कोभिड-१९ विरूद्ध खोप

क्यानाडामा उपलब्ध गराईएका कोभिड-१९ विरूद्धका सबै खोपहरू सुरक्षित र प्रभावशाली छन्। यी खोपहरू आधिकारिक वैज्ञानिकहरू र चिकित्सकहरू मिलेर बनेको विज्ञहरूको समितिले स्वीकृत गरेको हो। यी खोपहरू क्यानाडामा प्रयोग हुने अरु सबै खोपहरू जस्तै गुण र सुरक्षाको समान मापदण्डहरूको अधीनमा छन्।

क्यानाडा र क्वेबेक दुवैसँग सुक्ष्म खोप अनुगमन प्रणालीहरु छन्।

किन मैले खोप लगाउनुपर्छ?

हेल्थ क्यानाडा (Health Canada) द्वारा स्वीकृत गरिएका कोभिड-१९ विरूद्धका सबै खोपहरू रोगका गम्भीर स्वरूपहरू र जटिलताहरूको जोखिमबाट बचाउनको लागि प्रमाणित छन्। यिनीहरूले अस्पताल भर्ना, मृत्यु, र समुदायमा भाइरसको प्रसारलाई कम गर्न मद्दत गर्दछन्। हाम्रो उद्देश्य भनेको सामान्य वा झन्डै सामान्य जस्तै जीवनमा फर्किनु हो। यसबाहेक सर्वसाधारणलाई खोप लगाउनाले हाम्रो स्वास्थ्य सेवा प्रणालीको उचित सञ्चालनलाई मद्दत गर्दछ।

जोखिममा को छ?

वृद्धवृद्धाहरूमा कोभिड-१९ का कारण जटिलताहरू विकास हुने र मृत्यु हुने जोखिम बढी हुन्छ। दीर्घकालीन रोगहरू भएका व्यक्तिहरू र प्रायः संक्रमित व्यक्तिहरूसँग सम्पर्कमा आएका वा जो प्रतिरक्षा प्रणाली कमजोर रहेका व्यक्तिहरू पनि जोखिममा हुन्छन्, तर उमेर जोखिमको मुख्य कारक रहन्छ।

अहिले, म अस्पतालको क्षेत्रमा काम गर्छु। मेरो उमेरलाई वास्ता नगरी के मलाई पहिले खोप लगाउन मिल्छ?

मिल्छ। यदि तपाईं बिरामीहरूलाई प्रत्यक्ष्य उपचार गर्नुहुन्छ भने, तपाईंलाई कोभिड-१९ लाग्ने उच्च जोखिम छ। तपाईंले काम गर्ने ठाउँमा खोप उपलब्ध गराउनको लागि विशेष कदमहरु लिइएको छ। खोपको अति धैरै सिफारिस गरिन्छ, किनकि यसले सम्भावित जटिलताबाट बचाउन सक्छ र त्यसका साथै तपाईका बिरामीहरूलाई र परिवारका सदस्यहरूलाई पनि बचाउँछ।

कसले खोप लिन सक्छ?

शीर्ष प्राथमिकता समूहका व्यक्तिहरूलाई अब उनीहरूको घरनजिकैको खोप केन्द्रमा गएर खोप लगाउनको लागि Québec.ca/vaccinCOVID खोलेर भेट गर्ने प्रबन्ध (अनलाइन अपोइन्टमेन्ट) लिन आग्रह गरिन्छ। खोप नि:शुल्क छ; र क्वेबेक खोप प्रोग्राम (Québec Immunization Program) मार्फत मात्र गरिन्छ। निजी बजारमा खोपको मात्रा किन्न सम्भव छैन।

मलाई इन्टरनेट चलाउन गाह्रो हुन्छ; अथवा आउने हप्ताहरूमा मेरो क्षेत्रमा कुनै पनि खोप केन्द्रहरू उपलब्ध छैनन्।

1 877 644-4545 मा फोन गर्नुहोस् र तपाईंलाई मद्दत गरिनेछ।सहयोग फोन नम्बरहरुमा पुग्नको लागि आफ्नो एरिया कोडको हालेर 644-4545 डायल गर्न पनि सक्नु हुनेछ ।

खोपको मात्रा एक वा दुई?

अध्ययनबाट यो प्रमाणित भईसकेको छ कि खोपको एक मात्राले पनि प्रभावकारी ढंगमा कोभिड-१९ को अधिक गम्भीर प्रकारहरूलाई कम गर्न सक्छ, वृद्धवृद्धाहरूमा पनि। दोस्रो मात्रा अधिकतम सुरक्षा प्राप्त गर्न प्रभावकारी छ। तपाईंले खोपको पहिलो मात्रा प्राप्त गर्ने पहिलो अपोइन्टमेन्टको बखत, दोस्रो मात्राको लागि अर्को अपोइन्टमेन्ट १६ हप्ता पछिको मिति तय गरिनेछ। एकपटक खोप लगाए पछि, खोप लगाएको पुष्टि गर्ने कागजात तपाइँलाई दिइनेछ।

