Salt Lake काउन्टीमा COVID-19 विरुद्धको खोप लगाइने सम्बन्धी जानकारी

बारम्बार सोधिने प्रश्नहरू

कस्ता व्यक्तिले खोप लगाउनु पर्छ?

COVID को सङ्क्रमणबाट बच्न सबै वयस्कहरूले खोप लगाउने बारे सोच्नु पर्छ । **16 वर्ष वा सोभन्दा बढी उमेरका** सबैलाई फाइजरले विकास गरेको खोप लगाउन स्वीकृत गरिएको छ, **18 वर्ष वा सोभन्दा बढी उमेरका** सबैलाई मोडेर्नाले विकास गरेको खोप लगाउन स्वीकृत गरिएको छ । उल्लेख्य मात्रामा एलर्जी भएका वा गर्भवती वा दूध खुवाइरहेका आमाहरूले खोप लगाउनुभन्दा पहिले आफ्नो स्वास्थ्य सेवा प्रदायकसँग कुरा गर्नु पर्छ ।

मलाई पहिले नै COVID लागिसकेको छ; के मैले खोप लगाउन मिल्छ?

अँ, तपाईं निको हुनुभएको छ र तपाईंको आइसोलेसन अवधि सकिएको छ भने तपाईं खोप लगाउन सक्नुहुन्छ ।

एक पटक COVID-19 लागेका व्यक्ति निको भएपछि कति समयसम्म फेरि यो रोग लाग्नबाट सुरक्षित हुन्छन् भन्ने बारेमा हाल पर्याप्त जानकारी उपलब्ध भइसकेको छैन । त्यसैले हामी COVID सङ्क्रमित सबै व्यक्तिलाई यो खोप लगाउन योग्य भएपछि लगाउन सिफारिस गर्दछौँ ।

खोपको शुल्क कति पर्छ?

खोप लगाउँदा **तपाईंले कुनै शुल्क तिर्नु पर्दैन** । तपाईंले स्वास्थ्य बीमा गराउनुभएको छ भने खोप प्रदायकहरू (Salt Lake काउन्टीको स्वास्थ्य विभाग लगायत) ले खोप लगाउँदाको शुल्क तपाईंको बीमालाई तिराउन सक्छन् । तपाईंले बीमा गराउनुभएको छैन भने तपाईंबाट कुनै शुल्क लिइने छैन ।

के यो खोप सुरक्षित छ?

संयुक्त राज्य अमेरिकामा खोपहरू सुरक्षित र प्रभावकारी छन् भन्ने कुरा सुनिश्चित गर्ने धेरै वटा चरणहरू अपनाइन्छन् । यी चरणहरूमा क्लिनिकल ट्रायल र विभिन्न स्वतन्त्र वैज्ञानिक, स्वास्थ्यकर्मी र जनस्वास्थ वद्हरूबाट समीक्षा लगायत पर्दछन् । **अन्य खोपहरूले जस्तै COVID विरुद्धको खोपले पनि यी कडा चरणहरू पार गरेका छन् र कुनै पनि चरण छुटाइएको वा हतारमा वेवास्ता गरिएको हुँदैन** ।

विभिन्न जातीय र सांस्कृतिक समुदायहरूले यो खोप लगाउन सुरक्षित छ कि छैन?

COVID-19 विरुद्धको खोप सबै जात र वर्णका पृष्ठभूमिबाट आएका मानिसहरूका लागि सुरक्षित छ । यो खोपले सबै समुदायमा सकारात्मक परिणाम दिन्छ कि दिँदैन भन्ने कुरा सुनिश्चित गर्न वैज्ञानिकहरूले उत्कृष्ट विधि प्रयोग गरेर सबै जात/वर्णका जनसंख्यामा यो खोपको परीक्षण गरेका छन् । ऐतिहासिक र अहिलेको हिसाबले, विशेष गरी अश्वेतहरूमा खोपप्रतिको विश्वास कम हुन सक्छ भन्ने कुरा हामीले बुझेका छौँ । तर COVID-19 ले विभिन्न थरीका बहुसांस्कृतिक समुदायहरूलाई फरक-फरक मात्रामा असर गर्न जारी राखेकाले हाम्रो अश्वेत समुदायहरूको सुरक्षा गर्नु महत्त्वपूर्ण छ र हाल उपलब्ध रहेको सबैभन्दा प्रभावकारी सुरक्षा भनेको खोप लगाउनु नै हो ।

