

བོད་ཀྱི་གསོ་རིག་གཞུང་ལུགས་ལས་ཁག་རྒྱང་སྤོང་འཛུངས་སྐོར་འཆད་པ།

མཁུ་པ་བསྟན་འཛིན་དཔལ་ལྷོན།

འབྲུག་རྒྱུ་རྫོང་འཛུངས་སམ་འབྲུག་གི་དུས་རབས་ལྔ་པ།

- མིང་འདོགས་ཚུལ།
- རྒྱ་བསྟན་པ།
- རྒྱུ་བསྟན་པ།
- དབྱེ་བ་བསྟན་པ།
- རྒྱལ་ས་བསྟན་པ།
- བཅོས་ཐབས་བསྟན་པ།
- རྫོང་འགོག

ཐོག་མར་མིང་འདོགས་ཚུལ་བཤད་པ།

- ལུས་འདི་ལ་བསྐྱུ་ན་ཚའི་རིགས་གསུམ་སྟེ། རྒྱུ་ཚ་དབུ་མ། བྲག་ཚ་རོ་མ། རྒྱ་ཚ་རྒྱུང་མ་བཅས་ལ་འདུས།དེ་གསུམ་ག་སྟོང་གི་ཚ་བར་འདུས་པ་ལས་ཉོན་མོངས་པའི་ཡིད་རྒྱ་བའི་དབང་གིས་སྟོང་འཕར་བར་བྱེད་པ་དང། སྟོང་འཕར་བའི་ཤུགས་ཀྱིས་དེ་དང་འབྲེལ་ཚའི་ནང་དུ་ཡང་རྒྱུང་བྲག་འདྲེས་པར་རྒྱ་ཞིང་འཕར།
- གཙོ་བོ་སྟོང་ལ་གནས་ཤིང་ལུས་ཀུན་ལ་བྱུ་བའི་བྱུ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་དང། མཚིན་པ་ལས་བྱུང་བའི་ཁ་བཟུང་གི་དྲངས་མ་བྲག་དེ་གཉིས་འདྲེས་པར་རྒྱ་བ།
- རྒྱུང་བྲག་གཉིས་འདོམས་ཀྱི་ཚུལ་འཕར་ཅ། དེ་འཕར་ཤུགས་ཆེ་རྒྱུང་གི་ཚད་ལ་རྒྱུང་བྲག་རྒྱ་བའི་ཤེད།

མིང་འདོགས་ཚུལ་གཞན།

- ཟས་སྒྲིང་སོགས་རྒྱན་གཞན་གྱི་དབང་གིས་སྒྲིང་གི་འཕར་ཤུགས་དྲག་ཏུ་ཕྱིན་ནས་ཙུའུ་ལ་གནས་པའི་འབྲུག་དེ་
སྒྲིང་གི་འཕར་ཤུགས་དང་འགོགས་པའི་ཁྱབ་བྱེད་གྱི་རྒྱུ་གིས་ཕར་ཚུར་འདེད་ཅིང་རྒྱ་བ་དེ་རང་གི་ཕྱང་ཚད་
ལས་འཕེལ་བའམ་འཁྲུགས་པའི་ངོ་བོར་གྱུར་དུས་ཙུ་ནང་གི་རྒྱུང་འབྲེས་པར་རྒྱ་བའི་འཕར་ཤུགས་ཀྱང་ཆེ་ཏུ་
འགོ་གི་ཡོད་པ་དེར་ནི་འབྲུག་རྒྱུང་མགོ་བ་ཟེར།

དང་པོ། རྒྱ་བསྟན་པ་ལ་གཉིས་ཏེ།

- རིང་རྒྱ།
- ཉེ་རྒྱ།

རིང་ཆུ།



མ་རིག་པ།



དུག་གསུམ།



འདོད་ཆགས།



ཞེ་སྤང།



གཉི་ལྷུག།

ཉེ་རྒྱུ།

ལྟོ།

མཁྲིམ་པ།

བད་ཀམ།

ཐག།

ཐག་རྒྱུང་རྩོད་འཚོང་ས།



B.P. Apparatus

Stethoscope

ཉེ་རྒྱ།

- ཐ་མལ་ལྷས་ཀྱི་རྒྱང་དང་ཁྲག་ཡིན།
- དེ་ཡང་སློང་ལ་གནས་པའི་བྱབ་བྱེད་རྒྱང་དེ་གཙོ་བོ་ཡིན།
- ལྷས་ཀྱི་ངན་ཁྲག་རྣམས་བྱབ་རྒྱུའི་རྒྱང་འབྲུགས་ནས་སྟོང་དུ་འཕྱལ་བ་དང། དབྱུགས་དང་རྩ་ལམ་འཚང་བ་ལ་
ཟེར་དེ། **རྒྱང་ཁྲག་གཉིས་ལས་ངན་ཁྲག་ཤས་ཆེ་བའོ།**

