

སྐྱ་མེན་ནད་
THYROID

སྐྱ་བ་བཙུན་འགྲུས་སྒྲོལ་མ་

དྲ་རམ་ས་ལ་

བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ལས་ནད་ཀྱི་ངོས་འཛིན་

- བཤད་རྒྱུད་ལེའུ་ལྔ་པ་ ལུས་ཀྱི་མཚན་ཉིད་བསྟན་པ་ལས་

༥ ། མེ་དྲོད་ཅེས་བྱ་འཇུ་བའི་གཞི་ཡིན་ཏེ། །འཇུ་བར་བྱེད་པའི་མཁེས་པ་དེ་ལ་བཤད།
༦ ། །ནད་དང་ལུས་བྱངས་ཀྱི་མ་ཀུན་གོ་དྲོད། །དེ་ཡིས་ནད་མེད་བཅོམ་དང་གཞི་མདངས་དང་།
༧ ། །ཚོ་དང་ལུས་བྱངས་མེ་དྲོད་སྟོབས་འཕེལ་བྱེད།༥

༥ ། །བས་སྐོམ་སྟོད་ལམ་ཡང་ལ་དྲོ་བ་ཡིས།
༦ ། །འབད་དེ་མེ་དྲོད་བསྐྱང་བར་གནས་གྱུར་ན།
༧ ། །ལུས་ཀྱི་སྟོབས་དང་ཚོ་ནི་གནས་པར་འགྱུར།

རང་ལུགས་ལས་སྐྱ་མེན་ནད་ཀྱི་ངོས་འཛིན་

- བཤད་རྒྱུད་ལེའུ་བཅུག་པ་ནད་ཀྱི་མཚན་ཉིད་ལས་

| ལུས་ཀྱི་མེ་དྲོད་རང་གནས་འདུག་ |

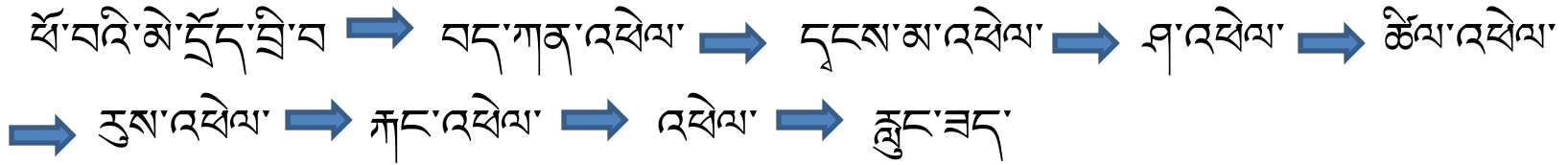
| ཆ་ཤས་ལུས་བྱངས་ཀུན་ལ་གནས་པ་དེ་ |

| **བྲི་དང་འབར་**བས་འཕལ་དང་ཟད་པར་འགྱུར་།།

- ཕོ་བའི་མེ་དྲོད་བྲི་བ་ → སྐྱ་མེན་བྱེད་ལས་ཉམས་པ་ (hypothyroidism)
- ཕོ་བའི་མེ་དྲོད་འབར་བ་ → སྐྱ་མེན་བྱེད་ལས་སྐྱར་པ་ (hyperthyroidism)

ཕོ་བའི་མེ་དྲོད་བྱི་བ་ ལྷ་མེན་བྱེད་ལས་ཉམས་པ་

(hypothyroidism)



