས་ཆེ། རང་ཉིད་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལྟ་རྟོགས་པར་བཀའ་ཚིག་ལྟར་བྱ་དགོས།



ང་རང་ཚོན་འགོག་བརྒྱབས་རྗེས་རྒྱུན་སྐྱོད་མི་ཚོར་ཕྱིར་ལོག་ཚོག་གམ།

COVID-19ཚོན་འགོག་བརྒྱབས་རྗེས་ཁྱེད་ཀྱིས་གཟུགས་པོས་སྐྱོད་ལྷན་ཡུལ་པོ་ཐོན་ཐུབ་པ་བཟོ་བར་
བདུན་ཕྱག་གཉིས་འགོར་སྲིད་ཀྱི་ཡོད། ད་དུང་ང་ཚོས་མི་མང་ཆེ་བ་ཚོན་འགོག་བརྒྱབས་མ་ཚར་བར་དུ་
སྐྱུག་དགོས་ཀྱི་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཁྱེད་ཀྱི་ཏོག་འགོག་སྲི་ཚོགས་ལས་སྐྱོན་ནམས་ལྷ་མཐུན་རྒྱུན་འབྱོར་ས་
གནང་དགོས་པ་ནི་ཁ་རས་ཤོན་བ། ཕན་ཚུན་རྒྱུང་ཐག་འཇོག་བ། རང་ཉིད་ན་སྐབས་མི་མང་ཆེ་བར་ཚོན་
འགོག་བརྒྱབས་མ་བཟོ་བར་བྱིས་དུ་སྲིད་པ་བཅས་གནང་དགོས།



ང་ཚོན་འགོག་རྒྱག་པར་གང་དུ་འགོ་དགོས་སྐུལ།

སྐྱོད་ལས་ཀྱི་ཐོན་ཐོག་རག་མ་ཐག་གང་མཐོགས་ཀྱི་རོན་ཏོ་འཕྲོད་བསྟེན་སྲི་ཚོན་དང་། དེའི་ནད་དུ་གོ་
རོན་ཏོ་མི་དམངས་འཕྲོད་བསྟེན་སྐྱོད་ལས་ཀྱི་ཨོན་ཏེ་ལི་མི་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷ་ལག་དང་སྐྱོད་ལས་ལག་དེ་
བཞིན་སྐྱོད་ཚོང་ལག་གཞི་རིམ་ཞབས་ཞུ་མཁོ་འདོན་པ་བཅས་ཚང་མས་སྐྱོད་དུ་མང་ཚོགས་རྣམས་ལ་
ཚོན་འགོག་སྐྱེལ་རྒྱག་ལས་ཀར་འབད་བཞིན་ཡོད། ཀྱི་རོན་ཏོ་གོང་ཁྱེད་ཚོན་འགོག་ལས་འཆར་གྱི་སྐྱོན་
ལང་ལག་ནི་སྲི་གཅིག་རེད། - མང་ཚོགས་རྣམས་ལ་ཚོན་འགོག་རྒྱག་སའི་གོ་སྐབས་སྐྱོད་ཡོད། ཀྱི་རོན་
ཏོའི་ནད་གི་ཚོན་འགོག་འབྲེམས་སྲིལ་ཐད་གནས་ཚུལ་ལ་སྐྱོན་རྣམས་གོང་ཁྱེད་དྲ་ཚོགས་ཐོག་འགོད་
བཞིན་ཡོད་པ་རེད།: <https://www.toronto.ca/home/covid-19/covid-19-protect-yourself-others/covid-19-vaccines/>



དྲི་བ་ཡོད་དམ།

ཁྱེད་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལྟ་རྟོགས་པར་བཀའ་ཚིག་ལྟར་བྱ་དགོས། ཡང་ན་འདིར་
ཕེབས་ནས་toronto.ca/COVID19གནས་ཚུལ་རྗེ་མང་གཟིགས།