གཉིས་པ། རྒྱུ་བསྟན་པ་ལ་གཉིས།

ཀུན་གྱི་རྒྱུ།

ལོ་བཟང་སྤྱོད་གྱི་རྒྱུ།

ཉེས་པ་རྒྱུ་འཕེལ་བའི་རྒྱུ་ལས།

ཀུན་གྱི་རྒྱུ།

- བཅས་ཀྱི་ལས་དབྱེ་ཁ་ཆར་རྒྱུ་གང་བའི་དུས།
- ཉེས་ལུག་གཅིག་གི་དགོང་མོ་དང་ཐོ་རངས་ཀྱི་དུས།

ཕྱི་ལོ་ལྟ་བུ་རྒྱུ་གི་མཚན་ཉིད་དང་ཚོས་མཐུན་པའི་མཚན་ཉིད་རྩལ་ཅིང་ཡང་བ་དང། གང་བ་རྣམས་འཕེལ་བ་
བཞིན་ལུས་ནང་རྒྱུ་གི་མཚན་ཉིད་དེ་དག་ཀྱང་ཆེར་འཕེལ་བར་འགྱུར་བ་ཡིན།

ཉེས་པ་རྒྱུ་འཕེལ་བའི་རྒྱུ་ལས།

ལོ་བཟུང་སྤོང་གི་རྒྱུ།

- ཟས་སྒོམ། = ར་གར་པོ། བཀ་ཤ། ར་ཤ། རིམ་པ། ཉིག་ཚལ།
- ❑ རུལ་སྤངས། རྩོད་ད། བཅུང་མེད་གི་ཁ་བཟ།
- རྩོད་ལས། = རྩོད་ལྡོག། གཉིད་ཆག་བསེར་བྱས་བྱས་པ། རྩོད་མང། རྩོད་དམ་སེམས་ལས་ཆེ་བ། རྩོད་ཆེ་བ་ཐོས་པ། འཇུ་རྒྱུག་དྲགས་པ། ཆགས་པ་རྩོད་དྲགས་པ། བཤང་གཅི་བཀག་པའམ་ཤུགས་གི་བཅོར་བ།

དེ་དག་རྒྱུ་འཕེལ་བར་བྱེད་པའི་ཟས་སྤོང་གིས་རྒྱུ་གི་མཚན་ཉིད་དང་མཐུན་པའི་ནད་གཞི་བསྐྱེད་པར་བྱེད།

ཐུག་འབྲུག་པའི་རྒྱུ་ལས།

ཀུན་གྱི་རྒྱུ།

- ཚ་གདུང་ཆེ་བའི་དུས་སོ་ག་དང་སྟོན་ཚད་སོགས་ཡང་རྩལ་དང་སྐྱུ་ལ།
- ཉེན་ལག་གཅིག་གི་ཉེན་དགུང་དང་མཚན་དགུང་གི་དུས།

དེའི་དུས་ཕྱི་རོལ་ཁམས་སུ་སྐྱུ་ལིང་ཚ་རྣམས་ཉན་འཕེལ་བ་བཞིན་ལྷན་ནང་གི་ཐུག་དང་མཐོང་བའི་སྐྱུ་རྩལ་ཚ་བའི་
མཚན་ཉིད་ཀྱང་འཕེལ་བ་བྱེད།

ཐུག་འབྲུགས་པའི་རྒྱུན་ལས།

ལོ་ཟླ་སྤོང་གི་རྒྱུ།

- ཟས་སྐོམ། = ཅི་ཏུ་གཤམ་ལེ་ཤམ། བི་བི་ལིང། ལན་ཚལ། རྒྱུར་བའི་ཤིང་ཏོག་སྟལ་ཚལ། ཤ་དང་ཚོལ། གར་ཚང། རོ་དར། ཚང་གན་པོ། ལུར་རྟིང། ལོ་མར། མར་རྟིང།
- རྒྱུན་ལས། = ཞེ་སྤང་དྲག་པོ་སྐྱེས་པ། མེ་ཉི་བསྐྱོས་དྲགས་པ། ཚ་དུས་ཉིན་གཉིད་ལོག་པ། དྲག་ཤུལ་བྱེད་པ། མི་ཐེག་འཁུར་པ། བད་བས་སྤུང། རོ་དབྱུག་བདུངས་པ། ལྷུ་མ་འཁོར་ཡུན་རིང་གཏོང་པ། ཐ་མག་འཐིན་དྲགས།

