

खोप प्रापकहरूका लागि कोभिड-19 खोप क्लिनिक भेटपछिको सारांश (AVS) सुझावहरू

मार्च 5, 2021

कोभिड-19 खोप लगाउनुभएकोमा र आफ्नो, आफ्नो परिवार र आफ्नो समुदायलाई कोभिड-19 बाट सुरक्षा राख्नका लागि आफ्नो भागको कार्य गर्नुभएकोमा तपाईंलाई धन्यवाद।

कृपया खोप लगाएपछि तपाईंलाई खोपबाट कुनै पनि तत्कालीन साइड इफेक्ट देखा परिहाल्यो भने लगाएको 15 मिनेटसम्म क्लिनिक क्षेत्रमा पर्खनुहोस्। तपाईंलाई अर्को खोप वा इन्जेक्सन दिन सकिने खालको औषधि-उपचार दिएपछि धेरै समयसम्म) कुनै पनि प्रकारको एलर्जिक प्रतिक्रिया देखिएको वा विगतको समयमा केही कुराबाट गम्भीर एलर्जिक प्रतिक्रिया (जस्तै एनाफिल्याक्सिस) देखिएको अवस्था भएमा, तपाईंले खोप लगाएपछि 30 मिनेटसम्म प्रतीक्षा गरेर निरीक्षण गराउनुपर्छ। गम्भीर प्रतिक्रियाहरू बिरलै देखिन्छन् तर हामी सावधान रहनुपर्छ। तपाईं त्यो समयमा यो र हामीले तपाईंलाई दिएको अरू कागजहरू पढ्न सक्नुहुन्छ।

तपाईंले खोप लगाएपछि सम्भावित रूपमा केही लक्षणहरू ख्याल गर्नुहुन्छ; यसको अर्थ, खोपले काम गरिरहेको छ र तपाईंको शरीरले कोभिड-19 विरुद्ध सुरक्षा विकास गरिरहेको छ। सबैभन्दा सामान्य लक्षणहरू भनेको खोप लगाएको ठाउँमा दुख्ने, रातोपन हुने र सुन्निने हुन् र केही मानिसहरूले खोप लगाएको साइडको काखीमा सुन्निएको र दुखेको अनुभव गर्ने गर्छन्। मानिसहरूलाई सामान्यतया टाउको दुख्ने, धेरै थकित महसुस गर्ने, मांसपेशी वा जोर्नी दुख्ने, बिरामी भएको र उल्टी आउन लागेको जस्तो महसुस हुने वा ज्वरो आउने र जाडो हुने जस्ता लक्षणहरू पनि देखिन्छन्। धेरैजसो अवस्थामा, यी लक्षणहरू मन्द खालका हुन्छन्, खोप लगाएको 1-2 दिनपछि सुरु हुन्छन् र त्यसपछि छिट्टै आफै निको हुन्छन्। तपाईंलाई यीमध्ये कुनै पनि लक्षण भएमा आफूलाई राम्रो महसुस गराउन मद्दत गर्नको लागि तपाईं एसिटामिनोफेन व आइबुप्रोफेन (टाइलेनल वा एडभिल वा मोट्रिन जस्ता औषधिहरू) प्रयोग गर्न सक्नुहुन्छ। तपाईंलाई कोभिड-19 खोप लगाएपछि कुनै पनि साइड इफेक्ट देखिएको बारे CDC लाई बताउनको लागि तपाईंले CDC को "v-safe" स्मार्टफोन उपकरणमा नाम दर्ता गर्न पनि सक्नुहुन्छ (तपाईंले साइनअप गर्ने विधि बारे छुट्टै निर्देशनहरू प्राप्त गरेको हुनुपर्छ)। यो महत्त्वपूर्ण छ ताकि हामी मानिसहरूमा यी नयाँ खोपहरूबाट देखिरहेका साइड इफेक्टहरू पत्ता लगाउन सकौं।

तपाईंमा गम्भीर, 2-3 दिनभन्दा बढी समयसम्म रहने वा खराब हुँदै जाने खालका लक्षणहरू छन् भने, तपाईंले मूल्याङ्कनको लागि आफ्नो प्राथमिक स्याहार प्रदायकलाई कल गर्नुपर्छ र तपाईंलाई आफ्नो लक्षणहरूमा आधारित रहेर कोभिड-19 को लागि परीक्षण गर्न आवश्यक पर्न सक्छ। कोभिड-19 खोपहरूले तपाईंलाई कोभिड-19 हुन सक्दैन तर तपाईं पहिले वा खोप लगाएपछि त्यसले काम गर्ने मौका पाउनुभन्दा अगाडि संक्रमित हुन सक्नुहुन्छ। तपाईंसँग स्वास्थ्य स्याहार प्रदायक हुनुहुन्न भने, आफ्नो स्थानीय आपतकालीन विभाग, आकस्मिक स्याहार केन्द्र वा स्थानीय सामुदायिक स्वास्थ्य क्लिनिकमा जानुहोस् (कृपया पहिले कल गर्नुहोस्)।

गम्भीर प्रतिक्रियाहरू बिरलै हुन्छन् तर खोप दिइएका केही समयपछि पनि कुनै पि खोपद्वारा हुन सक्छ। त्यसकारण तपाईंमा गम्भीर लक्षणहरू (जस्तै छाती दुख्ने, श्वास-प्रश्वासमा समस्या हुने, अनुहार वा घाँटी सुन्निने, नराम्रो खटिरा आउने वा हाइभहरू हुने, स्पष्ट रूपमा नसोच्ने वा कुनै अन्य चिन्ताजनक लक्षणहरू) देखा परेमा, तपाईंले तुरुन्तै चिकित्सा ध्यानाकर्षण प्राप्त गर्नुपर्छ वा 9-1-1 मा कल गर्नुपर्छ।

तपाईंलाई आज Janssen खोप दिइएको थियो भने, त्यसपछि तपाईंले पूरा गर्नु गर्नुभयो र तपाईंलाई अर्को कोभिड-19 खोप शट आवश्यक पर्दैन। तपाईंलाई आफ्नो प्रथम शट आज Pfizer वा Moderna खोपहरूका साथ दिइएको छ भने, तपाईंलाई आफू कोभिड-19 बाट पूरा रूपमा सुरक्षित हुनुभएको छ भनी सुनिश्चित गर्न समान खोपको दोस्रो शट प्राप्त गर्न आवश्यक पर्नेछ। यो दोस्रो खोप अपोइन्टमेन्ट तपाईंको लागि क्लिनिकमा सेट अप गर्नुपर्छ। कृपया अपोइन्टमेन्टलाई आफ्नो पात्रोमा चिन्ह लगाउनुहोस् जसकारण तपाईं आफ्नो दोस्रो सट प्राप्त गर्न बिर्सनुहुन्न!

आफू र आफ्नो समुदायलाई सुरक्षित राख्नमा कोभिड-19 फैलनबाट रोक्न आफ्नो भागको कार्य गर्नुभएकोमा फेरि पनि धन्यवाद। तपाईंसँग खोप बारे प्रश्न वा चिन्ताहरू छन् वा कुनै सम्बन्धित पार्श्व प्रभावहरूको अनुभव गर्नुभयो भने, कृपया आफ्नो प्राथमिक स्याहार प्रदायकसँग कुरा गर्नुहोस् । अन्य खोप र कोभिड-19 जानकारी हाम्रो वेबसाइटमा छ: www.nh.gov/covid19.