कुन ब्राण्डले विकास गरेको खोप लगाउने भन्ने बारेमा मैले रोज्न सक्छु कि?

हालको लागि सक्नुहुन्न । तपाईंले आफू जाने स्थानमा उपलब्ध रहेका ब्राण्डका बारेमा जानकारी प्राप्त गर्नुहुने छ तर हरेक स्थानमा कुन ब्राण्ड उपलब्ध हुन्छ भन्ने कुरा नियमित रूपमा परिवर्तन हुन सक्छ । त्यसैले कुनै निश्चित स्थानमा एकै ब्राण्डको खोप उपलब्ध हुन्छ भन्ने कुरा अपेक्षा गर्न सकिँदैन ।

यो खोप कसरी यति छिटै विकास भयो?

कोरोना भाइरसले गर्दा हुने यस्तै खालका अन्य रोगहरूको उपचार गर्न भनी विकास गरिएका यस अघिका खोपहरू (सिभियर एक्युट रेस्पिरेटरी सिन्ड्रोम (SARS) र मिडल इस्ट रेस्पिरेटरी सिन्ड्रोम (MERS)) बाट प्राप्त पाठले गर्दा COVID विरुद्धको खोप छिटै तयार पार्न मद्दत पुग्यो । उदाहरणको लागि, कोरोना भाइरस SARS विरुद्धको खोपको लागि सन् 2004 देखि नै खोज गरिँदै थियो !

के यो खोप लगाउँदा दुख्छ? यसका साइड इफेक्टहरू के-के छन्?

अन्य सामान्य खोपहरू जस्तै यो खोप पनि सुईको रूपमा पाखुरामा लगाइन्छ । खोप लगाएको पाखुरामा तपाईंले केही दुखेको र सुन्निएको महसुस गर्न सक्नुहुन्छ । केही व्यक्तिहरूमा एक वा दुई दिनसम्म हल्का ज्वरो वा थकान, दुखाइ, काम छुट्ने वा टाउको दुख्ने समस्या देखिन सक्छ । दोस्रो मात्रा लगाएपछि र कम उमेरका मान्छेहरूमा साइड इफेक्टहरू देखिने सम्भावना अझ बढी हुन्छ । यी प्रतिक्रियाहरू हुनुको अर्थ तपाईंको रोग प्रतिरोधात्मक प्रणालीमा सुधार आउँदै छ र यसले जे काम गर्नु पर्ने हो, सो काम गर्दै छ भन्ने कुराका संकेत हुन् । धेरैजसो अवस्थामा ज्वरो वा दुखाइले गर्दा हल्का असहज हुनु सामान्य कुरा हो । निम्न अवस्थाहरूमा आफ्नो चिकित्सक वा स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई सम्पर्क गर्नुहोस्:

- तपाईंले सुई लगाउनुभएको ठाउँमा देखिएको रातोपना वा दुखाइ 24 घन्टापछि झन् बढेमा
- तपाईंलाई आफूमा देखिएका साइड इफेक्टले गर्दा चिन्ता भएको छ वा केही दिनपछि पनि ती हराएर गएनन् भने

के खोप लगाएकै कारण मलाई COVID लाग्न सक्छ?

