

तथ्यहरू प्राप्त गर्नुहोस् ।

खोपहरू सबैका लागि निःशुल्क छन् ।



तर खोप लगाउँदा अन्य कुनै पनि प्रकारको खर्च लाग्छ कि लाग्दैन भनेर सुनिश्चित गर्नुहोस् र सोध्नुहोस् ।

- यदि कसैले खोपका लागि प्रशासनिक शुल्क भुक्तानी गर्न सक्दैनन् भने उनलाई खोपबाट वञ्चित गराउन सकिन्न ।
- खोपहरू व्यापक रूपमा उपलब्ध भइसकेपश्चात् आप्रवासनको स्थिति जेजस्तो भएता पनि जोकोहीले पनि खोप लगाउन सक्छन् ।
- आफ्नो पालो आएपछि सबैजनाले खोप लगाउन सक्छन् ।

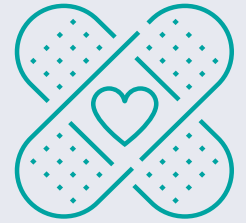
खोपले तपाईंलाई COVID-19 लाग्नुबाट जोगाउँछ ।

- यदि खोप लगाइसकेपछि पनि तपाईंलाई COVID-19 लागिहाल्यो भने खोपले तपाईंलाई गम्भीर रूपमा बिरामी हुनुबाट जोगाउँछ ।
- तपाईंलाई पहिले COVID-19 लागेको थियो भने पनि तपाईंले खोप लगाउनुपर्छ ।
- कोही COVID-19 पुनः लाग्नुबाट कति समयसम्म सुरक्षित रहन्छन् भनेर अहिलेसम्म थाहा पाइएको छैन ।



COVID-19 खोपहरू सुरक्षित र प्रभावकारी छन् । खोपले तपाईंलाई आफै COVID-19 लगाउन सक्दैन ।

- COVID-19 लाग्नुभन्दा पनि खोप लगाउन सुरक्षित हुन्छ ।
- करोडौं मानिसहरूलाई सुरक्षित रूपमा खोप लगाइएको छ ।
- अमेरिकी इतिहासमा अन्य कुनै पनि खोपलाई सुरक्षाका लागि यति धेरै परीक्षण गरिएको छैन ।
- खोप विभिन्न जाति, जातीयता तथा उमेरहरूका लगायत हजारौं मानिसहरूमा सुरक्षित रहेको छ भन्ने प्रमाणित गरिएको छ ।
- COVID-19 खोपले तपाईंको डिएनएलाई परिवर्तन गर्दैन ।



साइड इफेक्टहरू हुनु सामान्य नै हुन्छ ।

साइड इफेक्टहरूको अर्थ तपाईंलाई COVID-19 भएको हुँदैन ।

- साइड इफेक्टहरूको अर्थ खोपले तपाईंको शरीरलाई COVID-19 सँग कसरी लड्ने भनेर सिकाउँछ ।
- साइड इफेक्टहरूमा निम्न हुन सक्छन्:
 - तपाईंले खोप लगाएको पाखुरा दुख्ने वा सुन्निने ।
 - टाउको दुख्ने, काम्ने वा ज्वरो आउने ।
- यदि तपाईंले बिसन्वो महसुस गर्नुभयो भने राम्रो महसुस नगर्दासम्म तपाईंले केही दिन कामबाट बिदा लिनुपर्ने हुन सक्छ ।
- तपाईंलाई खोपबाट एलर्जी हुँदैन भनेर सुनिश्चित गर्नका लागि आफ्नो खोप लगाइसकेपछि तपाईंले 15-30 मिनेट पर्खन आवश्यक पर्न सक्नेछ ।



खोपहरूले बाँझोपनासम्बन्धी समस्याहरू गराउँछन् भने कुनै पनि प्रमाण छैन ।

गर्भवती महिलाहरूले आफूले खोप लगाउन हुन्छ कि हुँदैन भन्ने बारेमा आफ्नो चिकित्सकसँग कुरा गर्नुपर्छ ।

केही खोपहरूको दुई डोज लगाउनुपर्छ भने केही खोपहरूको एउटा डोज मात्र लगाउन आवश्यक हुन्छ । खोपका दुवै प्रकार सुरक्षित र प्रभावकारी छन् ।

दुईवटा डोज आवश्यक पर्ने खोपमा:

- पहिलो डोजले तपाईंको शरीरलाई तयार गर्छ ।
- दोस्रो डोजलाई तपाईंसँग पूर्ण सुरक्षा छ भनेर सुनिश्चित गर्नका लागि केही हप्तापछि लगाइन्छ ।
- पूर्ण रूपमा सुरक्षित हुनका लागि तपाईंले दुवै डोज लगाउन महत्वपूर्ण हुन्छ ।

खोपहरूमा निम्न कुनै पनि कुराहुँदैन

- प्रिजर्भेटिभहरू
- अन्डाहरू
- सुँगुरका मासुबाट बनेका उत्पादनहरू
- जेलाटिन
- ल्याटेक्स
- कुनै पनि जीवित COVID-19 भाइरस

खोप लगाइसकेपछि सुरक्षित रहनुहोस् ।

अहिले, विज्ञहरूलाई खोपले तपाईंलाई कति समयसम्म सुरक्षित राख्नेछ भन्ने कुरा थाहा छैन । खोप लगाइसकेपछि पनि निम्न कुराहरू गर्न जारी राख्नुहोस्:



मास्क लगाउनुहोस् ।



सामाजिक दूरी कायम राख्नुहोस् ।



आफ्ना हातहरूलाई बारम्बार धुनुहोस् ।



धेरै छोड्ने क्षेत्रहरूलाई बारम्बार निर्मलीकरण गर्न जारी राख्नुहोस् ।



NRC-RIM

National Resource Center for
Refugees, Immigrants, and Migrants

थप जानकारीका लागि: cdc.gov/coronavirus