བད་ཀན་འཕེལ་བས་དྲོད་ཉམས་བས་མི་འཇུག། ལྷ་མེན་མེད་པ་དཀར་ཁོང་སྟོམ་ཡན་ལག་སྟོད།

མཚེལ་མང་ལུང་པ་གཉིད་ཆེ་དཔྱད་པས་མི་བདེ། དྲུངས་མ་འཕེལ་བ་བད་ཀན་དང་འདྲ་ལ།

ལྷ་མེན་འཕེལ་མེད་པས་ཁོང་འབྲས་མཆེར་པའི་ནད། མཚེ་སྐྱོན་ལྷག་མཁྲིས་ནད་དང་མིག་སེར་དང་།

རྩིལ་ནད་བསྐྱོད་དཀར་མིག་དང་གཅིན་སྐྱགས་དམར། ཤ་འཕེལ་ལྷ་བ་མེན་བྱེད་ཤ་རྒྱས་འགྱུར།

ཚེལ་འཕེལ་མངལ་དང་རུ་མ་གསུམ་ཚེལ་སྟེ། རུས་པ་འཕེལ་བས་རུས་སྟག་སོ་སྟག་འབྱུང་།

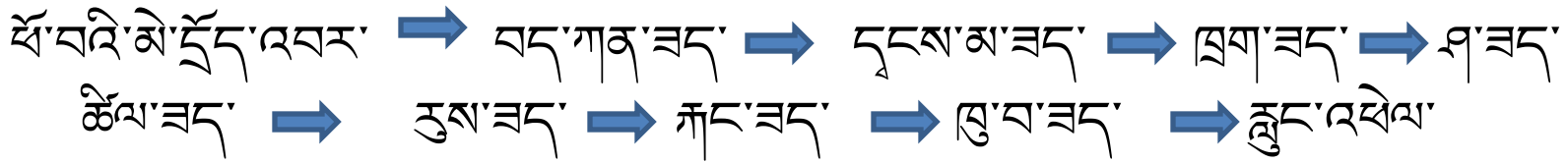
ཀླང་འཕེལ་ལྷ་མེན་པ་མིག་གཡུང་ཚོགས་ཁ་སྟོམ། ལྷ་མེན་ལྷ་བའི་དེ་འགྱུར་བུད་མེད་དད།

རླུང་བཟང་ཚེལ་ཚུང་སྐྱ་ཉམས་ལྷན་མི་བདེ། དྲན་པ་མི་གསལ་བད་ཀན་འཕེལ་ཏུགས་འབྱུང་།

ཕོ་བའི་མེ་དྲོད་འབར་བ་

སྐྱ་མེན་བྱེད་ལས་སྐྱུར་པ་

(hyperthyroidism)



བད་ཀན་ཟད་པས་རང་གི་གནས་སྤོངས་ཤིང་། མགོ་འཁོར་སྤིང་འདར་ཚིགས་མཚམས་སྤོང་པར་
 འགྱུར།

དྲུངས་མ་ཟད་པས་ཤ་སྐམ་བས་མིང་དགའ། བྲགས་རླུབ་ས་ཆེར་མི་བཟོད་ན་བར་འགྱུར།

བྲག་ཟད་ཅུ་སྤོང་བྲགས་རླུབ་བསེལ་སྐྱུར་དད། ཤ་ཟད་སྐྱ་ཚིགས་ན་ཞིང་རུས་བྲགས་འགྱུར།

ཚིལ་ཟད་གཉིད་ཅུང་ཤ་སྐམ་སྤོ་སྐྱུར་འགྱུར། རུས་བ་ཟད་པས་སྐྱ་འབྲི་སོ་སེན་ལུང་།

ཀླང་ཟད་སྐྱབས་སྤོང་མགོ་འཁོར་མིག་འགྲིབ་འགྱུར། སྲུ་བ་ཟད་པས་ཁག་འབྲུང་འཚིག་གམ་སེམས།

དེ་རྟགས་རླུང་འཕེལ་སྐྱེམ་ནག་དྲོད་ལ་དགའ། ལྷུས་འདར་སྤོ་བ་སྤོ་ཞིང་བཤང་བ་ཤི། རླུང་མང་མགོ་
 འཁོར་སྤོབས་གཉིད་དབང་པོ་ཉམས།

ལྷ་མེན་ནང་རྟགས་བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པའི་ནང་གསལ་བ་

།བད་ཀན་འབྲུགས་རྟགས་ཅ་ནི་བྱིང་རྒྱད་དལ། །ཁྱུ་ནི་མདོག་དཀར་དྲི་དང་རྒྱངས་པ་རྒྱུང་།
།ཁ་མངལ་ལྷ་རྟེན་སྐྱེལ་མིག་དཀར་སྤྱང་། །སྒྲུབས་ལུང་མང་ཞིང་མགོ་འཕྲོམ་ལུས་སེམས་ལྷི།
།དང་ག་མི་བདེ་དྲོད་མེད་འཇུ་སྟོབས་རྒྱུང་། །མཁལ་རྟེན་ན་ཞིང་ལུས་སྟོ་སྤྱོད་བ་སྐྱེ། །ཁ་བས་
བད་ཀན་སྐྱུག་ཅིང་འབྲུ་བ་དང་། །དྲན་པ་མི་གསལ་གཉིད་ཆེ་སྐྱིད་པ་སྐྱུར། །གཡའ་མཁྱེད་
ཚིགས་དམ་ཤ་རྒྱས་ལས་མཐའ་རིང་། །ནམ་ཞོད་སྟོད་དང་སྤྱོད་ཕོས་ཕོག་ལྷང་།

