नोभल कोरोना भाइरसको खोप लगाउने सम्बन्धी

नोभल कोरोना भाइरसको खोप किन लगाउने?

मान्छेको शरीर भित्र नोभल कोरोना भाइरस पसेर त्यसको संख्या बढ्यो भने ज्वरो, शरीर थाकेर आलस्य, खोकी, सास फेर्न गाह्रो हुने, टाउको दुख्ने, स्वाद फरक हुने जस्ता कुराहरू भएर शरीरको स्थिति खराब हुन्छ।

खोप लगायो भने शरीर भित्र नोभल कोरोना भाइरस पसेको बेला हाम्रो शरीर भाइरससँग लड्न तयार हुन सक्ने हुनाले, शरीर भित्र भाइरस पसेपनि शरीरको स्थिति हतपत खराब हुँदैन।

नोभल कोरोना भाइरसको खोप लगाउने बेला कस्ता कुराहरूप्रति सावधानी अपनाउनुपर्छ?

खोप लगाउनु अघि	37.5°C भन्दा बढी ज्वरो आएको बेला वा शरीरको स्थिति खराब भएको बेला खोप लगाउन नसकिने हुनाले, त्यस्ता कुराहरू घरको मान्छेलाई भन्नुहोस्।
खोप लगाउने बेला	पाखुरामा खोप लगाइन्छ। त्यसैले पाखुरा देखाउन सजिलो हुने लुगा लगाएर खोप लगाउन जानुहोस्।
खोप लगाए पछि	◎ खोप लगाएपछि 15 मिनेट भन्दा बढी समय बसेर आफ्नो अवस्था हेर्नुहोस्। (30 मिनेट आफ्नो अवस्था हेर्ने स्थितिहरू पनि हुन सक्छन्।) ◎ खोप लगाएको दिन बाथटबमा नुहाउने जस्ता हरेक दिन गर्ने कुराहरू गर्नको लागि समस्या हुँदैन तर थकान हुने खेलहरु भने नखेल्नुहोस्। ◎खोप लगायो भने तलका लक्षणहरू देखिने अवस्थाहरू पनि हुन्छन् तर 2～3 दिनमा आफै निको हुने कुरा थाहा भएको छ। 〇ज्वरो 〇बिसन्चो महसुस (बान्ता होला जस्तो) हुने 〇शरीर थाकेर आलस्य 〇पेट दुख्ने (झाडा हुने) 〇टाउको दुख्ने 〇जाडो हुने

यस्ता लक्षणहरू देखिएमा, घरको मान्छे वा वरिपरि भएका ठूलो मान्छेहरूलाई भन्नुहोस्।

●खोप लगाउने बित्तिकै

〇शरीर चिलाउने
〇खोकी

●खोप लगाएको दिन र त्यसपछिको 4 दिन जति भित्र

〇ज्वरो 〇टाउको दुख्ने 〇छाती दुख्ने 〇सास फेर्न गाह्रो हुने
〇शरीर थाकेर आलस्य 〇जाडो हुने
〇छाती ढुकढुक भएको महसुस हुने

यो खोप 3 हप्ताको अन्तरालमा 2 पटक लगाउनुहोस्।

यी महत्त्वपूर्ण कुराहरूको पालना गर्नुहोस्।

चाँडै खोप लगाएका मान्छेहरू तथा, कुनै कारणवश खोप लगाउन नसक्ने मान्छेहरू जस्ता विभिन्न मान्छेहरू छन्। खोप लगाएको वा नलगाएको कारण वरपरका मान्छेहरूलाई नराम्रो कुरा भन्ने, गिज्याउने जस्ता कुराहरू कदापि गर्नु हुँदैन।