INTERACT FOR HEALTH

Your trusted source of health information

कोभिड-19 खोपहरू

बारम्बार सोधिने प्रश्नहरू

सुरक्षा/साइट इफेक्टहरू

COVID-19 खोप लगाउनाले हुने लाभहरू के-के हुन्?

स्रोत: *Mayo Clinic*

- तपाईंलाई COVID-19 भएमा, तपाईं एदकमै बिरामी हुन सक्नुहुन्छ। केही मानिसहरूको मृत्यु हुन्छ। खोपले तपाईंलाई बिरामी हुनबाट रोक्छ।
- तपाईंलाई COVID-19 भएमा, तपाईंले आफ्ना वरिपरिका मानिसहरूलाई सार्न सक्नुहुन्छ। खोपले तपाईंलाई अन्य व्यक्तिहरूलाई COVID-19 सार्नबाट रोक्न सक्छ। वैज्ञानिकहरूले यसको अध्ययन गर्दैछन्।

खोप सुरक्षित छ?

स्रोत: *Public Health Communications Collaborative*

कडा नियमहरूका साथ हजारौं मानिसहरूमा खोपको परीक्षण गरिएको छ। यो अहिलेसम्म एकदमै सुरक्षित रहेको छ। वैज्ञानिकहरूले प्रतिक्रियाहरूका लागि हेर्दै हुनुहुन्छ।

के खोप एकदमै छिटो बनाइएको थिएन?

स्रोत: *Johns Hopkins University & Medicine Coronavirus Resource Center*

धैरै मानिसका समूहहरूलाई खोप दिनको लागि तयार गर्न सामान्यतया धैरै वर्ष लाग्न सक्छ। निम्न कारणले गर्दा COVID-19 छिट्टै तयार भएको छ:

- परीक्षण दुई चरणमा गरिएको थियो।
- समुदायमा धैरै मानिसलाई COVID-19 भएको कारणले, खोप लगाएको मानिसलाई यसले मद्दत गर्यो वा गरेन भनी हेर्न सजिलो थियो।
- संयुक्त राज्य अमेरिकी सरकार र अन्यहरूले परीक्षण भइरहेको बेलमा खोपहरू उत्पादन गर्न धैरै पैसा लगानी लगाएका छन् जसकारण उक्त काम गर्न खोपलाई छिट्टै दिन सकिन्छ।

मैले खोपबाट कस्तो प्रकारको प्रतिक्रिया पाउनेछु?

स्रोत: *Public Health Communications Collaborative*

धैरैजसो मानिसमा खोपको प्रतिक्रिया देखिएको छैन। उनीहरूले त्यसो गरेमा, यो पाखुरा दुख्ने वा थकित हुने जस्तै सामान्य हुन्छ।

धैरैजसो मानिसमा खोपको प्रतिक्रिया देखिएको छैन। उनीहरूले त्यसो गरेमा, यो पाखुरा दुख्ने वा थकित हुने जस्तै सामान्य हुन्छ।

स्रोत: *Centers for Disease Control and Prevention*

एलर्जिक प्रतिक्रियाहरू र हल्का टाउको दुख्ने भावनाहरू र/वा बेहोस हुने सामान्यतया खोप लगाएको 15 मिनेट भित्र हुन्छ। त्यसकारण तपाईंलाई खोप लगाएपछि 15 मिनेटसम्मको लागि हेर्न सकिन्छ। हात दुख्ने, थकान र टाउको दुख्ने जस्ता पार्श्व प्रभावहरू सामान्यतया खोप लगाएको एकदेखि तीन दिनभित्रमा हुन्छ।

गैर-स्वेत मानिसलाई कत्तिको परीक्षण गरिएको छ?

स्रोत: *Public Health Communications Collaborative and Ohio Department of Health*

खोप प्राप्त गर्ने सबै मानिसको लागि यो सुरक्षित हुन आवश्यक हुन्छ। सम्पूर्ण संयुक्त राज्य अमेरिकामा गैर-स्वेत मानिसहरूको अंशलाई गरिएका परीक्षणहरू स्वेत मानिसहरूको अंशलाई गरिएको परीक्षणसँग एकदमै नजिक थियो।

कसले खोप लगाउनु हुँदैन?

स्रोत: *American Academy of Family Physicians*

- 16 वर्ष उमेर मुनिका बालबालिका र किशोर-किशोरीहरू। 16 वर्षभन्दा मुनिका मानिसको लागि अझैसम्म कुनै खोप स्वीकृत गरिएको छैन।
- ज्वरो वा अन्य लक्षणहरू भएको मानिसले राम्रो महसुस नगर्दासम्म खोप प्राप्त गर्न प्रतीक्षा गर्नुपर्छ ।
- विगतमा खोपसँग गम्भिर प्रतिक्रिया भएको मानिस वा खोपमा भएको सामग्रीसँग एलर्जिक छ भन्ने थाहा भएको मानिस।
- विगतमा खोपसँग गम्भिर प्रतिक्रिया भएको मानिस वा खोपमा भएको सामग्रीसँग एलर्जिक छ भन्ने थाहा भएको मानिस।

आपूर्ति/माग

साधारण जनतालाई खोप कहिले उपलब्ध हुनेछ (अर्थात् अग्र-पंक्तिका कर्मचारी, उच्च जोखिम भएका जनसङ्ख्याहरूलाई खोप लगाएपछि)?

