

༄༅། སློབ་གྲྭའི་མི་དམངས་ལྷན་རྒྱུས་ལ།

ངས་འདི་ནས་ཁྱེད་ཚོར་གཞུག་ལག་སློབ་ཆེན་གྱིས་ཤར་ཕྱོགས་དང་ལྷོ་ཤར་ཨེ་ཤེ་ཡ་ས་ཁུལ་དུ་འགོ་བཙུག་འགྲོ་བཞིན་པའི་རྟོག་དེབས་ནད་འབྲུའི་  
coronavirus རིམས་ནད་ལ་གཏོང་ལེན་ཇི་ལྟར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པའི་སྐོར་འབྲེལ་བཟོད་བྱེད་འདོད་བྱུང་། **ཨི་སི་ཀོན་སིན་དུ་རྟོག་དེབས་ནད་འབྲུའི་རིམས་ནད་**  
**ད་དུང་བྱུང་མེད།** ཡི་གེ་འདིས་ཁྱེད་ཚོར་ཡོད་པའི་དྲི་བར་ལན་འདེབས་དང་སེམས་འཚབ་མེད་པ་བཟོ་བྱུང་བར་ངས་དེ་བཞེད་ཀྱི་ཡོད།

**རྟོག་དེབས་ནད་འབྲུ་ coronavirus ཟེར་བ་ཅི་ཞིག་རེད།**

རྟོག་དེབས་ནད་འབྲུ་ coronavirus ཟེར་བ་ནི་མི་དང་མིའི་ཉེ་བཅར་འབྲེལ་གཏུག་དང་། སློ་ལུ་བ་དང་ཉལ་སྦྱིད་རྒྱག་ལ། དེས་པོའི་སྐྱེད་ན་ཡོད་པའི་རྟོག་  
དེབས་ནད་འབྲུ་ coronavirus ལ་རེག་ཐུག་བྱས་མེས་མོ་མེད་ཁ་དང་། སྤྱོད་མེད་ལ་རེག་ཐུག་བྱེད་བརྒྱུད་ནས་འགོ་བཙུག་འགྲོ་བཞིན་པའི་ནད་འབྲུ་  
སྐོར་ཞིག་ཡིན། རྟོག་དེབས་ནད་འབྲུ་ coronavirus རྒྱན་དུ་འཁོར་རྒྱག་བྱེད་ཅིང་ཆམ་པ་དང་རིམས་ཆམ་ flu ལྟ་བུའི་ནད་གཞི་ལོ་རེར་སློང་གི་ཡོད་པས།  
རྒྱན་ལྷན་ལྟར་ནད་རིགས་འདི་དག་གི་དུས་ཡུན་གྱི་ཞིང་མཚམས་རེར་ནད་དུག་མཚེད་ཁོངས་གསལ་པར་བརྟེན་ནས་དར་བྱུང་བའི་ཚོད་ཆེན་པོ་ཆགས་ཐུག།

