

(네팔어)

<कोरोना १९ खोप पछिको जानकारी - १>

○ खोपको दिन

-स्वास्थ्य अवस्था राम्रो भएको बेलामा खोप / गहन उदाहरण / -/सुरक्षित खोप

○ खोप पछि

-खोप केन्द्रबाट अनौठो प्रतिक्रियाको अवलोकन

○ कोरोना खोप पछि सावधानी

*खोप पछि १५~३० मिनेटसम्म खोप केन्द्रमा कुरेर अनौठो प्रतिक्रिया देखा पर्‍यो कि अवलोकन गर्नुहोस् ।

- विशेष एलर्जी नभएमा, खोप पछि १५ मिनेट अवलोकन

- विगतमा पनि एलर्जी भएको खण्डमा, अनिवार्य ३० मिनेट अवलोकन

* घर फर्केपछि कम्तिमा ३ घण्टा बढी आराम गर्ने, त्यसपछि अनौठो प्रतिक्रिया देखा पर्छ कि सावधानीपूर्वक अवलोकन गर्नुहोस्

* खोप पछि कम्तिमा ३ दिनसम्म विशेष लक्षणमा ध्यान दिनुहोस्

* खोपको दिन र भोलिपल्ट कडा व्यायाम र मद्यपान नगर्नुहोस्

* खोपको दिनमा ननुहाउनु राम्रो हुन्छ

* खोप लगाएको वरिपरि सफा राख्ने

* वृद्ध भएको खण्डमा, खोप लगाएपछि एकलै नबस्ने अरू मानिससँगै बस्ने र लक्षण देखा परेमा मद्दत लिने

कोरोना १९ र खोप सम्बन्धी थप जानकारीको लागि कोरोना १९ (vaccination.kr) 예방접종.kr गवेबसाइटमा चेक गर्नुहोस् !

<कोरोना १९ खोप पछिको जानकारी - २>

○ खोप पछि अनौठो लक्षण

▶ खोप पछि सामान्य लक्षणहरू देखि

खोप लगाएपछि तल दिइएको जस्तै सामान्य लक्षणहरू भएमा, यो प्रतिरक्षाको प्रतिक्रियात्मक असरबाट देखा पर्न सक्छ । जसमध्ये धेरै जसो २~३ दिनभित्रमा हराउँछन् ।

- खोप लगाएको ठाउँमा दुखाई, सुन्निने, रातोपन / - ज्वरो, वाकवाकी, शरीर दुख्ने / - थकान / - टाउको दुख्ने

▶ खोप पछि, यस्ता किसिमका लक्षणहरू देखा परेमा

- खोप लगाएको ठाउँमा सुन्निने, दुखाई भएको खण्डमा सफा रुमालद्वारा चिसोले सेक्नुहोस् ।

- हल्का ज्वरो छ भने भोलि कुराहरू धेरै खाएर आराम गर्नुहोस् ।

- यदि तपाईं दुखाई वा ज्वरोद्वारा असहज हुनुहुन्छ भने, ज्वरोको औषधि र पेन किलरले मद्दत हुन सक्छ ।

- खोप भन्दा अगाडि ज्वरोको औषधि, पेन किलरहरू तयारी गरेर राख्नुहोस्, लक्षण देखा परेमा तुरुन्तै औषधि खानुहोस् । ज्वरोको औषधि, पेन किलर खानमा प्रतिबन्ध नभएकोले, सूजन हटाउनको लागि प्रभाव नहुने एसिटामिनोफेन युक्त औषधि खानुहुन अनुरोध गरिन्छ ।

▶ कोरोना १९ खोप लगाएपछि अनौठो लक्षणको शङ्का लागेको खण्डमा

धेरै जसो ज्वरोको औषधि, पेन किलर खाएपछि लक्षणमा सुधार भएर, २ दिनभन्दा बढी खोप लगाएको ठाउँमा सुन्निने, दुख्ने, रातोपन लगातार भएमा डाक्टरको परामर्श लिनुहोस् ।

यदि तपाईंलाई सास फेर्न कठिनाईको समस्या, चेतना गुमाउनु वा अनुहारको दाक इत्यादि गम्भीर एलर्जी (एनाफिलेक्सिस आदि) देखा परेमा ११९ मा फोन गर्नुहोस् वा नजिकको इमरजेन्सीमा जानुहोस् ।

+खोप पछि स्वास्थ्य अवस्था जाँच गर्ने <https://nip.kdca.go.kr>

+खोप पछि अनौठो लक्षण रिपोर्ट गर्ने <https://nip.kdca.go.kr>

+खोप सम्बन्धी मद्दतको लागि (<https://nip.kdca.go.kr>) द्वारा खोप पछि आफ्नो लक्षणहरू जाँच गरेर, प्रतिक्रिया दिने जानकारी प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ ।

<यो अनुवाद दानूरी कल सेन्टर १५७७-१३६६ द्वारा गरिएको हो>