ཕྱི་ལྷགས་ ལྷ་བའི་མེན་བུའི་བྱེད་ལས།

- ལྷ་མེན་ནང་སྐྱལ་རྒྱུ་རིགས་ཁ་ཤས་(hormons) གསོག་པ་
- སྐྱལ་རྒྱུ་ནུམས་འཛིན་རྒྱུ་
- སྐྱལ་རྒྱུ་དེ་ཡིས་ཁ་ཟས་འཇུ་བར་བྱེད་པ་
- ལྷས་འཕེལ་བར་བྱེད་པ་
- ལྷས་ཀྱི་ཚ་གང་སྣོམས་པར་བྱེད་པ་
- སྐྱུ་གུ་འཚར་བཞིན་པའི་སྐབས་སྲུང་པ་འཚར་བར་སྐྱལ་རྒྱུ་དེ་དགོས་ངེས་ཞིག་ཡིན།

སྐྱ་མེན་ནད་ཀྱི་དབྱེ་བ་

ཀྱེས་མེན་སྐངས་པ་ Goitre

འཕྲ་མེན་གཏན་ཁ་ thyroiditis

ཕྱེས་མེན་བྱ་ལས་ལྷུང་བ་/བད་ཀན་ཟད་པ་ hyperthyroidism

ལྔ་མེན་བྱ་ལས་ཉམས་པ་ hypothyroidism

པེས་མེན་སྐྱལ་རྒྱ་འཕེལ་བ་ Graves Disease

ཅེས་མེན་སྐྱབ་ནད་ thyroid nodule

ཡེས་མེན་འབྲས་ནད་ thyroid cancer

པེས་མེན་སྐྱལ་རྒྱ་རྒྱས་པ་ thyroid storm

སྐྱ་མེན་གྲངས་པ་

- ཇོ་བོ་ རང་གི་ཚད་གཞི་ལས་ཆེར་རྒྱས་པ་
- དབྱེ་བ་ ཟུག་ཅན་དང་ཟུག་མེད་ཅན་
- སྐྱ་མེན་ནད་གཞི་གཞན་གྱི་ནད་རྟགས་ཀྱང་ཡིན་མིང་
- རྒྱ་རྒྱུན་

ཀློང་གཞན་ལ་

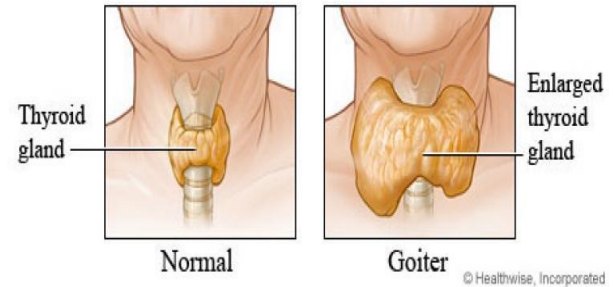
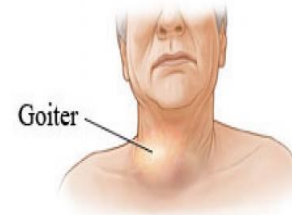
ཤེ་ཆམ་རིམ་ཕོག་པ་

མཚུ་གུ་བཅོམ་རྗེས་སྐྱ་མེན་གྲངས་པ་

ལྷོ་ལྷགས་སྐྱ་ལ་ཤས་གྱི་རྒྱར་ཕོག་

ལྷོ་ག་སྐྱ་བཅོམ་ཐབས་གྱི་རྒྱར་ཕོག་

འཕྲུལ་ཚུའི་ནད་རྗེས་ཞིག་མི་ཚང་བའི་རྒྱར་



ལྷ་མེན་སྐྱངས་པའི་ནད་རྟགས་

- ལྷ་མེན་ཆེར་རྒྱས་ཞིང་ཕྱིར་མངོན་པ་
- སྐད་འཇོམ་པ་
- སྐྱེ་དམ་པ་
- ལག་པ་ཡར་འདེགས་ཚེས་མགོ་ཡོམ་འཁོར་བ་
- མཐིང་པའི་ཁྲག་རྩ་སྐྱངས་པ་
- དབུགས་གཏོང་དཀའ་བ་
- ཟས་མིད་དཀའ་བ་