ལུས་ལ་ཐུག་མཐིམ་འབྲུགས་པའི་མཚན་ཉིད་དང་མཚུངས་པའི་ཟས་སྤོང་བསྐྱེད་དྲགས་པས་ཐུག་རྒྱུད་སྤོང་འཚངས་ཀྱི་ནད་རྒྱུད་པར་བྱེད།

གསུམ་པ། དབྱེ་བ་བསྟན་པ་ལ།

གཉིས་ཏེ།

ཉེ་རྒྱུང་གསེང་བའི་སྟོང་འཚངས།

སྟོ་ཚག་སོགས་རྒྱུང་སྐྱེས་པར་བྱེད་པའི་ཟས་སྟོང་བསྟན་པས་རྒྱུང་གི་ལྡང་ཚད་ལས་བཟུལ་ཏེ་རྒྱུང་གསེང་བའི་སྟོང་
འཚངས།

ཉེ་བྲག་གསེང་བའི་སྟོང་འཚངས།

བྲག་ངན་ཁ་བསྐྱངས་པའམ་བྲག་གི་ལྡང་ཚད་ལས་བཟུལ་ཏེ་བྲག་གསེང་བའི་སྟོང་འཚངས་འདི་ལས་བྱུང།

དེའི་རྒྱ་མཚན་གྱི་བྲག་རྒྱུང་སྟོང་འཚངས་ཞེས་སུ་གྲགས།

བཞི་པ། ཏྲགས་བསྟན་པ་ལ།

ཀུན་གྱི་ཏྲགས་དང།

ལྷོ་ལྷོ་བྱ་བའི་ཏྲགས།

སྤྱིའི་རྟོགས་བཤད་པ།

ཙ་ཚུ་བཤད་པ།

- ཙ་ནི་སྟོངས་ལ་རྒྱག་ཅིང་མནན་ན་མི་བཟོད་པར་འཕར་བ།
- གསར་པ་ལ་ཙ་གྲིམས་དྲག་ཅེས་ཙ་རྒྱད་འབྱར་འདྲིལ་གྲིམས་དྲག་འབྱུང།
- རྗེང་པར་སོང་ན་ཐུག་ཤིང་གི་ཙ་ཤེད་ཆེ་ཞིང་གཉིང་ན་གྲིམས་པར་འཕར།
- དྲི་ཚུའི་མདོག་སྟོངས་ཡང་ན་དམར་སེར་དྲངས་པ་ཞིག་འབྱུང།
- ཐུག་རྒྱུང་པ་གསར་པའི་སྐབས་ལ་དྲི་ཚུ་དམར་ལ་ཀྱ་ཡ་དང་རྒྱངས་པ་ཆེ།

ནད་རྟགས་བཤད་པ།

- མགོ་དང་། མིག་རྩལ། སོ། ལུས་འགྲམ། རློག་རྩལ། དབྱི་རློད། རླང་དར། ཚོགས་གཞི་སོགས་ན་རླུག་གཏོང་བ།
- ལུས་ཁམས་གང་ཤུམ་བྱེད་པ།
- མཚན་མོར་གཉིད་མི་ལྷུག་པ།
- གཡལ་འདར་བྱེད་པ།
- མེ་དང་ཉི་མ་ངོ་སར་འདོད་པ།
- ཁོང་པ་སྟོང་ཞིང་གང་མོ་ཚོར་བ།
- སེམས་མི་སྦྱིད་པ་སོགས་འབྱུང་བ་ཡིན།

བྱེ་བྲག་གི་རྟགས་བསྟན་པ།

ཀུན་གྱི་མཁུན་ཆེ་བའི་རྟགས་བྱུང་པར་བ།

- མཁུན་གྱི་བྱང་ཁོག་དང་རྒྱབ་གྱི་རོ་སྟོང་གཟེར་བ།
- མགོ་བོའི་ལྷག་མཐུད་ན་བ།
- དབྱགས་མི་བདེ་བ།
- ལྷག་པར་སྟོང་དུ་འཚངས་བུལ་ཆེ་བ།