सक्दैन ।

यो खोपमा कुनै पनि जिउँदो भाइरस मिसाइएको हुँदैन र यो खोप लगाउनाले तपाईंलाई COVID को सङ्क्रमण हुन सक्दैन ।

यो खोपले कसरी काम गर्छ? के यसले मेरो DNA वा जिनमा असर गर्छ?

फाइजर र मोडेर्नाले विकास गरेका खोपमा एमआरएनए (mRNA) वा म्यासेन्जर आरएनए (messenger RNA) भनिने प्रविधि प्रयोग गरिएको हुन्छ । यो प्रविधिलाई तपाईं खोपले आफ्नो शरीरमा रहेका कोषहरूलाई COVID का विरुद्धमा एन्टीबडीहरू बनाउनका लागि विस्तृत निर्देशनहरू दिने सन्देशका रूपमा बुझ्न सक्नुहुन्छ । यस प्रकारले, हाम्रो शरीरले वास्तविक भाइरसको सङ्क्रमण भएका बेला आफूलाई कसरी रक्षा गर्ने भन्ने बारेमा सिक्छ । mRNA खोपहरूमा COVID सङ्क्रमण गराउने जिउँदा भाइरसहरू प्रयोग गरिएको हुँदैन् । त्यस्तै mRNA हाम्रो DNA (जेनेटिक सामग्री) भण्डारण गरिने स्थान, अर्थात् कोषको न्युक्लियसमा जाँदैन । छोटकरीमा भन्नुपर्दा, यी खोपले तपाईंलाई COVID बाट रक्षा गर्छन् र यिनले कुनै पनि रूपमा तपाईंको जिन परिवर्तन गर्ने वा त्यसमा प्रभाव पार्ने गर्दैनन् ।

ममा एलर्जी देखिएमा, के म चिन्तित हुनुपर्छ?

विगतमा एनाफाइलिक्स (ज्यान लिन सक्ने खालको एलर्जी जसमा सुन्निने, डाबर आउने, गम्भीर बमारीमा न्यून रक्तचाप हुने, झड्कासम्म लाग्ने लगायत पर्दछन्) देखिएका गम्भीर खालका एलर्जी भएका मानिसहरूले कसरी सुरक्षित रूपमा खोप लगाउने र कस्ता सावधानीका उपायहरू अपनाउने भन्ने बारेमा आफ्नो डाक्टर वा खोप प्रदायकसँग कुरा गर्नु पर्छ ।

मसँग कागजात छैन भने पनि मैले खोप लगाउन पाउँछु?

पाउनुहुन्छ ।

हामी कुनै पनि प्रयोजनका लागि तपाईंसँग तपाईंको कानुनी स्थितिका बारेमा प्रश्न गर्ने छैनौँ । यसका साथै, जनस्वास्थ्यलाई उपलब्ध गराइएका सबै जानकारी गोप्य र संरक्षित हुन्छन् र ती जानकारी अन्य एजेन्सीहरू लगायत कसैलाई पनि **दिइने छैन** ।

खोप लगाउनुलाई “पब्लिक चार्ज” का रूपमा लिइन्छ?

अहँ, तपाईंले खोप लगाउनुभयो भने त्यसलाई पब्लिक चार्ज नियम अन्तर्गत लिइने छैन।

यो खोपले काम गर्न कति समय लाग्छ?

फाइजर र मोडेर्ना दुवैले विकास गरेका खोपहरूका सम्बन्धमा तपाईंले दोस्रो डोज लगाएको 14 दिनपछि तपाईंलाई पूर्ण रूपमा सुरक्षित मानिने छ ।

के मैले दुईवटा डोज लगाउनैपर्ने हुन्छ?

पाउनुहुन्छ । फाइजर र मोडेर्ना दुवैले विकास गरेका खोपहरू पूर्ण रूपमा प्रभावकारी हुन दुई वटा डोज लगाउनैपर्ने हुन्छ । फाइजरले विकास गरेको खोपका हकमा तपाईंले पहिलो डोज लगाएको कम्तीमा 21 दिनपछि दोस्रो डोज लगाउनुपर्छ । मोडेर्नाले विकास गरेको खोपका हकमा तपाईंले पहिलो डोज लगाएको कम्तीमा 28 दिनपछि दोस्रो डोज लगाउनुपर्छ ।

मैले दोस्रो डोज कहिले लगाउनुपर्छ?