**གཞུག་ལག་སློབ་ཆེན་གྱིས་ནད་འབྲུའི་ཐད་ཅི་ཞིག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་དམ།**

གཞུག་ལག་སློབ་ཆེན་འཕྲོད་བསྟེན་སྤྱི་ལུ་ཁང་ [University Health Services \(UHS\)](#) གིས་ཨི་སི་ཀོན་སིན་གཞུག་ལག་སློབ་ཆེན་སྤྱི་ལུ་ [UW Health](#) དང་།  
མངའ་སྡེ་དང་ཚོང་གི་འཕྲོད་བསྟེན་སྤྱི་ལུ་ཁང་བཅས་དང་མཉམ་འབྲེལ་ཐོག་ནད་འབྲུའི་གནས་སྤངས་ལ་རྟོག་ཞིབ་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། གཞུག་ལག་སློབ་  
ཆེན་འཕྲོད་བསྟེན་སྤྱི་ལུ་ཁང་ (UHS) [Primary Care](#) རྒྱན་ལུ་གིས་ནད་པ་ཚོར་བརྟེན་དཔྱད་བྱས་ཏེ་ནད་པ་དེ་ཚོ་འདས་པའི་བདུན་པུག་གསུམ་ནད་ཕྱོགས་  
སྦྱོང་བྱས་ཡོད་མེད་དང་ཕྱོགས་སྦྱོང་བྱས་ཡོད་ཚེ་འདས་པའི་བདུན་པུག་གཉིས་ནད་རིམས་ནད་ཡོད་པའི་ས་ཁུལ་དུ་བྱིན་ཡོད་མེད་ལ་བརྟེན་གྱི་ཡོད། གལ་ཏེ་བརྟེན་  
འབྲས་སུ་སློབ་ཐུག་ཅིག་ལ་རྟོག་དེབས་ནད་འབྲུ་ coronavirus ཡོད་ཚེ། ཁོ་ཚོ་ལོགས་སུ་བཏོན་ནས་བཀག་སྲིལ་འགོག་སྲུང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད། ཨི་སི་ཀོན་སིན་  
གཞུག་ལག་སློབ་ཆེན་སྤྱི་ལུ་ཁང་ [UW Health](#) གིས་ཀྱང་ནད་པ་ཚོར་བྱེད་ཐབས་གཅིག་མཚུངས་ལག་བསྟར་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།

**ངས་ཅི་ཞིག་བྱེད་དགོས་སམ།**

ཁྱེད་ལ་རིམས་ཆམ་ལྟ་བུའི་ནད་རྟོགས་ཡོད་པ་དང་ཉེ་ཆར་ཤར་ཕྱོགས་དང་ལྷོ་ཤར་ཨེ་ཤེ་ཡ་ས་ཁུལ་དུ་བྱིན་ཡོད་ཚེ། [ཨ་རིའི་ནད་རིགས་འགོག་སྲུང་ལྟེ་གནས་](#)  
[CDC](#) ཀྱིས་ཁྱེད་ལ་སྤྱི་ལུ་ཁང་གི་ལ་བརྟེན་དཔྱད་བྱེད་དགོས་པར་གྲོས་འདོན་རྒྱུ་གི་ཡོད་པ་རེད། སློབ་ཐུག་ཚོས་གཞུག་ལག་སློབ་ཆེན་འཕྲོད་བསྟེན་སྤྱི་ལུ་  
ཁང་ [UHS](#) ལ་འབྲེལ་བ་ཞུས་ཏེ་ནད་རྟོག་དུས་ཚོད་བཟོ་ཚོགས། (ནད་རྟོག་འགོ་མེད་དེ་སློབ་ཐུག་འཕྲོད་བསྟེན་རྒྱན་གྲོན་ནས་ [SHIP](#) ཡིས་ནར་གཏོང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད།)  
དགོ་གནད་དང་ལས་བྱེད་ནས་པས་མོ་མེད་ལྷན་བསྟེན་སྤྱི་ལུ་ཁང་གི་གཏུག་བྱེད་ཚོགས།

གལ་ཏེ་ཁྱེད་རང་འདས་པའི་བདུན་པུག་གཉིས་ནད་ལྟ་བུ་ཆར་བྱིན་མེད་ཚེ། ཁྱེད་ལ་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་མེད། རིམས་ཆམ་ [Influenza](#) རི་ཨི་སི་ཀོན་སིན་  
གཞུག་ལག་སློབ་ཆེན་ ། མལ་སྤྱི་ལུ་ཁང་། གི་མི་དམངས་ལ་མཚོན་ན་སྤྱི་དམངས་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་དཀའ་ངལ་ཆེ་ཤོས་ཆགས་ཡོད། དེར་བརྟེན་ཁྱེད་ཚོས་གཤམ་  
འོག་ལྟར་བྱ་རྒྱུར་ངས་འདོད་སྤྱུལ་ལྟ་གི་ཡོད།