ཡེ་ཤྲག་གི་མཁུན་ཆེ་བའི་རྟགས་བྱུང་པར་བ།

- ལྷག་པར་རྒྱབ་གྱི་རོ་སྟོང་གཟེར་ཆེ་བ་བྱུང་བ་ཡིན།

འོན་ཀྱང་དེང་སང་དུས་ཚོད་དབང་གིས་ནད་འདི་ན་མཁན་མང་
ཞིང་མཐུན་རྒྱབ་གཟེར་ཆེ་བའི་ན་ལྷགས་དང་ནད་རྟགས་སྣ་ཚོགས་
འབྱུང་ཞིང་ངོས་ཟིན་པར་དཀའ་བས། གཟེར་མིག་སྟེང་རྩམ་པ་བྱུག་
ན་ཅུང་ཞི་བ་སྟམ་བྱེད་ན་ངེས་པ་ཡིན་ཞེས་གསུངས་ཡོད།

བྱེ་བྲག་རྟགས་བཤད་པ།

གོང་གི་སྐྱེ་རྟགས་སྟེང་།

- བད་རླུང་སྟོང་དུ་རྒྱས་ཏེ་རྒྱངས་འབྱིམས་གྲེ་བར་བབས་རྟགས་གྲེ་བ་དང་མིང་པ་མི་བདེ་ཞིང་གཟེར་བ་དང་།
- ལག་གཡོན་པ་དང་མཚུབ་རྒྱང་ཆག་རྩ་སོགས་སྟོང་པ་འབྱུང་།
- བྲག་རླུང་མཁལ་མར་བབས་ན་གང་བབས་ཀྱི་མཁལ་མ་ན་ཞིང་། དཔྱི་རྟེན་དང་རྟེན་པ་སྟོང་པ་སོགས་འབྱུང་།
- བྲག་རླུང་མགོ་སོགས་སྟོང་ལ་བབས་ན་མགོ་ན་བ་སོགས་འབྱུང་བ་ཡིན་ནོ།

ཞུང་གི་འཕེལ་རྒྱུ་གི་གནས་ཚུལ་སྐབས་ཀྱི་ནད་ཉམས་ནི།

གོང་གི་ནད་ཉམས་སྟེང་།

- སྤྱི་ཞུང་མགོ་གཟེར་དྲུག་པོ།
- མགོ་ཡུ་འཁོར་བ།
- མིག་རབ་རིབ་བྱེད་པའམ་མི་གསལ་བ། མིག་སློན་དམར་པོ་ཆགས་པ།
- གཉིད་ལྷག་དཀའ་བའམ་གཉིད་ཡེར་བ་དང། གཉིད་བསངས་སླེན་པ།
- དབུགས་གཏོང་ལེན་དཀའ་བ་དང། དབུགས་རིང་ཡང་ཡང།
- བྱང་བསྐྱམས་པ་དང་རོ་སྟོད་ལ་བྲག་གཟེར་དྲུག་པོ་རྒྱག་པ། (སློང་ཅ་འགག)
- ཞེ་མེར་ལངས་པ་དང། སྐབས་རེ་སྐྱུགས་པ་ཤོར་བ།
- ཤ་དྲོད་ཆེར་མེད་ཀྱང་རྩལ་གྲང་ཆགས་པ།

ཞར་བྱུང་ཇི་དྲག་གི་གནས་ཚུལ་སྐབས་ཀྱི་ནད་ཉུགས་ནི།

- སྐབས་དེ་ནག་ཐོམ་ལངས་པའམ་ཡང་ན་དྲན་མེད་དུ་རིལ་འགོ་བ།
- ཉུག་རྩ་དང་མཇིང་རྩ་རེངས་པ། ཀླང་ལག་གཞོགས་གཅིག་དང། མཚུབ་ཚེ་སྤྱིར།
- དོན་མེད་ཁོང་ཁྱོ་ལངས་པ་དང་སེམས་མི་སྦྱིད་པ།
- རླུང་ཤས་ཆེ་སྐབས་སྟོད་དུ་འཚངས་སུལ་ཆེ་བ།
- ནད་པ་དེ་བྱུང་ལ་གོང་གསལ་ནད་ཉུགས་མངོན་ཚུལ་གང་ཡང་མེད་ཅུང་ཐུག་ཤིང་གིན་དུ་མཐོ་བས་སྟོ་
བུར་གྱིབ་སྦྱོན་ཕོག་ནས་རིལ་བའང་ཇི་སྟེད་ཡོང་བཞིན་འདུག་ན་རྒྱན་གཏན་ནས་ཐུག་ཤིང་ལ་དོ་སྣང་
གཟབ།