ती व्यक्तिहरु जो यस भाइरस विरूद्धको खोप लिनु अघि नै कोभिड-१९ बाट संक्रमित भईसकेका छन्, उनीहरूलाई खोपको एक मात्रा मात्र आवश्यक छ। यो संक्रमण आफैंले खोपको पहिलो मात्रा को जसरी नै स्वत: प्रतिरक्षा प्रणालीको प्रतिक्रिया सुरु गर्दछ। पहिले नै कोभिड-१९ भइसकेका व्यक्तिलाई दिइएको खोपको एक मात्राले, संक्रमित नभएको व्यक्तिको मामलामा दोस्रो मात्राको गर्ने जस्तो पुनःस्मृतिको काम गर्दछ। कृपया ध्यान राख्नुहोस् कि पहिले नै कोभिड-१९ भइसकेका व्यक्तिलाई पनि खोपको दुई मात्रा प्राप्त गर्नु खतरनाक हुँदैन।

खोप लगाएपछि के म भौतिक दूरी बनाउने र मास्क लगाउने काम रोक्न सक्छु?

तपाईंले यो थाहा पाउनु पर्दछ कि कोभिड-१९ विरूद्धको खोपको प्रभाव सुरु हुन कम्तिमा १४ दिन लाग्छ। जनसंख्याको महत्त्वपूर्ण भागलाई खोपले पूर्ण रूपमा सुरक्षित गर्नु अघि धेरै महिनाहरू आवश्यक पर्नेछ। त्यसैले दुई मिटरको भौतिक दूरी, अनुहार ढाक्ने कपडा वा मास्क लगाउने र हातहरू बारम्बार धुने बानीहरू जोगईराख्दा उपयोगी हुन्छन्। जब जनसंख्याको बहुमतलाई खोप लगाईएको हुनेछ र भाइरसको प्रसार नियन्त्रण भएको हुनेछ, तब सरकारले नयाँ कदमहरु घोषणा गर्नेछ।

के म मेरो खोप छान्न सक्छु?

नाइँ। तपाईंलाई लगाइने खोपको छनौट गर्न सम्भव छैन: यो कुन मात्राहरू उपलब्ध छन् भन्ने आधारमा निर्धारित गरिनेछ। सबै उपलब्ध खोपहरूले कोभिड-१९ को अति गम्भीर प्रभावहरू विरूद्ध ८०% भन्दा बढि सुरक्षा प्रदान गर्छन्, जसकारण अस्पताल भर्तीहरू र मृत्यु हुनबाट बचाउँदछ। जब तपाइँको पालो आउँदछ, सम्बन्धित खोप केन्द्रमा उपलब्ध खोप तपाइँले लगाउनु हुन महत्वपूर्ण छ। यदि तपाईंलाई दिन लागिएको खोपको बारेमा कुनै चिन्ता छ भने, जब तपाईं खोप केन्द्रमा पुग्नुहुन्छ, तपाईंको निरीक्षण गर्न जिम्मेवारी लिएका स्वास्थ्यसेवा पेशेवरलाई आफ्नो चिन्ता बताउनुहोस्। यति भए तपाईंले बुझेर निर्णय गर्न सक्नुहुन्छ।

मसँग क्वेबेक स्वास्थ्य बीमा कार्ड छैन ... [म स्थायी निवासी होइन]...; के म खोप लिन सक्छु?

सक्नुहुन्छ, किनभने खोप भनेको सार्वजनिक स्वास्थ्य कदम हो जसको उद्देश्य क्वेबेकमा बस्ने सम्पूर्ण जनसंख्यालाई सुरक्षा प्रदान गर्नु हो। अनलाइन फारमले त्यो स्थिति स्वीकार्छ; र तपाईंले तपाईंसँग क्वेबेक स्वास्थ्य बीमा कार्ड छैन भन्ने संकेतको लागि लाइनमा ठीक अथवा गोलो लगाउन सक्नुहुन्छ । तपाईंले आफ्नो जन्म मिति, तपाईंको आमाको नाम थर राख्नुपर्छ र, सम्भव भएमा, तपाईंको निर्देशांक (Coordinates) पनि राख्नुहोस् ताकि हामी तपाईंको खोपको दोस्रो मात्राको लागि तपाईंलाई सम्पर्क गर्न सकौं। **तपाईंको अध्यागमन स्थिति (Immigration Status) ले तपाईंको खोप लगाउन पाउने अधिकारमा कुनै फरक पार्नेछैन्**। कठिनाइहरू भएको खण्डमा, माथि उल्लेखित कोभिड जानकारी लाइनमा फोन गर्न नहिचकिचाउनुहोस्।

याद गर्नुहोस्: खोपले तपाईंलाई कोभिड-१९ विरूद्ध १००% सुरक्षा गर्दैन, तर यसले लक्षणहरूलाई कम गर्ने र भाइरससँग सम्बन्धित मेडिकल जटिलताहरूलाई हटाउने काम गर्छ। हामी स्वयंको सुरक्षा गर्नु, साथै हाम्रो परिवार, हाम्रो समुदाय र हाम्रो कामका सदस्यहरूको सुरक्षा गर्नु हाम्रो जिम्मेवारी हो!

ACCÉSSS
Alliance des Communautés Culturelles pour l'Égalité dans la Santé et les Services Sociaux

Santé et Services sociaux Québec