- རྒྱན་དུ་ལག་པ་ཡི་ཅོ་དང་རྒྱུ་ལེས་བཟུ་རྒྱ།
- ལག་པ་མ་བཀུས་པར་མིག་དང་། སྤྱོད་མེད་ལ་རེག་ཐུག་བྱེད་མི་རུང་།
- བརྟེན་མཚུངས་ལ་ཉེ་བཅར་འབྲེལ་གཏུག་བྱེད་མི་རུང་།
- བརྟེན་མཚུངས་ནད་ལྱིམ་དུ་སྦྱོང་རྒྱ།
- སློ་དང་ཉལ་སྦྱིད་རྒྱག་སྐབས་ལ་དང་སྤྱོད་མེད་སྲུང་བྱ་རྒྱ། ལྷོ་ལོ་ནད་ལུག་ཏུ་སློང་དང་ཉལ་སྦྱིད་རྒྱག་རྒྱ།

སྤྱི་དམངས་འཕྲོད་བསྟེན་ལས་བྱེད་ཀྱི་ལས་འདུན་ཉམས་ཅི་ཡང་མེད་མཁུན་མི་ཚོས་ཁ་རས་རྒྱག་དགོས་དོན་མེད་ཅེས་ལམ་སྟོན་གནང་ཡོད། རྒྱ་མེད་བདེ་ཐང་ཡིན་པའི་མི་རེ་འགས་ཁ་རས་རྒྱག་འདོད་བྱེད་སྲིད་མོད་དེ་ལ་སེམས་འཚབ་ལངས་མི་དགོས།

ལྗོད་རང་རྒྱ་ནག་ལ་འགོ་བའི་འཆར་གཞི་ཡོད་ཚེ། ཨ་རི་སྤྱི་སྲིད་ལས་ཁུངས་ U.S. State Department གྱིས་འགྲེམས་སྟེན་བྱས་པའི་[ཕྱོགས་སྟོན་ལམ་སྟོན་guidance for travelers](#) ལ་གཟིགས་ཞིབ་གནང་རོགས།

**ངས་གནས་ཚུལ་གསར་པ་ཇི་ལྟར་ཤེས་སྟབས་བཅ།**

གནས་ཚུལ་གཞན་དང་གསར་པའི་ཆེད་དུ་[རྒྱ་ཚོའི་དྲ་ཚིགས་ལ་](#)གཟིགས་རོགས། ལྗོད་གྱིས་ཐབས་ཤེས་རེ་བྱེད་དགོས་ཡོད་ཚེ། གཙུག་ལག་སློབ་ཆེན་གྱིས་ལྗོད་ལ་ཐང་ཀར་སློབ་འཕྲིན་བརྒྱུད་ནས་འབྲེལ་བ་བྱེད་པའི་མཐའ་དོན། རའི་རོས་ནས་ཤར་ཕྱོགས་དང་ལྷོ་ཤར་ཨེ་ཤེ་ཡ་ས་ཁུལ་ནས་ཡིན་པའམ་ཤར་ཕྱོགས་དང་ལྷོ་ཤར་ཨེ་ཤེ་ཡ་ས་ཁུལ་དང་མི་སྐྱེར་འབྲེལ་བ་ཡོད་མཁུན་དེ་ཚོའི་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཡོད་ཅེས་ཞུ་འདོད་བྱུང་། ལྗོད་ཚོ་ནི་དེ་ཚོའི་ཚོགས་སྡེར་མཚོན་ན་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་དང་མཐོང་ཆེན་པོ་ཡོད་པ་ཤར་ཕྱོགས་ཡིན། ལྗོད་ཚོས་རོགས་སྐྱོར་ཞུ་ཆེད་གཤམ་འཁོད་གནས་ཚུལ་ཐོན་ཁུངས་ལ་བལྟ་རྒྱུར་ངས་འབོད་སྐུལ་ཞུ་གི་ཡོད།

- [International Student Services](#)
- [Dean of Students Office](#)
- [UHS Mental Health Services](#)
- [International Faculty and Staff Services](#)
- [Employee Assistance Office](#)

ཞེས་ཇི་ལོ་རྒྱུ་གི་ Jake Baggott

Executive Director, University Health Services, and Associate Vice Chancellor for Student Affairs/Health and Wellbeing རས་ཕུལ།