ནད་འདི་དུས་ཐོག་བཙུག་མ་བྱེད་པའི་ཉེས་སྒྲོན།

- ལྷིང་གཞེར་ཡང་ན་ལྷིང་ཅུ་འགག་པའི་ནད།
- ལྷན་གྲིབ་བམ་ལྷན་སྒྲོན་ནད་གཞི།
- མཁལ་མའི་ནད་གཞི་སོགས་འབྱུང་ཉེན་ཆེ།
- དབང་པོ་དང་ཡན་ལག་ཞ་སྒྲིད།
- གཅིན་སྒྲི་ནད་དང་ཚུ་ནད།

སྒྲིང་གཟེར་ཡང་ན་སྒྲིང་རྩ་འགག་པའི་ནད།

- བྱ་འཕེལ་དྲགས་ནས་ལྷང་ཚད་ལས་བརྒལ་བ་དང། བྱ་ནད་གི་ཞག་ཚེལ་རྒྱས་ནས་བྱ་ལྷན་གྱིས་འཁོར་རྒྱགས་དཀའ་བས་རང་གནས་སྒྲིང་གི་བྱ་རྩ་འགག་ནས་གཟེར་རམ་སྒྲིང་གཟེར་དྲག་པོའི་ནད་དུ་གྱུར་བ། ལྷོ་བ་དང་སྒྲིང་ནད་ཚུ་བསགས་པ།

- བྱ་གཟེར།

སྒྲིང་སྒྲིང་དུ་བྱུར་བ་བཅུགས་པ་སྟར་གཟེར་རྒྱབ་པ། མིག་འབྱུང་རྩྭ་གས་བལྟ་བ།

- ལྷང་གཟེར།

སྒྲིང་ལ་གཟེར་རྒྱབ་པ། རམ་པ་བྱུང་བ། ལ་སྒྲིང་སྒྲིང་པ་སོགས།

ལྷན་གྲིབ་བམ་ལྷན་སྐྱེན་ནད་གཞི།

- ལྷན་གྲིབ་རིགས་གསུམ།

ལྷན་རྒྱུང་གིས་སྐྱོད་དུ་འཚངས་ལུལ་ཆེས་ན་ལྷན་པའི་ལྷན་རྒྱུ་རལ་རྩོལ་གྱིས་ལྷན་ལྷན་ལྷན་ལྷན་གྲིབ་སྐྱེན་དུ་གྱུར་བ།

ཀ ལྷན་རྒྱུ་སོགས་ཀྱི་སྐྱེན་ལས་ལྷན་པར་ལྷན་རྒྱུ་འགག་བ།(ischemic stroke)

ཁ འཕར་རྒྱུ་གས་རྩོལ་དུ་སོང་བ།(hemorrhagic stroke)

ག ལྷན་གྱི་ལིང་རོ་ལྷན་པའི་རྒྱུ་འཁོར་ཏེ་ལྷན་གྲིབ།(embolic stroke)

མཁལ་མའི་ནད་གཞི།

- མཆིན་ཁྲག་སྐད་དུ་སྤྱང་བ། མཁལ་མར་གྲང་གཉན་བྱང་བ།

ནད་ཉྱགས་སྟ།

- ལྷས་སྐྱངས།
- ཟུངས་ཁྲག་གསོ་མི་ཐུབ་པ།
- བརྩད་འཇགས་པ།
- མཁལ་མའི་བྱེད་ལས་ཉམས་ཏེ་མཁལ་མ་འཕྲོ་བརྒྱུ་འགོ་བ།
- རྩེ་ལྷགས་ནས་(kidney dialysis) སྐན་བཅོས་བྱེད་དགོས་པ།

དབང་པོ་དང་ཡན་ལག་ཞ་སྟོན།

- མིག་གི་དབང་རྩ་གྲིབ་ནས་མིག་གྲིབ་ཏུ་སྐྱུར་བ། མཇིང་རྩ་རེངས་པ། ཡན་ལག་ཞ་སྟོན་ཆགས་པ་ཡང་སྟུང།