स्रोत: *Public Health Communications Collaborative*

अहिले, खोप आवश्यक पर्ने सबैजना मानिसको लागि पर्याप्त छैन। पहिलो मात्राहरू बिरामी हुने उच्चतम जोखिम रहेको मानिस वा COVID-19 लाग्यो भने थप जटिलताहरू हने मानिसलाई दिइन्छ। जति धेरै खोप उपलब्ध हुन्छ, त्यति नै धेरै मानिस यसलाई प्राप्त गर्न सक्षम हुनुहुनेछ।

मैले COVID-19 को खोप नलगाउँदासम्म आफ्नो सुरक्षा गर्नको लागि के-के गर्नुपर्छ?

स्रोत: *Centers for Disease Control and Prevention*

आफ्नो सुरक्षा गर्नको लागि निम्न कुराहरू गर्नुहोस्:

- मुखमा मास्क लगाउनुहोस्।
- अर्को व्यक्तिबाट कम्तीमा 6 फिट टाढा बस्नुहोस्।
- भिडहरूमा नजानुहोस्।
- कमजोर भेन्टिलेसन भएको ठाँउहरूमा नजानुहोस्।
- बारम्बार आफ्ना हातहरू धुनुहोस्।

यदि मलाई पहिले नै COVID-19 भएको छ र राम्रो हुँदैछ भने, के मलाई खोपको आवश्यक पर्छ?

स्रोत: *Centers for Disease Control and Prevention*

पर्छ। COVID-19 फेरि लाग्ने सम्भावना हुन्छ। केही मानिसहरूले खोप लगाउनको लागि उनीहरूको बिमारी भएपछिको 90 दिन पर्खनु पर्ने हुन सक्छ। तपाईं असुनिश्चित हुनुहुन्छ भने, आफ्नो स्वास्थ्य स्याहार प्रदायकसँग कुरा गर्नुहोस्।

पर्छ। COVID-19 फेरि लाग्ने सम्भावना हुन्छ। केही मानिसहरूले खोप लगाउनको लागि उनीहरूको बिमारी भएपछिको 90 दिन पर्खनु पर्ने हुन सक्छ। तपाईं असुनिश्चित हुनुहुन्छ भने, आफ्नो स्वास्थ्य स्याहार प्रदायकसँग कुरा गर्नुहोस्।

स्रोत: *Public Health Communications Collaborative*

उपलब्ध दुईवटा खोप दुईवटा मात्रासँग थप प्रभावकारी हुन्छ। विशेषज्ञहरूले सुझावित समय सीमामा दुवै मात्राहरू प्राप्त गरेका छन् भनी सुनिश्चित गर्न कार्य गरिरहेका छन्।

हामीले फ्लूको खोप जस्तै COVID-19 को खोप वार्षिक रूपमा वा एकपटक मात्र लगाउन आवश्यक पर्नेछ?

स्रोत: *Johns Hopkins Medicine*

विशेषज्ञहरू अझै पनि निश्चित छैनन्।

खोपले कसरी काम गर्छ

COVID-19 खोपले मेरो शरीरमा कसरी काम गर्नेछ।

स्रोत: *Washington State Department of Health*

COVID-19 को खोपले तपाईंको प्रतिरक्षा प्रणालीलाई कोरोनाभाइरस पहिचान गर्न सिकाउँछ। तपाईंले खोप लगाएपछि, तपाईंको प्रतिरक्षा प्रणालीले एन्टिबडीहरू ("लड्ने कोषहरू) बनाउँछ जुन तपाईंको रगतमा रहन्छ र तपाईंलाई भाइरस संक्रमण भएको अवस्थामा सुरक्षित राख्दछ। तपाईंलाई बिरामी नभइकन रोगको विरूद्ध सुरक्षित राख्दछ।

समुदायमा पर्याप्त मानिस कोरोनाभाइरसको विरूद्ध लड्न सक्दा, यसको जाने ठाउँ हुँदैन। यसको मतलब हामीले फैलावलाई छिट्टै रोक्न सक्छौं र यो महामारीलाई अन्त्य गर्नको लागि नजिक पुग्न सक्छौं।

तपाईंसँग खोप प्राप्त गर्नको लागि संयुक्त राज्य अमेरिकाको नागरिकता वा स्थायी बसोबास छ?

