बालबालिकाका लागि लगाईने कोभिड-१९ खोप बारे केहि प्रश्न र तिनका उत्तरहरू

६ महिना वा सोभन्दा बढि उमेरका बालबालिका लाई कोभिड-१९ विरुद्धको खोप किन दिनुपर्छ ?
कोभिड-१९ बाट संक्रमित बालबालिकाहरू धैरै बिरामी पर्न सक्छन् र अस्पतालमा उपचार को आवश्यकता पर्न सक्छ । कोभिड-१९ को सबैभन्दा गम्भीर परिणाम विरुद्ध खोपले बलियो सुरक्षा प्रदान गरिरहने हुन्छ । बालबालिका लाई खोप लगाउनाले, बाबुआमापनि आफ्ना केटाकेटी शिशुस्याहार केन्द्र, विद्यालय र अन्य कृयाकलापमा भाग लिन लगाउन निर्धक्क हुन पाउँछन् ।

बालबालिका लाई एक वा दुई कति मात्रा खोप चाहिन्छ ?
बालबालिका र किशोरकिशोरी लाई दुई मात्रा खोप चाहिन्छ । ६ महिना भन्दा माथिका बालबालिकाले किशोरकिशोरी र बयस्कको तुलनामा सानो मात्राको खोप पाउँछन् ।

बालबालिका लाई किन सानो मात्रा लगाईन्छ ?
उनिहरूको प्रतिरक्षा प्रणाली वस्यक मानिसहरूभन्दा फरक हुन्छ । सानो मात्रालेपनि उनिहरूलाई कोभिड-१९ बिरूद्ध निकै राम्रो सुरक्षा प्रदान गर्दछ ।

बालबालिकामा पहिलो र दोश्रो मात्राबिच कति समय पर्खनु पर्छ ?
बालबालिकाले पहिलो र दोश्रो मात्राबिच कम्तीमा ८ हप्ता पर्खनु पर्छ ।

के कोभिड-१९ बिरूद्धको खोपले बालबालिकाको यौवनावस्था वा प्रजनन् क्षमतामा कुनै असर पर्न सक्छ ?
सक्दैन, कोभिड-१९ बिरूद्धको खोपले यौवनावस्था वा प्रजनन् क्षमतामा असर पर्न सक्छ भन्ने कुराको विश्वास गर्ने कुनै बैज्ञानिक आधार वा प्रमाण छैनन् ।

मेरो बच्चालाई कोभिड-१९ संक्रमण भएको थियो । के बच्चालाई कोभिड-१९ बिरूद्धको खोप लगाउन मिल्छ ?
तपाईंको बच्चालाई कोभिड-१९ भएको ८ हप्ता (२ महिना) पछि खोप लगाउन मिल्छ । यो खोपले उनिहरूलाई भविष्यमा हुनसक्ने रोगबाट जोगाउन थप मद्दत गर्छ ।

कोभिड-१९ बिरूद्धको खोप र केटाकेटीहरूलाई बिद्धालय जाने उमेरमा लगाईने खोपबिच कति समय कुर्नुपर्छ ?
केटाकेटीलाई कम्तिमापनि ८ हप्ता फरक पारेर दुई मात्रा कोभिड-१९ बिरूद्धको खोपको आवश्यकता पर्छ र दोश्रो खोप लगाएको १४ दिनपछि उनिहरूलाई पूर्णरूपमा खोप लगाएको मानिन्छ । स्वास्थ्य सेवा प्रदायकको सल्लाहमा बाहेक अन्य

अवस्थामा कुनैपनि बच्चाले नियमित खोपहरू, कोभिड-१९ बिरूद्धको खोप लगाउनुभन्दा १४ दिन अघि वा पछि लगाउनु पर्छ ।

पहिले भैसकेको भएपनि के मेरो बच्चा वा मलाई फेरि कोभिड-१९ हुन सक्छ ?

हो, पहिले भैसकेको भएपनि तपाईं वा तपाईंको बच्चालाई फेरि कोभिड-१९ हुन सक्छ, बिशेष गरी ओमिकर्नको खण्डमा । पहिलेनै कोभिड-१९ भएको भएपनि खोपले तपाईंलाई थप सुरक्षा प्रदान गर्दछ । तपाईंलाई फेरि संक्रमण भएमा खोपले गम्भिर रोग वा मृत्यूबाट समेत बचाउन मद्दत गर्दछ ।

अधिकांश प्रतिबन्धहरू अहिले हटिसकेका छन् । यसको अर्थ कोभिड-१९ को अस्तित्व नै छैन वा यो अब खतरनाक छैन भन्ने हो ?