སྐྱ་མེན་སྐྱངས་པའི་བཅོས་ཐབས་

- འགའ་ཤས་དམིགས་གསལ་བཅོས་མི་དགོས་པར་ཉེན་ཤས་ནང་དྲག་པ་
- བོད་སྐྱེན་དུ་

དོ་རབ་ སྐྱང་།༥ བསམ་ཚོར་ བྲབ་རིང་ གྲང་སྦྱོར་ཆེན་པོ་ སྐྱེན་གྱིག་



ཕྱི་ལུགས་སྐྱེན་དང་བོད་སྐྱེན་གཉིས་བར་ཉུང་མཐར་ཚུད་གཅིག་ལག་དགོས་

མཁའ་མེན་གཉན་ཁའི་རྒྱ་རྒྱུན་

- རྒྱ་རྒྱུན་
 - རྒྱུ་མེད་ལྷན་ཏེན་ལ་ཕོག་མང་བ་
 - རྒྱ་གུ་བཅོའ་རྗེས་
 - བད་རྒྱུང་རང་བཅོམ་
 - རིམ་བུ་ཕོག་པ་
 - མཁའ་མེན་རྒྱལ་རྒྱུ་འཕེལ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱན་བརྟན་དྲགས་པ་
 - མཁའ་མེན་བད་གཞི་ཡི་བད་རྒྱལ་ཡིན་མྱོང་

སྐྱ་མེན་གཉན་ཁའི་རྟགས་དང་བཅོས་ཐབས་

རྟགས་

- སྐྱངས་པོ་
- ཉ་ལྷག་
- སྐད་འཛོམ་
- དབུགས་མི་བདེ་བ་
- ཟས་མིད་དགའ་
- ལྷོ་ལང་བ་

བཅོས་ཐབས་

- སྐྱང་། ༡༥ + ལྷང་ལྷ་
- སྐྱང་། ༡༢
- རྫོ་ལྷག་
- ལྷར་ལྷང་
- ལམ་ཚོས་

ལྷ་མེན་བྱེད་ལས་ལྷུར་པའི་རྟགས་

- རྗེད་ཚོད་རང་བཞིན་ཆགས་པ་
- ལྷུར་མ་གཅིག་ནང་སློང་ཐེངས་༡༠༠ལྟག་འཕར་བ་
- སློང་འཕར་མི་སྟོམས་པ་
- རྟོགས་ཆེ་བ་
- དངངས་སྐྱག་སེམས་ཚོབ་ ལྷུལ་སྐྱང་
- ལག་པ་དང་མཚུ་བ་མོ་འདར་བ་
- དོན་མེད་རྒྱལ་བ་
- ལྷ་མེན་སྐྱངས་པ་
- བྱེད་དར་མ་རྣམས་ལ་དབྱེ་མི་སྟོམས་པ་
- ལྷ་སྐབ་ལ་ཆེད་བསྐྱབ་
- གཉིད་མི་སྐྱིད་པ་
- བཞུགས་བྱུགས་ཉམས་པ་

ལྷ་མེན་བྱེད་ལས་སྐྱུར་པའི་བཅོས་ཐབས་

བཅོས་ཐབས་བས་སྐྱེད་སྐྱོན་བཅས་བཞི་ལས་

- **བས་སྐྱེད་** ལྷ་མེན་གྱི་ནད་སེལ་པའི་བས་བཅུད་སྐྱོན་ ཤ་ཚང་མར་ལ་སོགས་པ་
- **སྐྱེད་ལས་** རྩོ་ས་ ཡིད་དུ་འོང་གནས་ དབན་པ་གནས་
- **སྐྱོན་དུ་**

ལྷ་མེན་ཆེད་ ཡམ་ཚེས་ ཚངས་ལྷ་ སྐྱོག་༡༡ ཡམ་སྐྱེད་ རྩོ་ས་ལ་སོགས་

ལྷ་མེན་བྱེད་ལས་གསོ་ཆེད་ སྐྱོན་༡ ལྷ་བཅུད་ ལྷ་མེན་༡༣ བདེ་དཔགས་ འབས་སམ་ དུངས་བཅོ་

མཁའ་མེན་གྱི་དང་ལས་ཉམས་པའི་ནང་རྟགས་

- རྒྱུ་ཚོད་འཕར་བ་
- རྒྱུ་ལྷགས་པ་
- རྒྱུ་དུ་གང་བ་
- རྒྱ་བྱི་བ་
- རྒྱ་ལྷག་ཚོད་ལས་རྒྱས་པ་
- ལྷན་གཞི་བ་
- ལས་འཇུ་དཀའ་བ་
- ལྷ་འགགས་
- ལྷོང་གི་འཕར་གང་ལས་ལྷང་བ་
- ལྷ་བ་རྒྱངས་པ་
- ལོགས་གཞེར་
- ལགས་སྐྱམ་ལ་གཡའ་བ་
- ལྷན་པ་མི་གསལ་
- ལཱ་ཉིད་ཆེ་བ་

