NH DIVISION OF
Public Health Services
Department of Health and Human Services

Bureau of Infectious Disease Control

COVID-19 खोप योजनामा बारम्बार सोधिने प्रश्नहरू

पछिल्लो पटक अद्यावधिक गरिएको: डिसेम्बर 18, 2020

यस कागजातको उद्देश्य भनेको सार्वजनिक स्वास्थ्य र सामुदायिक साझेदारहरूलाई बारम्बार सोधिने प्रश्नहरू र उनीहरूको समुदायहरूको अनुसन्धानको प्रतिक्रिया जनाउनमा सहायता गर्न प्रयोग गर्न सकिने उत्तरहरू उपलब्ध गराउनु हो।

कृपया नोट गर्नुहोस्: नयाँ वा अद्यावधिक गरिएको जानकारी सुन्तला रङको व्याख्यानमा छ।

SARS-CoV-2 (COVID-19) को लागि खाद्य र औषधि प्रशासन (FDA) द्वारा स्वीकृत गरिएको खोप छ?
हो, डिसेम्बर 11, 2020 अनुसार FDA ले एक खोपको लागि आकस्मिक प्रयोग अधिकार (EUA) दिइएको छ र धेरैले शीघ्र अनुपालन गर्ने छन् भनी अपेक्षा राखिएको छ।

सार्वजनिक वितरणको लागि खोप कहिले तयार हुनेछ?
चरण 1a को लागि खोपको पहिलो विभाग न्यू ह्याम्सायरलाई डेलिभर गरिएको छ र हालै त्यो चरणमा भएका जनसंख्यालाई वितरण गरिरहेको छ। चरण 1a मा भएका सम्पूर्ण मानिसहरूलाई खोप लगाउन विभिन्न हप्ता लाग्न सक्छ भनी अपेक्षा गरिएको छ।

स्वीकृत भएपछि, न्यू ह्याम्सायरले कति डोजहरू प्राप्त गर्ने छ?
पहिलो सिप्मेंटको लागि न्यू ह्याम्सायरले चरण 1a मा भएका मानिसहरूलाई खोप लगाउनको लागि स्थानहरूमा वितरण गरिरहेको (12, 675 डोजहरू) प्राप्त गऱ्यो। NH DHHS को लागि खोपको उचित निर्धारण गर्न महत्त्वपूर्ण छ र नैतिक र चिकित्सा विचारहरूको लागि विचार सहित खोपको वितरणको बारेमा निर्णय राष्ट्रिय मार्गदर्शनहरूद्वारा जानकार गराइनेछ।

खोप कसरी दिइन्छ?
दुबै खोपहरू मांसपेशीमा लगाइन्छ ("इन्ट्रामस्कुलर")। वयस्कहरूको लागि, खोप डेल्टोइड भनिने काँधको मांसपेशीमा लगाइनेछ।

यसले पिडा दिन्छ?
खोप लगाइने स्थानमा कुनै पनि खोपले हुने जस्तै केही असहजता हुन सक्छ, तर यो सामान्यतया अस्थायी हुन्छ।

मैले कति सुईहरू लिनुपर्छ?
दुबै Pfizer COVID-19 खोप र Moderna COVID-19 खोप (Moderna खोप स्वीकृत भएपछि) को, दुई डोजहरू आवश्यक पर्छ Pfizer खोपको 1 र 2 डोजबीच 21 दिनको अन्तराल (वा, अन्तर) हुन्छ। Moderna खोपको, डोज 1 र 2 बीच 28 दिनको अन्तराल (वा, अन्तर) हुन्छ।

मैले Pfizer खोप लगाएमा, दोस्रो सुई अर्को ब्राण्डको लिन सक्छु?
होइन। दोस्रो सुई पहिलो सुईको समान ब्राण्डको हुनुपर्छ।

मैले खोप कहाँबाट लगाउने?
यो तपाईंलाई खोप लिन कहिले सिफारिस गरिएको छ (तपाईं खोप वितरणको कुन चरणमा हुनुहुन्छ) भन्ने कुरामा निर्भर गर्छ। सबैजनाका लागि उपयुक्त आपूर्ति भएपछि, तपाईं सम्भावित रूपमा आफ्नो प्राथमिक स्वास्थ्य स्याहार प्रदायक वा औषधालय वा सार्वजनिक क्लिनिक जस्ता अन्य स्थानमा प्राप्त गर्न सक्षम हुनुहुनेछ। आपूर्तिहरू र तार्किकहरूले कुनै पनि स्वास्थ्यका असमानताहरू घटाउने अनुमति दिनाले NH को राज्यले सकेसम्म धेरै खोप लगाउने अवसरहरू उपलब्ध गराउन कडा परिश्रम गरिरहेको छ।

