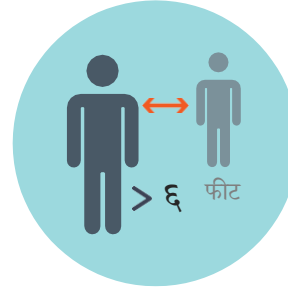


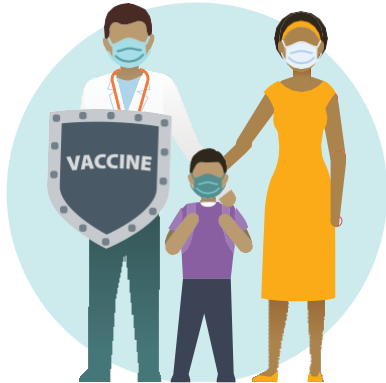
कोभिड-१९ खोपहरूका बारे तथ्यहरू

खोप(शट)हरू हामीले COVID-19 महामारीको बिरूद्ध लड्न सक्ने एक उपकरण हो।



यो महामारीलाई रोक्नको लागि, हामीले सबै रोकथाम उपकरणहरू प्रयोग गर्न आवश्यक पर्दछ। खोप तपाईंको स्वास्थ्य बचाउन र रोगलाई रोकथाम गर्ने एक प्रभावकारी उपकरण हो। खोपहरूले तपाईंको शरीरको प्राकृतिक सुरक्षासँग काम गर्दछ जसले यदि तपाईं भाइरस संक्रमित हुनु भयो भने तपाईंको शरीरलाई भाइरससँग लड्न तयार पार्नेछ, (यसलाई रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता पनि भनिन्छ)। अन्य उपायहरू, जस्तै तपाईंको नाक र मुख ढाक्ने मास्क लगाएर र अन्य व्यक्तिहरू जोसंग तपाईं बस्नुहुन्न कम्तिमा ६ फिट टाढा रहेर, पनि कोभिड-१९ को प्रसार रोक्न मद्दत गर्दछ।

अध्ययनहरूले देखाउछ कि तपाईंलाई कोभिड-१९ लाग्नबाट बचाउन कोभिड-१९ खोपहरू धेरै प्रभावकारी छन्। विज्ञहरूले यो पनि भनेका छन् कि यदि तपाईंलाई कोभिड-१९ लागि हाल्यो भने पनि कोभिड-१९ खोपले तपाईंलाई गम्भीर बिरामी हुनबाट बचाउन सक्छ। यी खोप आफैले तपाईंलाई कोभिड रोग लगाउन सक्दैन।



खोपहरू सुरक्षित छन्। अमेरिकाको खोप सुरक्षा प्रणालीले सबै खोपहरू सकेसम्म सुरक्षित रहेको सुनिश्चित गर्दछ। प्रयोग भइरहेका सबै कोभिड-१९ खोपहरू उही सुरक्षा परीक्षणहरू गरिएका छन् र विगतमा उत्पादित कुनै पनि भ्याक्सिन जस्तै उही मानकहरू पूरा गर्दछन्। सम्पूर्ण देश भर प्रणाली छ कि CDC सुरक्षा मुद्दाहरूको लागि हेर्ने र खोपहरू सुरक्षित रहन सुनिश्चित गर्न अनुमति दिन्छ।

विभिन्न प्रकारका कोभिड-१९ खोपहरू उपलब्ध हुनेछन्।

यी खोपहरू प्रायः दुई शटहरूमा दिइन्छ, एक पटकमा एउटा र निश्चित समयको अन्तरालमा। पहिलो शटले तपाईंको शरीरलाई तयार पार्छ। तपाईंसँग पूर्ण सुरक्षा सुनिश्चित गर्नको लागि दोस्रो शट कम्तिमा तीन हप्ता पछि दिइन्छ। यदि तपाईंलाई दुई शटहरू लिन भनिएको छ भने, तपाईंले ती दुवै प्राप्त गर्नु भएको निश्चित गर्नुहोस्। फरक खोपहरू फरक तरीकाले कार्य गर्न सक्दछन्, तर सबै प्रकारका खोपहरूले तपाईंलाई सुरक्षा प्रदान गर्दछ।



www.cdc.gov/coronavirus/vaccines

Nepali

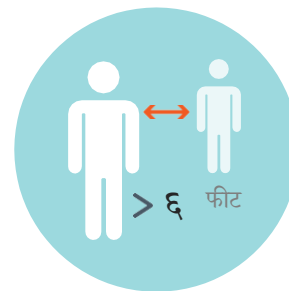


खोपले केही व्यक्तिहरूमा साइड इफेक्टहरू, जस्तै मांसपेशी दुखाइ, थकित महसूस, वा हल्का ज्वरो निम्त्याउन सक्छ। यी प्रतिक्रियाहरूको अर्थ खोपले तपाईंको शरीरलाई कोभिड-१९ विरुद्ध कसरी लडाईं गर्ने भनेर सिकाउन मद्दत गरिरहेको छ। धेरै व्यक्तिहरूको लागि यी साइड इफेक्टहरू एक वा दुई दिन भन्दा लामो समय रहने छैन। **यस प्रकारका साइड इफेक्टहरू हुनुको मतलब तपाईंलाई कोभिड-१९ लागेको होइन।** यदि तपाईंको शट पछि तपाईंको स्वास्थ्यको बारेमा प्रश्नहरू छन् भने, डाक्टर, नर्स वा क्लिनिकलाई कल गर्नुहोस्। अरु औषधीहरू जस्तै, खोप पछि गम्भीर प्रतिक्रिया, जस्तै सास फेर्न नसक्ने हुन, दुर्लभ तर सम्भव छ। यस्तो हुने सम्भावना धेरै छैन, तर यदि भयो भने, ९११ मा कल गर्नुहोस् वा नजिकको आकस्मिक कक्षा(इमर्जेन्सी रुम)मा जानुहोस्।



खोप लगाउदा, तपाईं र तपाईंको स्वास्थ्य सेवाकर्मी दुवैले मास्क लगाउनु पर्छ।

सीडीसी(CDC)ले सिफारिश गर्दछ कि महामारीको बखत व्यक्तिले आफ्नो नाक र मुख ढाक्ने मास्क लगाउनु पर्छ जब उनीहरू घरका बाहिरकासँग सम्पर्कमा रहन्छन्, स्वास्थ्य सेवा सुविधामा हुन्छन्, र खोप प्राप्त गर्दा, जस्तै कोभिड-१९ खोप लगाउदा।



तपाईंले भ्याक्सिन पाउनु भएपछि पनि, तपाईंले तपाईंको नाक र मुख ढाक्ने मास्क लगाउनु पर्छ, आफ्नो हातहरू प्रायः धुनु पर्दछ, र तपाईंसँग नबस्ने मानिसहरूबाट कम्तिमा ६ फिट टाढा रहनु पर्छ। यसले तपाईं र अरूलाई भाइरस समात्नबाट उत्तम सुरक्षा दिन्छ। अहिले, विशेषज्ञहरूलाई थाहा छैन कि खोपले तपाईंलाई कहिलेसम्म सुरक्षित गर्दछ, त्यसैले CDC र तपाईंको स्वास्थ्य विभागको निर्देशनहरू पालना गर्नु राम्रो विचार हो। **हामीलाई यो पनि थाहा छ कि सबैजनाले तुरुन्त खोप लिन सक्षम हुने छैनन्, त्यसैले अझै पनि आफूलाई र अरूको रक्षा गर्नु महत्त्वपूर्ण छ।**