ལྷ་མེན་བྱེད་ལས་ཉམས་པའི་བཅོས་ཐབས་

བཅོས་ཐབས་བས་སྐྱོད་སྐྱོད་བཅས་བཞི་ལས་

- བས་སྐྱོད་ ལ་བསྐྱོད་ལ་ཡང་བའི་བས་སྐྱོད་
- སྐྱོད་ལས་ སྐྱོད་སྐྱོད་ལ་བས་སྐྱོད་
- སྐྱོད་སྐྱོད་ བད་ཀར་སེལ་ཆེད་ སྐྱོད་ཉི་དགུལ་ གུན་བདེ་ སྐྱོད་ཉི་དགུལ་ གུ་ལུ་ཉི་དགུལ་ གུ་ལུ་བདེ་དཔགས་
- ལྷ་བ་སྐྱོད་ལས་ལས་ སྐྱོད་ཉི་དགུལ་ གུ་ལུ་སྐྱོད་ཉི་དགུལ་ སྐྱོད་ཉི་དགུལ་ གུ་ལུ་སྐྱོད་ཉི་དགུལ་ གུ་ལུ་སྐྱོད་ཉི་དགུལ་ གུ་ལུ་སྐྱོད་ཉི་དགུལ་
- སྐྱོད་ལས་ལས་ ལྷ་ལོ་ སྐྱོད་ཉི་དགུལ་ གུ་ལུ་སྐྱོད་ཉི་དགུལ་ གུ་ལུ་སྐྱོད་ཉི་དགུལ་ གུ་ལུ་སྐྱོད་ཉི་དགུལ་

Graves' Disease ལྷུ་ལ་རྒྱུ་འཇོའ་མང་དྲགས་པའི་སྣ་ནད་

- ནད་རྟགས་དང་བཙོས་ཐབས་སྣ་མེན་བྱེད་ལས་སྦྱར་བ་དང་མཚུངས་
- ལྷུ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་ནི་ནད་སྦྱང་རང་བཙོས་(auto immune)Thyroid storm ཡང་དེ་དང་འདྲ་བོ་ཡིད

Hashimoto's Disease ལྷ་མེན་ནད་འབྲུགས་པ་

- ཐོག་མ་ལྷ་མེན་བྱེད་ལས་སྐྱུར་བའི་ནད་གཞི་ཡི་རྟགས་ཚུངས་ཡང་དུས་ཡུན་འགའ་ཤས་རྗེས་ལྷ་མེན་བྱེད་ལས་ཉམས་པའི་ནད་རྟགས་ཡོད་
- བོད་ཀྱི་གསོ་བ་རིག་པ་ལས་བད་ཀན་འབྲུགས་པའི་ནད་གཞི་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ན་མ་སྒྲིག་པ་
ཞིག་མེན་འདུག་སྟམས་
- རྒྱུད་ལས་ །བད་ཀན་འབྲུགས་རྟགས་རྩ་བུ་བྱིང་རྒྱུད་དལ། །ཚུ་བེ་མདོག་དཀར་དྲི་དང་རྒྱངས་པ་
ཚུང་། །ཁ་མངལ་ལྷ་རྟེན་སྐྱུ་ལ་མིག་དཀར་སྒྲིང་། །སྐྱབས་ལུང་མང་ཞིང་མགོ་འཕྲོམ་ལུས་སེམས་སྡེ།
།དང་ག་མི་བདེ་དྲོད་མེད་འཇུ་སྟོབས་ཚུང་། །མཁལ་རྟེན་ཞིང་ལུས་སྟོ་སྟོ་བ་སྡེ། །ཁ་བས་བད་
ཀན་སྐྱུག་ཅིང་འབྲུ་བ་དང་། །དུན་པ་མི་གསལ་གཉིད་ཆེ་སྐྱིད་པ་སྐྱུར། །གཡའ་མཁྲུང་ཚོགས་དམ་
ཤ་རྒྱས་ལས་མཐའ་རིང་། །ནམ་ཞོད་སྟོད་དང་སྟོ་བོས་ཐོག་སྟང་།

སྐྱ་བའི་མེན་བྱའི་སྐྱོན་ནད་དང་འབྲས་ནད་

- ཕྱི་ལུགས་བརྟུག་དབྱུང་ལས་ཤེས་བྱུབ་
- མེན་བྱའི་སྐྱོན་ཡུན་རིང་སོང་བ་

བཅོས་ཐབས་སུ་

སྐྱོན་ སྤང་།༥ སྐྱོན་བཤེག་ གསང་དག་ སྤང་།༢ བསམ་ལོར་

Thank you!

