September 2021, Nepali

कोरोना भाइरस विरुद्धको खोप
– Comirnaty (Pfizer/BioNTech)

तपाईंलाई यो खोप दिइँदाको जानकारी

नोबल कोरोना भाइरसले श्वासप्रश्वासमा संक्रमण पैदा गर्छ । धेरै व्यक्तिहरूले हल्का लक्षण वा लक्षण नै महसुस गर्दैनन् भने केही व्यक्तिहरू गम्भीर बिरामी पर्न सक्छन् । वृद्धवृद्धा वा पहिलेदेखि निश्चित रोग भएकाहरू गम्भीर रूपमा बिरामी पर्न सक्छन् । त्यस्तै, उनीहरूमा मृत्युको जोखिम पनि हुन्छ । कोरोना भाइरस खोपले कोभिड-19 रोग लाग्नबाट जोगाउँछ। प्रमुख उद्देश्य जीवन र स्वास्थ्यलाई सुरक्षा गर्नु हो।

कोरोना भाइरस खोप कसले लगाउनुपर्छ ?

राष्ट्रीय खोप कार्यक्रमको माध्यम बाट दिइने कोरोना भाइरस खोपहरू नर्वेमा बसिरहेका मानिसहरूका लागि उपलब्ध छन्। यो खोप निःशुल्क र ऐच्छिक हुन्छ ।

मैले खोप कसरी लगाउने ?

तपाईंको नगरपालिकाको वेबसाइट मार्फत खोप कसरी लगाइँदै छ, कस कसलाई लगाइँदै छ, खोप कार्यक्रम कसरी संचालन गरिँदैछ र खोप कहिले लगाइँदैछ भन्ने कुराको जानकारी लिनुहोस् ।

यो खोप कसरी लगाइन्छ ?

यो खोप पाखुराको माथिल्लो भागमा लगाइन्छ । खोप लगाउनु अघि, तपाईंलाई के तपाईंले राम्रो महसुस गरिरहनुभएको छ र के तपाईंलाई पहिले देखि लगाईएका अन्य खोपहरूका प्रतिक्रियाहरू भएको छ भनी सोधिने छ। यदि तपाईंलाई कोभिड-19 भएको थियो वा पहिले कोरोना भाइरस खोप लिनुभएको थियो, गर्भवती हुनुहुन्छ, एलर्जी छ, औषधि प्रयोग गर्नुहुन्छ वा अन्य स्वास्थ्य समस्या छ भने बताउन नबिर्सनुहोस्। आफ्नो समूहमा लगाउने खुराक र अन्तरालको संख्याको लागि दिशानिर्देशहरू पालना गर्नुहोस्। खोप केन्द्रले यसमा तपाईंको मद्दत गर्न सक्छ। निर्धारित समयमा खुराक लिनु महत्वपूर्ण हुन्छ। गम्भीर रोग र 38 डिग्री सेल्सियसभन्दा माथिको ज्वरोमा खोप स्थगित गर्नु सामान्य कुरा हो। खोप लगाए पछि, तपाईंले खोप लगाउने ठाउँमा कम्तीमा 20 मिनेट प्रतिक्षा गर्न भनिनेछ।

खोपले कसरी काम गर्छ ?

खोपमा कोरोना भाइरसको स्पाइकविरुद्ध काम गर्ने तत्त्व (मेसेन्जर RNA) हुन्छ । शरीरले यी स्पाइकका हानिरहित प्रतिलिपि बनाउँछ र हाम्रो रोग प्रतिरोधात्मक प्रणालीले यो प्रतिलिपिसँग जुध्ने अभ्यास गर्छ । परिणाम स्वरूप, हाम्रो प्रतिरोधात्मक प्रणालीले कोरोना भाइरस चिन्न थाल्छ र पछि कोरोना भाइरसको संक्रमण हुँदा उक्त भाइरससँग लड्छ र शरीरलाई सुरक्षित राख्छ । फलस्वरूप, म्यासेन्जर RNA सहज रूपमा टुक्रिन्छ तथा यसले हाम्रो जेनेटिक प्रणाली कुनै असर गर्न पाउँदैन ।

यो खोपमा जीवित भाइरस हुँदैन । त्यसैले, यसले कोरोना भाइरस लाग्दैन । यो कोरोना भाइरस खोपले कोरोना रोगबाट बच्न मद्दत पुर्याउँछ । यसले भईरहेको रोगको उपचार गर्न सक्दैन।

जुन प्रविधिले खोप बनाइएको हो सो प्रविधि मानवमा हुने संक्रामक रोगहरूको लागि खोप बनाउन प्रयोग भएको छैन । तर यो प्रविधि नयाँ भने होइन किनभने यो प्रविधि क्यान्सर उपचारको लागि प्रयोग हुँदै आएको छ ।

FHI

खोपले कतिको राम्रो काम गर्छ ?