स्रोत: *Kentucky Department for Public Health*

होइन, सबै खोप साइटहरू देश, राज्य वा निवासको देशको वावजुद प्राथमिकताका समूहरू भित्रपर्ने कुनै पनि व्यक्तिको लागि खुला छ।

खर्च

खोपको लागि कति खर्च लाग्नेछ?

स्रोत: *Centers for Disease Control and Prevention*

संयुक्त राज्य करदाताको डलरद्वारा खरिद गरिएको खोपका मात्राहरू अमेरिकी मानिसलाई नि:शुल्क दिइनेछ। यद्यपि, खोप प्रदायकहरूले कसैलाई खोप लगाएकोमा प्रशासन शुल्क लगाउन सक्छन्।

गर्भावस्था र स्तनपान गराउने र प्रजनन्

के गर्ववति महिलाहरूले खोप लगाउन सक्छन्?

स्रोत: *Centers for Disease Control and Prevention*

हो, तर उनीहरूले पहिला आफ्नो स्वास्थ्य स्याहार प्रदायकसँग कुरा गर्नुपर्छ।

के स्तनपान गराइरहेका महिलाहरूले खोप लगाउन सक्छन्?

स्रोत: *Tennessee Department of Health*

हो, तर उनीहरूले पहिला आफ्नो स्वास्थ्य स्याहार प्रदायकसँग कुरा गर्नुपर्छ।

के COVID-19 खोपले कसैलाई बाँझोपन गराउँछ?

स्रोत: *Washington State Department of Health*

गराउँदैन्। यो गैर-वैज्ञानिक स्रोतहरूद्वारा अनलाइनमा सञ्चार गरिएको काल्पनिक कथा हो।

बालबालिकाहरू

के बच्चा र किशो-किशोरीहरूले COVID खोपहरू लगाउन सुरक्षित हुन्छ?

स्रोत: *American Academy of Family Physicians*

16 वर्षभन्दा कम उमेरका बालबालिका र किशोर-किशोरीहरू Pfizer-BioNTech खोप लगाउनको लागि योग्य छैनन्। 19 वर्षभन्दा कम उमेरका मानिस मोडेर्ना (Moderna) खोप लगाउनको लागि योग्य हुँदैनन्। खोपहरू अझैसम्म बच्चा र किशोर-किशोरहरूमा अध्ययन गरिएको छैन।

बच्चा र किशोर-किशोरीहरू खोप प्राप्त गर्नको लागि कहिले सक्षम हुनेछन्?

स्रोत: *American Academy of Pediatrics*

5 वर्ष जति उमेरको बालबालिकामा परीक्षणहरू हाल प्रक्रियामा छन्। केही उमेरका समूहहरूलाई 2021 को गर्मीयामसम्म खोप लगाउन सक्षम हुन सकिन्छ।

तपाईंलाई खोप लगाएपछि

मैले खोप लगाएपछि, के मैले मास्क लगाउन बन्द गर्न सक्छु?

स्रोत: *Centers for Disease Control and Prevention*

सक्नुहुन्न। तपाईं आफै बिरामी नभएतापनि, COVID-19 को खोप लगाउनाले तपाईंलाई अरू मानिसलाई भाइरस फैलाउनबाट रोक्छ कि रोक्दैन भन्ने कुरा विशेषज्ञहरूलाई अझै थाहा छैन।

COVID-19 बाट बिरामी हुनाले खोपले भन्दा राम्रो सुरक्षा प्रदान गर्छ?

स्रोत: *American Medical Association*

विशेषज्ञहरू अझै सुनिश्चित छैनन्। तपाईंलाई COVID-19 भयो भने, तपाईं गम्भी रूपमा बिरामी हुन सक्नुहुन्छ तथा तपाईंको मृत्यु हुन सक्छ र तपाईंले यसलाई अरूहरूलाई सार्न सक्नुहुन्छ भन्ने कुरा तिनीहरूलाई थाहा छैन। खोप सबैभन्दा सुरक्षित रोजाइ हो।

विविध

के मैले कामको लागि खोप लगाउन आवश्यक छ?

स्रोत: *Centers for Disease Control and Prevention*

संघीय सरकार अनुसार खोप आवश्यक छैन। तर रोजगारदाताहरूलाई यसको आवश्यकता हुन सक्छ। आफ्नो रोजगारदातासँग जाँच गर्नुहोस्।

के खोपले COVID-19 को महामारी समाप्त गर्नेछ?

स्रोत: *King County, Washington, Public Health*

खोपहरूले मात्र महामारी तुरुन्तै समाप्त हुँदैन। यो समयमा, खोप हात धुने, सामाजिक दूरी कायम राख्ने र मास्कहरू लगाउने जस्ता अन्य रोकथाम विधिहरूको साथमा प्रयोग गर्नुपर्छ।