

आफुलाई सुरक्षित राख्न र COVID-19 बाट बच्न खोप लगाउनुहोस्



सहायता प्रदायक भए अनुसार— व्यक्तिगत हेरचाह परिचारक, प्यारापेशेवर, चिकित्सक, हेरचाहकर्ता, वा अन्य— तपाईंले दिएको हेरचाह र सहायताले अरुको जीवन खुसि र स्वास्थ्य राख्छ ।

तपाईंले COVID-19 बाट गम्भीर रोगको उच्च जोखिममा भएका बुढापाका वा अशक्त मानिसहरूसँग नजिक भएर काम गर्न पाउनु हुनेछ ।

तपाईं नजिक हुँदा तपाईंलाई COVID-19 लाग्ने र सर्ने उच्च जोखिम हुन्छ । यो विशेष सत्य हो यदि तपाईंको ग्रहाकले माक्स वा अन्य सुरक्षित उपाय नअपनाएमा ।

खोप लगाएर आफु, आफ्नो परिवार, र ग्रहाकलाई सुरक्षित गर्नुहोस् । संयुक्त राज्यमा COVID-19 खोप निशुल्क र जताकतै उपलब्ध छ ।

COVID-19 बाट आफु र अरुलाई बचाउने उत्तम उपाय खोप नै हो ।

खोप बारेमा प्रश्न वा जिज्ञासा?

- COVID-19 खोपको सुरक्षित र कसरी काम गर्छ भन्ने बारेमा आफ्नो डाक्टरसँग वा अन्य स्वास्थ्यकर्मीसँग कुरा गर्नुहोस् ।
- खोप विज्ञबाट सुन्न र तपाईंको प्रश्नको उत्तर पाउन हाम्रो काम गर्ने ठाउँमा, स्वास्थ्य विभाग, वा अन्य विश्वाशिलो स्रोतहरूले व्यवस्थापन गरेको टाउन हल बैठकमा उपस्थित हुनुहोस् ।
- तपाईंलाई विश्वास लाग्ने खोपको जानकारी प्राप्त गर्न सिकुहोस् । अन्य स्रोतले दिएको जानकारी CDC.gov ले दिएको जानकारीसँग तुलना गर्नुहोस् (जस्तै www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/vaccine-benefits.html) ।
- अरूसँग तिनीहरूको खोपको अनुभव बारे सोध्नुहोस् । तपाईंको विश्वाशिलो सहयोगी, परिवार, साथि, वा विश्वाशिलो लिडरलाई किन खोप लगाउने निर्णय गर्नुभयो र कहाँ खोप लगाउनु भयो भनेर सोध्नुहोस् ।
- खोप लगाई सकेपछि के सुरु गर्न सक्छु भन्ने बारेमा सिकुहोस् । COVID-19 ले गर्दा बन्द गरेका काम जो मानिसले पूर्ण खोप लगाएका छन् तिनीहरूले सुरु गर्न सक्छन् । www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/fully-vaccinated.html मा अझै जान्नुहोस् ।

पहिला नै खोप लगाई सक्नुभयो?

खोप च्याम्पियन बन्नुभयो!

- तपाईंको परिवार, साथि, र सहयोगीलाई तपाईंले किन खोप लगाउनु भयो भन्ने बारे अनुभव सुनाउनुहोस् ।
- उनीहरूलाई समयतालिका मिलाएर र उनीहरूको प्रश्नको उत्तर दिएर अरुलाई खोप लगाउन सहायता दिनुहोस् ।
- COVID-19 खोपको बारेमा फैलिएको नकारात्मक सुचनालाई कसरी प्रतिक्रिया दिने भनेर जान्नुहोस् ।

खोप लगाएर आफु, आफ्नो परिवार, र ग्रहाकलाई सुरक्षित गर्नुहोस् ।

तपाईंले COVID-19 खोप कसरी र कहाँ पाउनुहुन्छ भन्ने बारे www.vaccines.gov मा हेर्नुहोस् ।

अन्य जानकारीको

लागि www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/index.html जान्नुहोस् ।



cdc.gov/coronavirus