हैन, कोभिड-१९ अझैपनि छ । यो अझैपनि पाका व्यक्तिहरू तथा दिर्घरोगिहरूलाई हानिकारक छ, बिशेषगरी खोप नलगाएकाहरूका लागि । भित्र हुँदा मास्क लगाउने, बेलाबेलामा हात धुने, खोक्दा मुख छोप्ने र खोप लगाउने जस्ता स्वास्थ्य निर्देशिकाहरू पालना गर्नु उत्तिकै अनिवार्य छ ।

अत्यावस्यक बाहेकका कृयाकलापमा सहभागी हुन अब खोप लगाएको प्रमाण देखाउन पर्दैन । त्यसोभए मेरा केटाकेटी वा वयस्कहरूलेपनि खोप किन लगाउनु पर्छ ?

खोपले गम्भिर रोग लाग्नबाट जोगाउनुका साथै अरूलाई सर्ने जोखिम कम गर्छ । खोप लगाउनाले तपाईंका केटाकेटी, साथीभाई, र सम्पुर्ण समाजलाईनै सुरक्षित राख्न मद्दत गर्छ । केही क्रियाकलाप र कामहरू (जस्तै स्वास्थ्य कर्यकर्ता, शिक्षक, अस्पताल आगन्तुक आदी) ले खोपको प्रमाण देखाउनु पर्ने आवस्यकतालाई जारी राख्नेछन् । यसबाहेक, यदि तपाईं यात्रा गर्न चाहनुहुन्छ भने क्यानडा लगायत संसारका बिभिन्न स्थानमा जान पूर्ण रूपमा खोप लगाएको हुनुपर्छ ।

के यो खोप मनिसको शरिरको डिएनएमा प्रवेश गर्छ ? खोपले मानिसको शरीरको जिन परिवर्तामा असर गर्छ भन्ने मैले धेरै घटना विवरण सुनेको छु ।

होईन, एमअरएनए खोपले तपाईंको डिएनएमा कुनै असर गर्दैन । यो कोषको न्यूक्लियसमा समेत प्रवेश गर्दैन । जब तपाईंको शरीरमा खोप प्रवेश गर्छ, त्यसले कोषिकाहरूलाई शरीरको प्रतिरक्षा प्रणालिलाई सचेत गराउने प्रोटिन कसरी बनाउने भनेर सिकाउँछ । त्यो तपाईंको कोशिकाको भाग बन्दैन र तपाईंको कोशहरूमा बस्दैन ।

किन केही निको भैसकेका मानिसहरूमापनि कोभिड जाँच गर्दा संक्रमण देखिन्छ ?

कोभिड-१९ संक्रमण पुष्टि भएको कुनै ब्यक्तिलाई संक्रमण भएको ९० दिनसम्मपनि पिसिआर परिक्षण नतिजा सकारात्मक देखिन सक्छ । पिसिआरले थोरै मात्रामा रहेको भाईरसपनि पत्ता लगाउन सक्ने भएकोले यसो भएको हो । यसको मतलव तपाईं अझै संक्रमित हुनुहुन्छ भन्ने होईन ।

मेरो बच्चामा रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता कम भएको (इम्यूनोकॉम्प्रोमाइज्ड) भएपनि के ऊ थप मात्रा खोप लिन योग्य हुन्छ ?

हो, ६ महिनादेखि ४ बर्ष सम्मका इम्यूनोकॉम्प्रोमाइज्ड बच्चाहरूलेपनि दोश्रो खोप लगाएको ५६ दिनपछि मोडर्ना कोभिड-१९ खोपको थप एक मात्रा लिन मिल्छ । इम्यूनोकॉम्प्रोमाइज्ड ब्यक्तिहरू (५ बर्षभन्दा माथिका) ले दोश्रो खोप लगाएको ५६ दिनपछि एमआरए कोभिड-१९ खोपको थप एक मात्रा लिन मिल्छ ।

Immigrant Services
Association of Nova Scotia
isans

मेरा केटाकेटीले खोप लगाउन कहाँ पाउँछन् ?