तपाईंले फाइजरले विकास गरेको खोप लगाउनुहुन्छ भने तपाईंले पहिलो डोज लगाएको मितिले 21 दिन वा सोभन्दा पछि दोस्रो डोज लगाउनुपर्छ । तपाईंले मोडेर्नाले विकास गरेको खोप लगाउनुहुन्छ भने तपाईंले पहिलो डोज लगाएको मितिले 28 दिन वा सोभन्दा पछि दोस्रो डोज लगाउनुपर्छ ।

तपाईंले ठ्याक्कै 21औँ वा 28औँ दिनमै दोस्रो डोज लगाउनुपर्छ भन्ने छैन । तपाईंले उक्त समयावधि पूरा भएपछि जुनसुकै बेला दोस्रो डोज लगाउन सक्नुहुन्छ ।

मैले खोप लगाएपछि के हुन्छ?

खोप लगाएपछि शरीरमा रोग प्रतिरोधात्मक प्रणाली निर्माण गर्न समय लाग्न सक्ने भएकाले तपाईंले खोप लगाइसकेपछि समेत COVID का लागि सावधानी अपनाइरहनु पर्ने हुन्छ । हाल लागू गरिएका फेस कभरिङ, सामाजिक दूरी र सङ्क्रमण रोकथामका अन्य उपायहरू खारेज गर्न थाल्नुभन्दा पहिले हामीले हाम्रो जनसङ्ख्याको ठूलो भागलाई खोप लगाइसक्नुपर्ने हुन्छ र यसमा धेरै महिना लाग्ने छ ।

खोप लगाएपछि उक्त खोपले कहिलेसम्म काम गर्छ? मैले फेरि अर्को वर्ष खोप लगाउनुपर्ने हुन्छ?

यो कुरा निर्धारण गर्न बाँकी नै छ । फ्लुको खोप जस्तै कोरोना भाइरस विरुद्धको खोप पनि वर्षे पिच्छे लगाउनपर्ने हुनसक्छ । वा यस खोपका लाभहरू एक वर्षभन्दा बढी समयसम्म रहन पनि सक्छन् । यस खोपले प्रदान गर्ने सुरक्षा कति समयसम्म कायम रहन्छ भन्ने कुरा थाहा पाउन हामीले पर्खनुपर्ने हुन्छ ।

के रोजगारदाताहरूले यस खोपलाई अनिवार्य गराउन सक्छन्?

रोजगारदाताहरूसँग आफ्ना कर्मचारीलाई खोप लगाउन बाध्य पार्न सक्ने अधिकार हुन्छ । जस्तै, धेरै अस्पतालका कर्मचारीहरूले वार्षिक रूपमा फ्लुको खोप लगाउनुपर्ने हुन्छ । तर कर्मचारीहरूले स्वास्थ्य वा धार्मिक आस्थाको कारण देखाएर खोप लगाउनबाट

छुटको लागि अनुरोध गर्न सक्छन् । त्यस्तो अवस्थामा, रोजगारदाताहरूले खोप बिना नै “उचित व्यवस्था” गरिदिनुपर्ने हुन्छ । जस्तै, कर्मचारीले मास्क लगाएमा वा घरबाटै काम गरेमा काम गराउन सकिन्छ ।

मैले यसबारे थप जानकारी कहाँ प्राप्त गर्न सक्छु?

COVID तथा यस विरुद्धको खोपका बारेमा थप जानकारी प्राप्त गर्न अमेरिकाको रोग नियन्त्रण तथा रोकथाम केन्द्रको वेबसाइटमा जानुहोस् ।