



ལྷན་མའི་འབྲས་ནད་དམ་ ཀན་སར་རྟགས་ཐབས་།



ཉེན་ཁ་དང་དོ་སྤངས་། སྤྱོད་སྤྱོད་བཅོས་བྱེད་མ་སྲུབ་ཚེ། འབྲས་རླུ་
གནད་ཡོད་ཉེ་འབྲེལ་དབང་རྟེན་གཞན་ལ་བྱུང་འགྲོ་བ་ཡིན། སྤྱི་སྡེ་
ནས་བརྟག་ཤེས་དང་བཅོས་ཤེས་བྱུང་ཚེ། ལུ་འབྲས་མང་པོ་ཞིག་བཅོས་
ལེན་བྱ་གྲིད་དུ་འགྲོ་ཡི་ཡོད།

སྤྱི་འབྲས་རླུ་སྤྱོད་མན་དག་རྒྱུད་ཀྱི་གཙོ་བོ་ཆེན་རླུ་ནད་དང་འབྲས་
བཅོས་པ། མེན་བུ་བཅོས་པ། མོ་ནད་ཕལ་བ་བཅོས་པའི་ལུ་རྟེན་མས་
དང་། རྗེ་འགྲོད་ཅེ་སྤྱི་སྡེ་རྒྱ་མཚོས་མཚན་པའི་གསོ་སྦྱོང་བའུ་བྱུ་
དཀར་པོ་བདུད་རྩི་འགན་མས་དག་ནས་ཨ་པའི་སྤྱི་ཚན། མན་དག་གྱེ་
བ་མིང་བསེལ་གྱི་གསོ་ཐབས་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་བརྟུ་གསུམ་པ། མ་ནད་གསོ་
བའི་ཁོངས་ཀྱི་འབྲས་བཅོས་ཤི་རུ་རྩེ་གཏུང་སེལ་སོགས་ན་གསལ་
པོ་ཡོད་པས་ལུ་མའི་འབྲས་རླུ་ཡང་དེ་དག་སྦྱོང་བ་སྤྱོད་དུང་བསྐྱར་
བྱས་ནས་གསལ་ཁ་བྱས་པས་འབྲས་རླུ་ལ། འོན་ཀྱང་ལུ་འབྲས་དང་ལུ་
རླུ་གཉིས་རུ་ཚབས་ཁོ་ནར་སྤྱོད་ཉེ་བཤད་ན་རྒྱ་རྒྱུང་དོན་རྒྱུང་འབྲེལ་
བརྗོད་བྱེད་དཀའ་སེ་འདུག།

དཔུང་བཅོས་རྒྱུ་དེ་བརྗོད་ན། འབྲས་རླུ་སྤྱོད་ལྟར། ལུ་མའི་འབྲས་རླུ་
ཡང་ལུ་མས་ཀྱིས་འདུལ་བ། མེ་ཡིས་བཅོ་བསྡེག་བསྡེག་གསུམ་བྱེད་པ
(སྤྱི་ལུགས་པའི་ radiation དང་འབྲེལ་པོ་ཡོད།) དུགས་ཀྱིས་
བདུག་པ། གཤག་གཙོད་(སྤྱི་ལུགས་པའི་ surgery)བྱེད་པའི་
བཅོས་སྤེལ་དགོས།



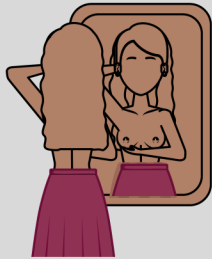
དང་པོ།

རང་ཉིད་ཀྱིས་རྩ་མ་བརྟག་ཐབས།

སོ་སོ་རང་ཉིད་ཀྱིས་རྩ་མ་འཛིན་གཞུང་གཞུང་གི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་བརྟག་པ་ལས་སོགས་ནམ་རྒྱུན་ལྟར་མ་ཡིན་པའི་འགྲུར་བཞིག་ཡོད་པའི་བརྟག་པ་ལས་འགྲུར་བའི་ཡོད་རྟོགས་ཐུབ། གཞུང་གི་འགྲུར་བའི་ཡོད་རྟོགས་ལྟར་བརྟག་པར་བསྟེན་བརྟག་བྱེད་དགོས།

རྩ་མ་འཛིན་སྤོང་འོག་རྒྱུ་མཐུན་ཅམ་མ་ཡིན་པར་མཚིན་ཁུང་འོག་ལ་ཡང་རིག་སྟེ་བརྟག་དགོས།

རང་ཉིད་ཀྱི་འཛུབ་མཐིལ་རྣམས་གཞུང་གི་སྟེན་ལྷན་ལྷན་འདྲ་མིན་ཐོག་རྩ་མ་འཛིན་སྤོང་འོག་སྟེ་བརྟག་དགོས།

