

བྱིས་ཀྱི་

Johnson & Johnson/

Janssen ཀོ་ལྷིང་ཌ-19

ནད་འགོག་སྐྱོན་ཁབ་བརྒྱབ་

རྗེས་བྱིས་ཀྱིས་གང་མཚུན་

དགོས་པ།



**NYC VACCINE FOR ALL:  
SAFE, FREE, EASY**

[nyc.gov/covidvaccine](https://nyc.gov/covidvaccine)

Tibetan

## བྱིས་ཀྱིས་ནད་འགོག་སྐྱོན་ཁབ་རྒྱག་ས་ནས་མ་ཐོན་གོང་ལ།

ནད་འགོག་སྐྱོན་འཇུགས་བྱང་བྱ་ཞིག་བྱིས་པའི་ཕར་དུ་ཐོབ་ཐུབ་པ་གནང་དགོས། དེས་བྱིས་ལ་ནད་འགོག་སྐྱོན་གང་ཐོབ་ཡོད་པ་དང་ག་དུས་ཐོབ་ཡོད་པ་སྟོན་གྱི་རེད།

## ནད་འགོག་སྐྱོན་གྱི་སྐྱོན་ཐུན་གཉིས་པའི་ཆེད་དུ་ངས་ཡང་བསྐྱར་ཡོང་དགོས་གྱི་ཡོད་དམ།

མེད། Johnson & Johnson ནད་འགོག་སྐྱོན་ཐེངས་གཅིག་རང་ལས་དགོས་གྱི་མེད།

## ནད་འགོག་སྐྱོན་གྱི་ཞོར་ཕྱོག་རིགས་གང་ཡོད་དམ།

ཞོར་ཕྱོག་དཀྱུས་མ་ཁག་གི་ནད་དུ་ལག་ངར་ནང་ན་ཟུག་གཏོང་བ་ཡང་ན་སྐྱོན་ཁབ་རྒྱག་ས་སྐྱོད་པ་དང་། མགོ་ན་བ། གཟུགས་པོར་ན་ཟུག་གཏོང་བ། ལུས་པོ་ཐང་ཆད་པ། ཚ་བ་སོགས་འཇུག་ཡོད། ཞོར་ཕྱོགས་རིགས་སྤྱིར་བཏང་མི་རྒྱུ་པའི་ནད་དུ་ཉུང་བ་ཡོད་པ་དང་རྒྱུན་དུ།

- མངོན་རྒྱུ་ནས་འབྲིང་ཙམ་ཡོད།
- ནད་འགོག་སྐྱོན་འཇུགས་བྱས་མེས་ཉིན་གསུམ་ནང་ཚུད་ལ་འགོ་འཇུགས་གྱི་རེད། (ནད་འགོག་སྐྱོན་འཇུགས་བྱས་པའི་ཉིན་དེའི་རྗེས་ཀྱི་ཉིན་མོ་དེ་ལ་སྤྱིར་བཏང་མང་བ་ཡོད།)
- དེ་དག་འགོ་འཇུགས་བྱས་མེས་ཉིན་གཅིག་ནས་གཉིས་བར་ལྷག་གི་རེད།

## གལ་སྲིད་ང་ལ་ཞོར་ཕྱོག་རིགས་ཐོན་པ་ཡིན་ན་ངས་གང་བྱེད་དགོས་སམ།

གལ་སྲིད་བྱིས་ལ་ཞོར་ཕྱོག་རིགས་ཡོད་པ་དེ་དག་གིས་བྱིས་སྐོ་མི་བདེ་བ་བཟོ་གི་ཡོད་པ་ཡང་ན་དེ་དག་ཉིན་ཤས་རྗེས་ལ་ཡལ་མི་འགོ་བ། ཡང་ན་གལ་སྲིད་བྱིས་ལ་སྐྱོན་ཁབ་བརྒྱབ་སའི་གནས་སུ་ཚུ་ཚོད་ 24 ཡི་རྗེས་ལ་དམར་པོ་ཆགས་པ་ཡང་ན་མ་ཁ་ཐོན་ནས་ཆེ་རུ་སོང་བ་ཡིན་ན། བྱིས་ཀྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལྟ་སྐྱོད་མཁོ་སྤོད་གནང་མཁན་ལ་ཁ་པར་ཐོང་། བྱིས་ཀྱི་ལྟ་སྐྱོད་མཁོ་སྤོད་བྱེད་མཁན་ལ་ཚོང་ཁང་ནང་སེལ་ཚོང་བྱེད་པའི་སྐྱོན་དཔེར་ན་ acetaminophen (Tylenol) ཡང་ན་ ibuprofen (Advil) བེད་སྤོད་གཏོང་བའི་སྐོར་བཀའ་ཚུལ་གནང་དགོས།

ཞོར་ཕྱོག་རིགས་ནད་རིགས་སྤངས་འཛིན་དང་སྟོན་འགོག་ལྟེ་གནས་ཁང་ (Centers for Disease Control and Prevention, CDC)