यो खोप नोवेल कोरोना भाइरसले गर्दा हुने रोगबाट बचाउँछ। पहिलो र दोस्रो खुराक दुबै पछि एक गम्भीर रोगको बिरुद्ध सुरक्षा अधिक हुन्छ। कोरोना भाइरससँग संक्रमित हुनबाट राम्रो सुरक्षाको लागि दुई खुराक चाहिन्छ। त्यस्तै, यो खोपले कहिले सम्म सुरक्षित राख्छ भन्ने कुरा अहिलेसम्म पत्ता लागेको छैन । यदि समयको साथ सुरक्षा कमी हुन्छ भने, एक बूस्टर खुराकको आवश्यक हुन सक्छ। खोपले संक्रमणको थप प्रसारको बिरुद्ध पूर्ण रूपले सुरक्षा गर्दैनन्। तसर्थ अहिले संक्रमण नियन्त्रण गर्न चालिनु पर्ने भनिएका क्रियाकलापहरू भने गरिरहनु पर्छ ।

दुष्प्रभावहरू

अधिकांश दुष्प्रभाव खोप लगाए पछि पहिलो केही दिनहरूमा हुन्छ। कोरोना भाइरस खोपहरू अन्य खोपहरूको तुलनामा अधिक सामान्य दुष्प्रभाव हुन्छन्। लक्षणहरू सामान्यतया हल्का देखि मध्यम हुन्छन् र केही दिन पछि निको हुन्छन्, तर केही अधिक गम्भीर लक्षणहरू हुन्छन्। कम उमेरका मानिसहरूलाई प्रायः वृद्धवृद्धा मानिसहरूको तुलनामा केही धेरै गम्भीर दुष्प्रभाव हुन्छ।

अधिकांश खोप लगाइएका मानिसहरूलाई खोप लगाएको ठाउँमा दुख्छ। अन्य सामान्य दुष्प्रभावहरूमा थकान हुने, टाउको दुखाई, मांसपेशी दुखाइ, चिसो लाग्ने, जोर्नी दुखाइ र ज्वरो समावेश हुन्छ। दोस्रो चोटि खोप लगाएपछि यी दुष्प्रभावहरू आउनु सामान्य हो ।

गम्भीर दुष्प्रभाव दुर्लभ छन्। दुर्लभ दुष्प्रभावमा मुटु सुन्निने (मायोकार्डिटिस र पेरिकार्डिटिस) समावेश छन्। यी सामान्यतया खुराक 2 पछि र प्रायः किशोर र युवा वयस्कहरूलाई हुन्छ। गम्भीर एलर्जी प्रतिक्रियाहरू र मुटु सुन्निने जस्ता दुर्लभ दुष्प्रभावो हुन्छन् भने सो को उपचार गर्न सकिन्छ। हामी अहिलेसम्म अज्ञात दुर्लभ दुष्प्रभावहरूलाई वेवास्ता गर्न सक्दैनौं वा खोप लगाएको लामो समय पछि मात्र देखिन सक्छ।

मलाई दुष्प्रभावहरू देखा परेमा के गर्नु ?

यदि तपाईं अप्रत्याशित, गम्भीर वा लामो समयसम्म लक्षणहरू अनुभव गर्नुहुन्छ भने मूल्याङ्कन र सल्लाहको लागि आफ्नो डाक्टर वा अन्य स्वास्थ्यकर्मीलाई सम्पर्क गर्नुहोस्। यो तपाईं खोपले गर्दा हो वा होइन भनी विश्वास गर्नुहुन्छ भने ध्यान नदिई कनै लगाइन्छ। खोपको कारणले कुनै गम्भीर वा अप्रत्याशित प्रतिक्रिया देखा परेमा स्वास्थ्य सेवा प्रदायकको सो प्रतिक्रियाको बारेमा सम्बन्धित निकायलाई जानकारी दिनु पर्ने हुन्छ । तपाईं आफैंले पनि helsenorge.no. मार्फत जानकारी दिन सक्नुहुन्छ ।

ससर्त स्वीकृति

यो कोरोना भाइरसको खोप हजारौं मानिसहरूमा परीक्षण गरिएको छ । यो खोप पनि अरू खोप जस्तै अध्ययन गरेर तयार गरिएको हो तर यसको अवलोकन अवधि भने छोटो रहेको छ । औषधी नियामक अधिकारीहरूले यो खोपलाई ससर्त स्वीकृति दिएका छन् । यसको अर्थ यो खोपका जोखिमहरू छन् तर जोखिम भन्दा धेरै फाइदाहरू छन्, तथा खोप बनाउने कम्पनीहरूले निरन्तर रूपमा अध्ययन गरेर औषधी नियामक अधिकारीहरू अद्यावधिक डेटा प्रदान गर्नुपर्ने हुन्छ ।

मैले कुन कुन खोप लगाए?

तपाईंले कोरोना भाइरसको खोप लगाएपछि नर्वेली खोप दर्ता पुस्तिका SYSVAK मा यो कुराको अभिलेख राखिने छ । तपाईं आफ्नो खोपसम्बन्धी जानकारी helsenorge.no मार्फत हेर्न सक्नुहुनेछ ।

तपाईं यसका बारेमा थप जानकारी चाहनुहुन्छ ?

कृपया आफ्नो डाक्टर वा अन्य स्वास्थ्यकर्मीलाई सोध्नुहोस् वा नर्वेजियन स्वास्थ्य संस्थानको वेबसाइट fhi.no/cip मा जानुहोस्।

FHI