གཅིན་སྒྲིའི་ནད་དང་ཚུ་ནད།

- མཁལ་མ་སོགས་ལའང་གཞོན་སྐྱོན་ཚབས་ཆེ་གཏང་ནས་མཁལ་མའི་བྱེད་ལས་ཉམས་གུང་དུ་ཕྱིན་ནས་བྲག་ནད་གི་སྒྲིགས་ཚུ་ཚགས་འདྲེན་མ་ཐུབ་པར་ཚུ་གཞིར་གྱུར་བའམ་ལོག་པ། ཟ་ཁུ་གཅིན་སྒྲིའི་ནད་དུ་གྱུར་བ། དེ་བཞིན་ངན་བྲག་སྐྱད་དུ་བབས་ནས་རྐང་འབམ་གྱི་ནད་དུ་གྱུར་མཁན་ཡང་མང་པོ་ཡོད།

ལྷ་པ། གསོ་ཐབས་བསྟན་པ།

༡ གསོ་ཚུལ།

༢ གསོ་ཐབས།

- གསོ་ཚུལ། ཟུག་གཟེར་གཅོག་པ་དང། བྲག་ཚད་སེལ་བ། བྲག་གི་རྩ་བ་ཇི་ལེགས་ལ་གཏོང་བ།
- གསོ་ཐབས། སྤྱི་དང་བྱེ་བྲག་གཉིས།

ལྷོ་ལོ་གསོ་བྱེད་པ།

ཀ ལྷོ་ལོ།

ཁ དཔུང།

ག ལྷོ་ལོ།

ང ལྷོ་ལོ་ལྷོ་ལོ་ལྷོ་ལོ་ལྷོ་ལོ་ལྷོ་ལོ།

སྤྱིའི་བཅོས་ཐབས།

- གེ་སྒྲུབ་གྲིས་བཅོས་པ།

གོ་བྱི་༡༩ ཅན་དན་༡༥ བྲག་སྒྲུབ་༡༡ ཚངས་སྒྲུབ་ ཨར་ཚོས། དྲང་སྲོང་ཨར་བརྒྱད། འཆི་མེད་ཨར་བརྒྱད།
མན་བསེལ། སྐྱུ་རྩ་༢༥ ག་ལོ་སྒྲུབ་མར། བྲག་འབྲུགས་ཀུན་སེལ། རིན་ཆེན་བྱུང་དམར་༢༥ རིན་ཆེན་རྩྭ་
བསམ་འཕེལ།

སྒྲིའི་བཅོས་ཐབས།

● རྟོད་ཕྱད་ཀྱི་བཅོས་ཐབས།

ཀ རྒྱང་ཤས་ཆེ་ན། = མདུན་གསང་དཀར་ནག་མཚམས་དང་རྒྱབ་གསང་ཚོགས་པ་རྒྱག་པ་
དང་བདུན་པ་རྣམས་མེ་བཅོལ་བྱ་བའམ་མར་གསར་སོགས་ཀྱི་བསྐྱུ་མཉེ་བྱ།

ཁ བྲག་ཤས་ཆེ་ན། = རྒྱག་མགོ་གཏར།

རྒྱག་བྲག་གང་ཤས་ཆེ་ཡང་གཟེར་སར་མེ་བུམ་བྱ་བར་གསུངས།

སྤྱིའི་བཅོས་ཐབས་ལས།

ཕྱིའི་བཅོས་སྤང་བྱེད་པའི་ལུགས།

- ཀ བསྐྱེད་བྱ། = གསར་བཅུད་བསྐྱེད།
- ཁ སྤང་བྱ། = ཤ་ཚོན་པོ་དང། ར་སྐྱབས་རུས་ཐང་ཆང་གར་མ་སོགས་དྲོད་བཅུད་ལྡན་པ་སྤོང། ཡང་ན། ཁ་བཅས་སྐྱམ་བག་ཅུང་བད་ཀྱང་མེད་པ་ཏུ་ཅང་སྐྱ་བོའི་རིགས་དང་རྩལ་ཡང་རིགས་སྤོང།
- ཁ་བཅས་རོ་ཚ་བ། རྒྱར་བ། ཁ་བ་ཡོད་པའི་བཅས་སྐྱམ་ཉུང་དུ་གཏོང་བའམ་སྤོང་དགོས། རོ་ལན་ཚུ་བ་སྤོང་དགོས།