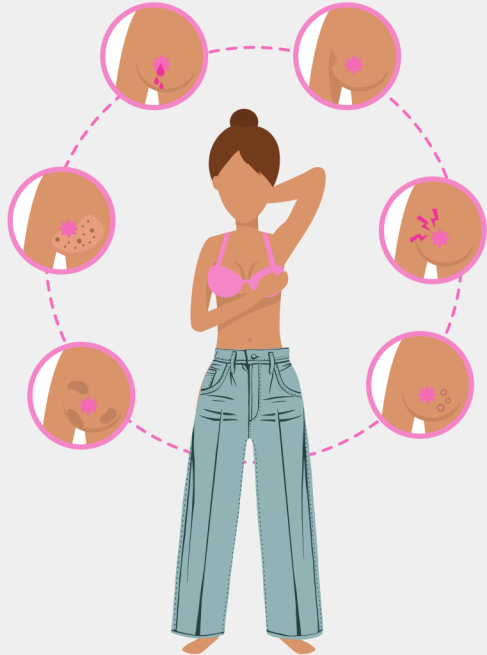


རང་ཉིད་མེ་ལོང་ངམ་ངོ་ཤེལ་མཐུན་དུ་ལངས་ཏེ་རྩ་མ་འཛིན་བཅོས་ལྟར་འགྲུར་བའི་ཡོད་རྟོགས་དང་རྩ་མ་འཛིན་པགས་པར་ཤིང་ཏོག་ཚ་ལུ་མ་འཛིན་པགས་པ་ལྟར་ཤིང་ཤིང་མང་པོ་ཆགས་ཡོད་པའི་བརྟག་དགོས་སོ། རྒྱ་མཚན་བབས་པའི་ཉིན་བརྟག་པ་དེ་ལ་རང་ཉིད་ཀྱིས་རྩ་མ་ལ་དུས་ལྟར་བརྟག་དགོས། བརྟག་དགོས་དེ་ལ་དུས་ཚོད་རྒྱུན་རིང་ཞིག་མི་དགོས། དེ་ཡང་སྤྱོད་པ་བསྟེན་གཞུང་གི་འགྲུར་བའི་ཡོད་རྟོགས་ལྟར་བརྟག་པར་བསྟེན་བརྟག་བྱེད་དགོས།

Mammogram སོགས་མ་བྱེད་བར་དུ་རང་ཉིད་ཀྱིས་བྱེད་དགོས་པའི་ལས་འགན་ཡིན།



གཞུང་གི་རང་ཉིད་ཀྱིས་བརྟག་དགོས་བྱེད་པའི་ལས་འགན་ལྟར་བརྟག་པར་བསྟེན་བརྟག་བྱེད་དགོས། གཞུང་གི་འགྲུར་བའི་ཡོད་རྟོགས་ལྟར་བརྟག་པར་བསྟེན་བརྟག་བྱེད་དགོས། རྩ་མ་འཛིན་སྤོང་འོག་སྟེ་བརྟག་དགོས། རྩ་མ་འཛིན་སྤོང་འོག་སྟེ་བརྟག་དགོས། རྩ་མ་འཛིན་སྤོང་འོག་སྟེ་བརྟག་དགོས། རྩ་མ་འཛིན་སྤོང་འོག་སྟེ་བརྟག་དགོས།



གཉིས་པ།
རྩ་མ་རྒྱན་ནམ་འབྲས་ཡོད་པའི་བརྟག་ལྟར།
སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་པའི་ཆུ་ཞིག་སར་བུད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་བརྟག་དགོས་པ་དང་།
བརྟག་པའི་ཆུ་ཞིག་སར་བུད་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་བརྟག་དགོས་པ་དང་།
ལོ་རྒྱུས་ལྟར་བརྟག་དགོས་པ་དང་།
རྩ་མ་འཛིན་སྤོང་འོག་སྟེ་བརྟག་དགོས་པའི་ལས་འགན་ཡིན།

རྩ་མ་འཛིན་སྤོང་འོག་སྟེ་བརྟག་དགོས་པའི་ལས་འགན་ཡིན།
➤ རང་ཉིད་ཀྱི་འཛུབ་མཐིལ་ལོ་རྒྱུས་ལྟར་བརྟག་དགོས་པ།
➤ བརྟག་དགོས་སྤོང་འོག་སྟེ་བརྟག་དགོས་པ། རྩ་མ་འཛིན་སྤོང་འོག་སྟེ་བརྟག་དགོས་པ། མཚན་ཁུངས། བྱང་དུ་བྱེད། རྩ་མ་འཛིན་སྤོང་འོག་སྟེ་བརྟག་དགོས་པ།
➤ རྩ་མ་འཛིན་སྤོང་འོག་སྟེ་བརྟག་དགོས་པ། རྩ་མ་འཛིན་སྤོང་འོག་སྟེ་བརྟག་དགོས་པ།
➤ དེ་ཡང་སྤོང་སྤོང་མཚན་ལྷན་ལྷན་ཆེ་ཆུང་འདྲ་མིན་ཐོག་བརྟག་དགོས།
➤ རྩ་མ་འཛིན་སྤོང་འོག་སྟེ་བརྟག་དགོས་པ། རྩ་མ་འཛིན་སྤོང་འོག་སྟེ་བརྟག་དགོས་པ།

གསུམ་པ།
སྤྱོད་པའི་སྤོང་འོག་སྟེ་བརྟག་དགོས་པ།
རྩ་མ་འཛིན་སྤོང་འོག་སྟེ་བརྟག་དགོས་པ། རྩ་མ་འཛིན་སྤོང་འོག་སྟེ་བརྟག་དགོས་པ། རྩ་མ་འཛིན་སྤོང་འོག་སྟེ་བརྟག་དགོས་པ། རྩ་མ་འཛིན་སྤོང་འོག་སྟེ་བརྟག་དགོས་པ།

ཚུལ་སྟོན་པ་ཅེས་པ།
སྤྱོད་པའི་སྤོང་འོག་སྟེ་བརྟག་དགོས་པ། རྩ་མ་འཛིན་སྤོང་འོག་སྟེ་བརྟག་དགོས་པ། རྩ་མ་འཛིན་སྤོང་འོག་སྟེ་བརྟག་དགོས་པ། རྩ་མ་འཛིན་སྤོང་འོག་སྟེ་བརྟག་དགོས་པ།