

རོགས་རམ་ཐོབ་རུང་ཡོད།

ད་ལྟའི་གནས་སྐབས་རིང་མི་ཚའི་གདོང་ལེན་འཕར་མ་དག་གི་ལྷན་འབྲེལ་འདི་སྲིད་བྱེད་རྒྱ་ཁག་པོ་ཡོད་པ་དང་མི་ཚེ་ཁག་པོ་མཐོང་དུས།
ཁྱེད་ལ་རོགས་པ་དགོས་པ་ཚོར་སྐབས་རོགས་རམ་སྒྲུབ་པ་འགྲིག་གི་ཡོད།
ཁྱེད་ཀྱི་སྐྱེད་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་གོམ་ཐབས་རྗེས་མ་དག་གི་སྐོར། ཉང་མི་དང་གྲོགས་པོ། ཡང་ན།
ཁྱེད་ཀྱི་སྐྱེད་པའམ་ཡིད་ཆེས་ཡོད་པའི་འཕྲོད་བསྟེན་ཆེད་ལས་པ་ཞིག་གི་ལྷན་སྐད་ཆ་བཤད།

ཁྱེད་ཀྱིས་ཉོག་དབྱིབས་གཉན་རིམས་སེམས་ཁམས་བདེ་ཐབས་ཀྱི་རམ་འདེགས་ཞབས་ཏུ་ 1800 512 348 ཐོག་ཁ་བར་གཏོང་བའི་སློབ་ཀྱིས།
དུས་ནམ་ཡིན་ལ་རིན་མེད་ཐོག་སློབ་སློབ་པ་ཞིག་གི་ལྷན་སྐད་ཆ་བཤད་ཚོག་རིན་མེད་དང་གསང་རྒྱའི་སྐད་སྒྱུར་ཆེད། 131 450
སྟེང་ཁ་བར་གཏོང་སྟེ་ཁྱེད་ལ་དགོས་པའི་སྐད་ཡིག་དེ་བརྗོད།
ཁྱེད་ཀྱིས་དེ་ནས་སྐད་སྒྱུར་བ་ལ་ཉོག་དབྱིབས་གཉན་རིམས་སེམས་ཁམས་བདེ་ཐབས་ཀྱི་རམ་འདེགས་ཞབས་ཏུ་སྟེང་སྟེལ་མཐུད་བྱེད་པར་བ
རྗོད།

མི་ཚང་མ་ཕར་ཚུར་གདོང་དང་གདོང་ཐུག་སྟེ་སྐད་ཆ་བཤད་རྒྱ་བདེ་པོ་མེད་པ་ཡོད་སྲིད་པས་དེ་འགྲིག་གི་ཡོད།
ཁྱེད་ཀྱིས་གལ་ཆེ་ཆ་འཕྲིན་ཡོད་པའི་བྲ་ཆིགས་དག་རྟེན་ཐུབ་པ་དང་།
སྐྱེ་ཅུལ་གོང་འཕེལ་གཏོང་བ་དང་ཁྱེད་ཀྱི་ཡར་རྒྱས་རྗེས་སྟེག་བྱེད་པར་ཉེར་སྲོད་དང་ལས་རིམ་དག་བེད་སྲོད་བྱེད།
དེ་བཞིན་དུ་ཐོག་སྟེང་སྟེགས་ཐོག་སྐད་དང་ཉམས་སྲོང་དག་མཉམ་སྲོད་བྱེད་བའམ།
ཁ་བར་དང་དུ་བའི་ཁ་བར་འཕྲིན་སྐད་དང་སྟོག་འཕྲིན་ཞབས་ཏུ་དག་བརྒྱུད་ནས་ཆེད་ལས་པ་ཞིག་གི་ལྷན་སྐད་ཆ་བཤད།

ཆ་འཕྲིན་དང་སློབ་སྟོན། དེ་བཞིན་ཡིད་ཆེས་འོས་པའི་རིན་མེད་དང་འགྲོ་བློན་དམའ་པོ་ཡིན་པའི་ཨ་སི་ཱོ་ལི་ཡའི་ཁ་བར་དང་།
དུ་ཐོག་སྟེང་གི་སེམས་ཁམས་འཕྲོད་བསྟེན་ཞབས་ཏུ་དང་རམ་འདེགས་དག་གི་ཆེད་ཉེན་ཉེ་ཉེལ་དུ་ཆིགས་ headtohealth.gov.au
སྟེང་བསྟོད། དེའི་ཐོག་ཁྱེད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཉང་གི་ཆ་འཕྲིན་དང་རྒྱ་ཆ་དག་གི་མཐུད་ཁ་དག་ཡང་ཡོད།