V-safe སྤོད་བདེའི་ཁ་པར་ཉེར་སྤོད་བརྒྱུད་ནས་སྐྱོན་སེང་ཞུས། མང་བ་མཁུན་ཐུབ་པ་དང་ཉེར་སྤོད་པའི་ལེན་ཆེད་དུ། དྲ་ཚིགས་འདིར་གཟིགས།

**vsafe.cdc.gov** བྱིས་ཀྱིས་ཡང་ཞོར་ཕྱོག་རིགས་ནད་འགོག་སྐྱོན་གྱི་འགལ་ཟླའི་གནས་ཚུལ་བྱུང་བ་སྐྱོན་སེང་ཞུ་བའི་མ་ལག་ (Vaccine Adverse

Event Reporting System, VAERS) ལ་སྟན་སེང་ལུ་ཐུབ། སྟན་སེང་ཁག་འདི་ལ་ལུ་ཐུབ། [vaers.hhs.gov/reportevent.html](https://vaers.hhs.gov/reportevent.html) ཡང་ན་ 800-822-7967 ལ་ཁ་པར་བཏང་ནས་སྟན་སེང་ལུ་ཐུབ། རྩིད་ཀྱིས་གནས་ཚུལ་གང་སྟན་སེང་ལུ་ཐུབ་པ་དེ་དག་གསང་བ་བྱེད་ཀྱི་རེད།

**ནད་འགོག་སྟན་དེ་ལ་མི་འཕྲོད་པའི་ཡ་ལན་ཞིག་འབྱུང་སྲིད་དམ།**

མི་འཕྲོད་པའི་ཡ་ལན་དཀོན་པོ་ཡོད་པ་དང་སྤྱིར་བཏང་སྟན་ཁབ་བརྒྱབ་རྗེས་སྐར་མ་འགའ་ཤས་ནས་ཚུ་ཚོད་གཅིག་གི་ནང་ཚུད་ལ་འགོ་འཛུགས་བྱེད་ཀྱི་རེད། མི་འཕྲོད་པའི་ཡ་ལན་ཤུགས་ཆེ་བ་ཞིག་གི་རྟགས་མཚན་ཁག་གི་ནང་དུ་དབྱགས་གཏོང་ལེན་ཁག་པོ་དང་། རྩིད་ཀྱི་ངོ་གདོང་དང་མགོ་ལྗང་སྐྱེད་སྤུངས་པ། རྩིད་ཀྱི་ལུས་ཡོངས་ལ་ཐོར་པ་སིབ་སིབ་ཐོན་པ། མགོ་ཡོམ་འཁོར་བ་དང་ལུས་སྟོབས་སྐྱེ་པོ་ཚོར་བ་སོགས་འཚུད་ཡོད། གལ་ཏེ་རྩིད་ཀྱིས་རྩིད་རང་ཉིད་ལ་མི་འཕྲོད་པའི་ཡ་ལན་ཤུགས་ཆེ་ཐོན་ཀྱི་ཡོད་པའི་འདོད་ཚུལ་བྱུང་བ་ཡིན་ན།

**911** ལ་ཁ་པར་ཐོང་། ཡང་ན་སྟན་ཁབ་ཐག་ཉེ་ཤོས་དེ་ལ་ཕེབས།

**ནད་འགོག་སྟན་གྱི་རུས་པ་ག་དུས་ཐོན་གྱི་རེད་དམ།**

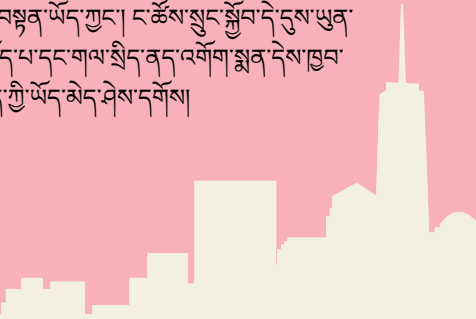
རྩིད་ཀྱི་སྟན་ཁབ་གཉིས་པ་དེ་བརྒྱབ་རྗེས་བདུན་ཕྲག་གཅིག་ནས་གཉིས་ཀྱི་རྗེས་ལ་མ་གཏོགས་རྩིད་ལ་སྤང་སྐྱོབ་ཆ་ཚང་མེད།

**ནད་འགོག་སྟན་ཁབ་བརྒྱབ་རྗེས་ངས་ཀོ་ལྷིད་ཏེ་-19 ཡི་དྲོགས་ཐོན་ཁག་མཚམས་འཇོག་བྱས་ན་འགྲིག་གི་ཡོད་དམ།**

མེད། རད་འགོག་སྟན་ཁབ་བརྒྱབ་རྗེས་རྩིད་ཀྱིས་ངས་པར་དུ་ཐོན་འགོག་གི་ཐབས་ལམ་ཁག་ལག་བསྟར་གནང་དགོས།