फार्मेसी, ड्रप ईन खोप क्लिनिक अथपा आईडब्लूके अस्पतालमा ।

मेरा केटाकेटीले कसरी खोप लगाउन सक्छन् ?

<u>शुरू गर्नु भन्दा पहिले:</u>

- अनलाईन एपोईन्टमेट बुक गर्न तपाईंको बच्चाको नोवा स्कोचिया हेल्थ कार्ड चाहिन्छ ।
- तपाईंलाई सम्पर्क गर्नकालागि एक टेलिफोन नंबर चाहिन्छ ।
- एपोईन्टमेन्ट बुक गर्दा ईमेल उपलब्ध गराउनुहोस । तपाईंले एपोईन्टमेन्ट निश्चित भएको, एपोईन्टमेन्ट भन्दा एक दिन अघि सम्झाउन ईमेल र एपोईन्टमेन्ट सकिएछि तपाईंको बच्चाको खोप रेकर्ड सोही ईमेलमा पाउनुहुनेछ ।

<u>एपोईन्टमेन्ट कसरी बुक गर्ने :</u>

तपाईंले निम्न तरीकाले कोभिड-१९ खोपको एपोईन्टमेन्ट बुक गर्न सक्नु हुन्छ ।

- क्लिनिककालागि अनलाईन : https://novascotia.flow.canimmunize.ca/en/covid-flu-booking
- १-८३३-७९७-७७७२ मा (सोमबारदेखि शुक्रबार, बिहान ७ बजेदेखि साँझ ७ बजेसम्म र शनिबारदेखि आइतबार, बिहान १० देखि साँझ ६ बजेसम्म) फोन गरेर । तपाईंले क्यानेडियन फोन नंम्बरबाट फोन गर्नुपर्ने हुन्छ र फोन गर्दा तपाईं क्यानाडामानै हुनु पर्छ । सेवाग्राहीलाई दोभाषेको अवश्यकता छ भने अपोईन्टमेन्ट बुक गर्ने उत्तम तरिकाकालागि तल ("उपलब्ध भाषा अनुवाद सेवाहरू") हेर्नुहोस् ।

थप जानकारीकालागि आईसान्सको How to Book a Vaccine Appointment - Project Beacon वेवसाईट हेर्नुहोस ।

<u>ड्रप ईन क्लिनिक कसरी पत्ता लगाउने :</u>

थुप्रै ड्रप-ईन क्लिनिकहरूमापनि खोप दिईन्छ । यिनको स्यान र समय भने हरेक साता फरक हुने गर्दछ । तपाईंले यस्ता सामुदायिक क्लिनिकहरूको अद्यावधिक सूची यहाँ फेला पार्न सक्नुहुन्छ : https://www.nshealth.ca/drop-in-vaccine-clinics.

फार्मेसीहरूलेपनि ड्रप-ईन क्लिनिक सेवा प्रदान गर्दछन् : https://pans.ns.ca/walk-covid-19-vaccine-clinics

<u>उपलब्ध भाषा अनुवाद सेवाहरू</u>

यदि सेवाग्राहीलाई अंग्रजी बाहेकको भाषामा सेवा चाहिएमा, फोन १-८३३-७९७-७७७२ (१२५ भन्दा बढि भाषाहरूमा सेवा उपलब्ध छन्) बाट एपोईन्टमेन्ट बुक गर्ने बेलामा अनुवादककोलागि अनुरोध गर्न सक्नुहुनेछ । एक बिशेषज्ञले सेवाग्राहीहरूसंग स्वास्थ्य सम्बन्धी तथा केही स्क्रिनिंग प्रश्नहरू सोध्नुका साथै खोपको बारेमा तपाईका जिज्ञासा र अप्ठ्यारो लागेको बिषयहरूको उत्तर दिनुहुनेछ ।

फारमेसीहरूलेपनि बिभिन्न भाषामा ब्रोशरहरू प्रदान गर्छन जुन सेवाग्राहीहरूकाले खोप लगाउँदा प्राप्त गर्न सक्नुहुनेछ । त्यहाँ भाषा अनुवाद गर्नसक्ने कर्मचारी हुन सक्छन् ।

Coronavirus (COVID-19)
COVID-19 Vaccine
Vaccine safety and possible side effects
COVID-19 vaccine: Canadian Immunization Guide
COVID-19 vaccine for children and youth
Frequently Asked Questions about COVID-19 Vaccination | CDC