

संक्षिप्त मार्गनिर्देशन
के मैले COVID-19 खोप लगाउन सक्छु ?

23 जुन 2021

3 महत्वपूर्ण मननहरू

- हामी मध्यका धेरै COVID-19 खोप लगाउन उपयुक्त छौं ।
- COVID-19 को खोप लगाउनुहोस्, आफ्नो र अन्यको सुरक्षा गर्नुहोस्, र विषाणु उत्परिवर्तनको सम्भावनालाई घटाउनुहोस् ।
- वृद्ध उमेरका वा दीर्घकालीन रोग भएका व्यक्तिहरू **मृत्युदर बढ्ने सहित** संक्रमणबाट **जोखिममा** छन् ।
- त्यसकारण, अतिसंवेदनशीलता नभएसम्म, सुरक्षाको लागि तिनीहरूलाई **COVID-19 खोप प्राप्त** गर्न प्रोत्साहित गरिन्छ ।
- सामान्यतया, खोप प्राप्त गर्नको लागि 3 महत्वपूर्ण मननहरू:

मेडिकल अवस्था	खोपको लागि उपयुक्त समय	एलेर्जी इतिहास
यदि स्थिर छ भने, अघि बढ्नुहोस् ।	यदी निको भइसक्यो, घटावमा, वा रोग पहिल्यै नियन्त्रण छ भने, अघि बढ्नुहोस् ।	देहाएका ३ अवस्थामा सावधान रहनुहोस् <ul style="list-style-type: none"> COVID-19 खोप भन्दा अगाडी एलेर्जिक प्रतिक्रिया पाएमा अतिरंजित प्रतिक्रियाको इतिहास भएमा विभिन्न खाना वा 1 भन्दा बढी ड्रग्सको कक्षामा एलेर्जिक प्रतिक्रिया तत्काल गम्भीर (1घण्टा भित्र) भएमा तपाइको डाक्टरमा परामर्श गर्नुहोस् ।

- यदि तपाईंका जिर्ण रोगहरू **स्थिर नियन्त्रण** भित्र भएमा, तपाइले सुरक्षाको लागि **खोप लगाउनुपर्छ** किनभने तपाईं **COVID-19 बाट गम्भीर बिरामी हुने उच्च जोखिममा हुनुहुन्छ** ।
- यदि तपाईं नियन्त्रण वा अवस्थाबारे निश्चित हुनुहुन् भने, तपाईंले पहिला तपाईंको डाक्टरसँग छलफल गर्नुपर्नेछ र खोपको लागि **उपयुक्त समय** निर्णय गर्नुपर्नेछ ।
- यदि तपाईंसँग देहाएका **अतिसंवेदनशीलता(हरू)** छन् भने खोप नलगाउनुहोस् ।

Comirnaty खोप	<ul style="list-style-type: none"> Comirnaty वा यसका खोप कम्पोनेन्टको पहिला डोजहरूमा एलेर्जी छ ।
CoronaVac खोप	<ul style="list-style-type: none"> CoronaVac अन्य निस्क्रिय खोपहरूसँग एलेर्जिक इतिहास खोपसँग पहिला गम्भीर एलेर्जिक प्रतिक्रिया गम्भीर न्युरोलोजिकल अवस्थाहरू CoronaVac खोप पछि नर्भस प्रणालीको कुनै गम्भीर प्रतिक्रिया अनियन्त्रित गम्भीर दीर्घकालीन रोगहरू गर्भवती र स्तनपान गराउने महिला

दीर्घकालीन रोगका उदाहरणहरू

<ul style="list-style-type: none"> ➤ उच्च रक्तचाप ➤ मधुमेह ➤ दीर्घकालीन कलेजोका रोगहरू ➤ अटोइमिन्यू आमवाती रोग 	यदि स्थिर छ भने, खोप लगाउनु पर्छ ।
<ul style="list-style-type: none"> ➤ क्यान्सर 	घटावमा भएकाले खोप लगाउनु पर्छ । सक्रिय उपचारमा भएकाले डाक्टरसंग समयको लागि छलफल गर्नुपर्छ ।
<ul style="list-style-type: none"> ➤ प्रतिरक्षामा अक्षम बिरामी 	खोप लगाउनु पर्छ । डाक्टरसंग उपयुक्त समयको लागि छलफल गर्नुपर्छ ।
<ul style="list-style-type: none"> ➤ अंग प्रत्यारोपण प्राप्तकर्ता 	खोप लगाउनु पर्छ । भर्खर प्रत्यारोपण प्राप्त गरेका वा उच्च डोज प्रतिरक्षादमनमा भएका बाहेक
<ul style="list-style-type: none"> ➤ ओरल एंटीकोआगुलेन्टहरू 	खोप लगाउन सक्छन । खोप लगाउने क्षेत्रमा कम्तिमा 5 मिनेटको लागि लामो समय सम्म प्रत्यक्ष प्रेसर लगाउनुहोस ।
<ul style="list-style-type: none"> ➤ एक्युट मायोकार्डियल इन्फर्क्सन वा एक्युट स्ट्रोक 	खोप कोलागि 3 देखि 6 महिना कुर्नुहोस अवस्था स्थिर भएपछि

- खोप प्राप्त गर्ने व्यक्तिहरूले **आफ्नो मेडिशन जारी राख्न सक्छन** ।

बुढापाकाको लागि

- COVID-19 रोगबाट बुढापाका **समुहहरू** जटिलता र मृत्युको **उच्च जोखिममा** छन् । व्यक्तिगत सुरक्षाको लागि उनीहरूले **जति सक्दो छिटो खोप** लगाउन आवश्यक छ ।
- विज्ञहरूले यो सुझाव दिन्छन् कि बुढापाका जसले इन्फ्लुएन्जा खोपहरू पहिला प्राप्त गरेका छन् सुरक्षित रूपमा COVID-19 खोप पाउछन् ।

कमजोर बुढापाकाको लागि, लाभ र जोखिम विरुद्ध तौल राम्रोसँग गर्नुपर्छ ।

COVID-19 खोपको बारे मा नवीनतम जानकारीको लागि: www.covidvaccine.gov.hk मा जानुहोस ।