

# कोरोना भाइरस विरुद्धको खोप

## – AstraZeneca (AstraZeneca) को कोभिड-19 को खोप

### यो खोप लगाउनेहरूको लागि 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 खोपको उद्देश्य भनेको जीवन र स्वस्थको रक्षा गर्नु हो ।

### कोरोना भाइरस खोप कसले लगाउनुपर्छ ?

राष्ट्रिय खोप कार्यक्रमको प्राथमिकताका आधारमा खोप लगाउनेहरूले आफ्नो पालोमा यो खोप लगाउनेछन् । यो खोप निःशुल्क र ऐच्छिक हुन्छ । यो नर्वेमा बस्ने व्यक्तिहरूलाई लगाइने छ ।

### मैले खोप कसरी लगाउने ?

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

### यो खोप कसरी लगाइन्छ ?

यो खोप पाखुराको माथिल्लो भागमा लगाइन्छ । खोप लगाएको 9-12 हप्तापछि अर्को खोप लगाउनु पर्ने छ । दोस्रो चोटि खोप लगाउँदा निर्धारित समयमा लगाउनु पर्ने हुन्छ । तपाईंलाई खोप लगाउनुभन्दा अगाडि तपाईं आराम हुनुहुन्छ वा हुनुहुन्न र पहिला कुनै खोप लगाउँदा साइड एफेक्ट भएको थियो वा थिएन भन्ने बारेमा सोधिने छ । तपाईंलाई कुनै एलर्जी छ वा छैन, गर्भवती हुनुहुन्छ वा तपाईं कुनै औषधी प्रयोग गर्नु हुन्छ वा हुन्न वा अरु कुनै स्वास्थ्य समस्या छ भने खोप लगाउने चिकित्सकलाई जानकारी गराउनुहोस् । गम्भीर बिरामी भएका बेला र 38 °C भन्दा बढी ज्वरो आएको बेलामा खोप लगाउने प्रक्रिया ढिलो हुन सक्छ । तपाईंले खोप लगाइसकेपछि तपाईंलाई 20 मिनेट पखन लगाइने छ ।

### खोपले कसरी काम गर्छ ?

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 ।

कसै मार्फत सरेको भाइरस शरीरमा धेरै सक्रिय हुँदैन र शरीरले यसको विरुद्धमा विजय हासिल गर्ने छ । यो खोपले कोरोना भाइरस वा अन्य संक्रामक रोगहरू सार्न सक्दैन । यो कोरोना भाइरस खोपले कोरोना रोगबाट बच्न मद्दत पुर्याउँछ । यसले हालको रोगलाई भने सन्चो पार्न सक्दैन ।

यो खोप बनाउने तरिका Ebola को खोप बनाउँदा प्रयोग गरिएको छ ।

### खोपले कतिको राम्रो काम गर्छ ?

यो खोपले नोबल कोरोना भाइरसबाट लाग्ने रोगहरूबाट बचाउँछ । दोस्रो पटक खोप लगाएको दुई हप्ता पछि औसत रूपमा 60 % भन्दा बढी व्यक्ति कोभिड-19 बाट सुरक्षित हुने कुरा अध्ययनले

देखाएको छ। दुईवटा खोपको अन्तराल 9 हप्ता वा बढी हुँदा बढी सुरक्षित हुने छ। अस्पतालमै उपचार गर्नुपर्ने घातक कोभिड-19 विरुद्ध पनि यो खोपले सुरक्षा प्रदान गर्ने कुरा अध्ययनले जनाएको छ। त्यस्तै, यो खोपले कहिले सम्म सुरक्षित राख्छ भन्ने कुरा अहिलेसम्म पत्ता लागेको छैन। समयसँगै खोपको प्रभावकारिता घटेमा थप डोजको आवश्यकता पर्न सक्छ। खोपले रोग लाग्न नदिनुका साथै सर्न पनि दिँदैन तर कहिले सम्म भन्ने कुरा अहिलेसम्म पत्ता लागेको छैन। तसर्थ अहिले संक्रमण नियन्त्रण गर्न चालिनु पर्ने भनिएका क्रियाकलापहरू भने गरिरहनु पर्छ।

### साइड इफेक्टहरू

अध्ययनका अनुसार खोप लगाइएका व्यक्तिहरूमा सामान्य वा असामान्य साइड इफेक्टहरू देखिने कुरा पत्ता लागेको छ। दीर्घ कालमा यसले गम्भीर साइड इफेक्टहरू निम्त्याउन सक्ने सम्भावनालाई इन्कार गर्न सकिँदैन। सुरुका केही दिनहरूमा धेरै साइड इफेक्टहरू देखा परे पनि केही दिन पछि आफैं हराउने छन्:

- खोप लगाउने आधा भन्दा बढी व्यक्तिहरूले खोप लगाएको ठाउँमा दुखेको कुरा बताएका छन्।
- अन्य साइड इफेक्टहरू सन्धो नहुनु, थकान महसुस हुनु, टाउको दुख्नु, मांसपेशी र जोर्नी दुख्नु, चिसो लाग्नु, वाकवाक लाग्नु, ज्वरो आउनु हुन्।
- यी साइड इफेक्टहरू दोस्रो पटक खोप लगाइसकेपछि कम हुँदै जाने छन्।

धेरै अवस्थामा हल्का र मध्यम साइड इफेक्टहरू आएका थिए। 5% भन्दा कम व्यक्तिहरूले हानिरहित तर केही दिन दैनिक जीवनमा असर गर्ने खालका साइड इफेक्ट देखिएको कुरा बताएका छन्।

### मलाई साइड इफेक्टहरू देखा परेमा के गर्नु ?

खोपको कारणले तपाईंमा अप्रत्याशित, गम्भीर वा दीर्घकालीन लक्षणहरू देखिएमा सल्लाह र सुझाव लिन डाक्टर वा कुनै अर्को स्वास्थ्य सेवा प्रदायकसँग सम्पर्क गर्नुहोस्। खोपको कारणले कुनै गम्भीर वा अप्रत्याशित प्रतिक्रिया देखा परेमा स्वास्थ्य सेवा प्रदायकको सो प्रतिक्रियाको बारेमा सम्बन्धित निकायलाई जानकारी दिनु पर्ने हुन्छ। तपाईं आफैले पनि [helsenorge.no](https://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](https://helsenorge.no) मार्फत हेर्न सक्नु हुने छ।

### तपाईं यसका बारेमा थप जानकारी चाहनुहुन्छ ?

चाहनुहुन्छ भने आफ्नो चिकित्सक वा स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई सोध्नुहोस् वा नर्वेली स्वास्थ्य संस्थानको वेबसाइट [fhi.no/cvp](https://fhi.no/cvp) मा हेर्नुहोस्।