- གལ་སྲིད་རྩིད་རང་ནད་པ་ཡིན་པ་བྱིམ་དུ་བཞུགས།
- མི་གཞན་དག་ནས་ཉུང་མཐར་ཡང་རྒྱང་ཐག་པ་རྩི་ཏེ་ 6 ཉར་གནང་དགོས།
- གདོང་ཁེབས་ཤིག་གྱོན།
- རྩིད་ཀྱི་ལག་བཟུ་བ་དང་ལག་སྲིན་སེལ་བྱེད་ཅིག་བེད་སྟོད་ཡང་སེ་གཏོང་དགོས།

Johnson & Johnson ཡི་ནད་འགོག་སྟན་གྱིས་མི་ཚོ་ཀོ་ལྷིད་ཏེ་-19 ལས་སྤང་སྐྱོབ་བྱེད་ཀྱི་བསྟན་ཡོད་ཀྱང་། ང་ཚོས་སྤང་སྐྱོབ་དེ་དུས་ཡུན་རི་ཙམ་རིང་ལྷག་གི་ཡོད་པ་དང་གལ་སྲིད་ནད་འགོག་སྟན་དེས་བྱབ་གང་ལ་ཐོན་འགོག་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་མེད་ཤེས་དགོས།



ང་ལ་ནད་འགོག་སློབ་ཆེད་དུ་ཡང་ན་འཕྲོད་བསྟེན་ལྟ་སྐྱོད་ཐུག་འཕྲད་  
གྱི་ཐོབ་འཛིན་ཐོབ་གྱི་རེད་དམ།

མེད། བྱེད་གྱི་འགན་བཅོལ་ལ་ཐོབ་འཛིན་ཐོབ་སྲིད། འོན་ཀྱང་ནད་འགོག་སློབ་  
ཆེད་དུ་བྱེད་གྱིས་རིན་པ་མཉམ་སྲོད་གནང་དགོས་པ་ཡང་ན་སློབ་ཡོན་གཞན་  
དག་ཐོབ་གྱི་མ་རེད།

**ངའི་སྒྲེར་གྱི་གནས་ཚུལ་སྲུང་སྐྱོབ་བྱས་ཡོད་དམ།**

བྱེད་གྱི་སྒྲེར་གྱི་གནས་ཚུལ་གསང་བ་ཡིན་པ་དང་སྲུང་སྐྱོབ་བྱས་ཡོད། བྱེད་གྱི་  
སྐོར་གྱི་གཞི་རྩའི་གནས་ཚུལ་ (དཔེར་ན་བྱེད་གྱི་མིང་དང་། ཁ་བྱང་། ཁ་པར་  
ཅང་བྲངས། སྐྱེས་ཆེས། མི་རིགས་དང་རིགས་རྒྱུད། བྱད་འགོག་སློབ་འཇུགས་  
ལྗེ་ཆེས། བྱད་འགོག་སློབ་གང་ཐོབ་པ་ལྟ་བུ།) འི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་འཕྲོད་བསྟེན་  
ལྟ་བུ་ཁང་དང་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་ (འི་འཕྲོད་བསྟེན་གྱི་འཕྲོད་བསྟེན་  
ལྟ་བུ་ཁང་) ལ་བྱིས་ཀྱི་དགོས་དོན་ལྟར་མཉམ་སྲོད་མི་བྱེད།

**གལ་སྲིད་ང་ལ་དྲི་བ་གཞན་དག་ཡོད་ན་གང་བྱེད་དགོས་སམ།**

བྱེད་གྱི་མཁོ་སྲོད་གནང་མཁན་ལ་ཡང་ན་**311**ལ་ཁ་པར་ཐོང་།





ཉེན་མེད།

རིན་མེད།

ལས་ལྔ་པོ།

# ནི་ཏུ་ཡོག་གོང་ཁྱིམ་འཕྲོད་ བསྟེན་ལྷན་ཁང་།



ནི་ཏུ་ཡོག་གོང་ཁྱིམ་གྱི་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷན་ཁང་།  
[nyc.gov/covidvaccine](https://nyc.gov/covidvaccine)

ནི་ཏུ་ཡོག་མངའ་སྡེའི་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷན་ཁང་།  
[covid19vaccine.health.ny.gov](https://covid19vaccine.health.ny.gov)

**CDC:**

[cdc.gov/covidvaccine](https://cdc.gov/covidvaccine)



**NYC**  
Health

ནི་ཏུ་ཡོག་གོང་ཁྱིམ་འཕྲོད་བསྟེན་ལྷན་ཁང་གི་ནས་གནས་སྟངས་འགྱུར་འགྲོལ་དང་  
བསྟེན་ཏེ་མོས་སྤོར་བྱས་པ་ཁག་ལ་འགྱུར་བ་གཏོ་སྟོན། **3.8.21**