སྒྲིའི་བཅོས་ཐབས་ལས།

འཕྲོད་ལམ་སྐྱང་སྐྱང་གཉིས།

- ཀ བསྟེན་བྱ། = གནས་དང་གོས་སོགས་དྲོ་བ་ ཡིད་མཐུན་གྱི་ནད་གཡོག་སོགས་ཀྱི་སློ་ཁ་
བྲིད་ལ་སློ་སེམས་བག་ཐེབས་པའི་བྱ་བ་བྱེད་དགོས།
- ཁ སྐྱང་བྱ། = གོང་གི་སྒྲིའི་ལམ་ལས་ཕྱོག་པ་སྐྱང།

བྱེ་བྲག་གི་བཅོས་ཐབས།

ཀུན་གྱི་ཤེས་ཆ་ན།

- ལྷན་དུ། ཀོ་ཕྱི་༡༣ རྗེ་རྗེ་རབ་འཛོམས། ཨ་གར་༣༥ དྲང་སྲོང་ཨར་བརྒྱད་སོགས་གང་འཕྲོད་གཏོང།

ལྷན་གྱི་ཤེས་ཆ་ན།

- ལྷན་དུ། ཀོ་༡༣+ལྷན་ཉེ ལྷ་མེད་༢༥ མན་བསེལ། ལྷན་ལྷན་༡༡ ཀོ་༡༣+ཅན་དན་༡༤

བྱེ་བྲག་གི་བཅོས་ཐབས་ལས།

- བྲག་རྒྱུ་ལྗོད་ཚབས་རྒྱུ་ན། ཨ་གར་བཅོ་ལྡན་དང།
- རྩོད་དུ་ཚབས་ཆེ་ན། ཨ་གར་སོ་ལྡན། ཀོ་བྱི་བཅུ་གསུམ། ཨ་གར་ཉི་ཤུ། རྒྱུ་མེད་ཨར་བརྒྱུ།
- རྩོད་ཁམས་ན་ཚབས་ཆེ་བའི་རིགས་ལ། འཆི་མེད་ཨར་བརྒྱུ། ཅན་དན་བཅོ་བརྒྱུ་རྣམས་བཟང།

དྲུག་པ། རྩོན་འགོག་འཆད་པ།

ཀེའུ་ཀྱི་རྩོན་འགོག

འཕྱོད་ལམ་རྩོན་འགོག

མེལ་སེམས་ཞི་དུལ།

ལྷན་པ་བསྟེན་གཏུགས།

ལྷན་སེམས་ཞི་དུལ།

- ལྷན་སྦྱོང།
- དབྱུགས་སྦྱོང།
- རྩོམ་སྦྱོང།
- སེམས་རྒྱུད་གྲུ་ཡང།
- ལྷན་མལ་དུ་གསོ་བ།
- རྒྱུན་ཏན་ནས་སློ་གསུམ་གྱི་སྦྱོང་པ་འཇིག་རྟེན་མི་ཚོས་སྦྱོང་པ་དང་མཐུན་པ།

སྐྱོན་པ་བསྐྱེད་གཏུགས།

- སྐྱོན་པ་བསྐྱེད་གཏུགས་ཀྱི་གོམས་གཤིས།
- བད་གཞི་ཡོད་མེད།
- དུས་རྒྱུན་གྱི་ཟས་སྤྱོད་ལམ་སྟོན།

གཞན་ཡང་ཁྲག་ཤེད་སྡོན་འགོག་དང་སྡོན་བཙོས་ཐབས་ལམ་སྟེ།

- གཟུགས་པོའི་རྗེད་ཚད་ཆ་སྟོམས་པོ་དགོས།
- ཉིན་ལྟར་ལྷན་སྦྲེང།
- སྐྱམ་བུ་དང་ཚུ་ཉུང་དུ་གཏོང་དགོས།
- སེམས་འབྲལ་མི་བྱེད་པ།
- ཡང་སྐབས་རེ་ལྷན་སྦྲེང་དང་བྱུགས་ལས་སྐབས་སྟེ་ཁྲག་ཤེད་འཕར་སྲིད་ཀྱང་སྐབས་དེར་ཁྲག་ཤེད་མཚོ་བོ་ཡོད་པའི་ངེས་པ་མེད།