मैले यो कहिले लगाउनुपर्नेछ?
2021 सम्म सबैजनाका लागि खोप उपलब्ध गराइने छैन। उच्च र धेरै जोखिम भएका स्वास्थ्य कामदार, पहिलोउत्तरदायी व्यक्ति र चरण 1a मा दीर्घकालीन स्याहार सुविधाहरू प्राप्त गरेका निवासी र कर्मचारीहरूलाई पहिला उपलब्ध भएका सीमित मात्राहरू उपलब्ध गराइनेछ। राष्ट्रिय सिफारिसहरू गरिए अनुसार, खोप जनसंख्या वर्गहरू सार्वजनिक रूपमा बनाइनेछ।

सुरक्षा कति समयसम्म रहन्छ?
खोप लगाउनुभएको व्यक्ति कति समयसम्म सुरक्षित हुनुहुन्छ भन्ने कुरा अहिलेसम्म थाहा छैन: यो पोलियो खोप जस्तै आजीवन हुन सक्छ वा फ्लुको सुई जस्तै एक वर्षको हुन सक्छ। विशेषज्ञहरूले थप कुरा जान्नका लागि यसको बारेमा अध्ययन गरिरहनुभएको छ र हामीले यो उपलब्ध हुने भएकाले नयाँ प्रमाण साझा गर्नेछौं।

COVID-19 खोप सुरक्षित छ भनी हामीले कसरी थाहा पाउनेछौं?
खोप परीक्षण प्रक्रिया परिवर्तन भएको छैन। Operation Warp Speed(ओपरेशन वार्प स्पीड) ले सुरक्षालाई जोखिममा नपारिकन संघीय कोषहरूको कारणले द्रुत रूपमा अगाडि बढ्न परीक्षणहरूका लागि अनुमति दिएको छ। विकासको समय कम भएको छ तर ठूला क्लिनिकल परीक्षणहरू जस्ता सुरक्षाका लागि सबै सामान्य प्रक्रियाहरू लागू भएका छन्, जसमा भिन्न-भिन्न जनसंख्या (जस्तै वृद्ध वा अल्पसंख्यक वयक्तिहरू), FDA तथा CDC को सुझाव समुदाय प्रतिरक्षण अभ्यासहरू (ACIP) द्वारा स्वतन्त्र समीक्षा गरिएका व्यक्ति र हाम्रो आफ्नै राज्यका विशेषज्ञहरू पर्दछन्।

मैले COVID-19 खोपको भुक्तानी गर्नुपर्नेछ?
पर्दैन। अमेरिकन मानिसहरूलाई बीमाको स्थितिमा ध्यान नदिइकन नि:शुल्क रूपमा खोपको मात्राहरू

उपलब्ध हुनेछ। यद्यपि, खोप प्रदायकहरूले प्रशासनिक शुल्क वा कार्यालय भेट परिवर्तन गर्न सक्षम हुनुहुनेछ र भुक्तानी बिरामीको उत्तरदायित्व हुन सक्छ। यद्यपि, धेरैजसो मानिस र निजी बीमा कम्पनीहरूले उक्त शुल्क समेट्नेछन्। तपाईंको विशेष कभरेजको बारेमा सधैँ आफ्नो स्वास्थ्य बीमाकर्ता वा प्राथमिक स्वास्थ्य सेवा प्रदायकसँग कुरा गर्न अझ राम्रो हुन्छ तर कुनै पनि बिरामीको शुल्क साझा गरिने छैन भन्ने अपेक्षा गरिन्छ।

मसँग बीमा नभएमा के हुन्छ?
खोप नि:शुल्क रूपमा उपलब्ध गराइनेछ।

सबैजनाको लागि पर्याप्त खोप हुनेछ?
हुन्छ, अन्तत: प्रारम्भिक खोप आपूर्ति सीमित हुनेछ जसकारण सबैजना अहिले नै खोप लगाउन सक्षम हुने छैनन्। COVID-19 खोप पहिला उच्च जोखिम भएका मानिसहरूलाई दिइनेछ। COVID-19 खोपको उचित विनियोजनका लागि राष्ट्रिय विज्ञान, इन्जिनियरिङ र औषधि एकेडेमीहरूबाट प्राप्त सिफारिसहरूमा आधारित रहेर, न्यू ह्याम्पशायरमा चरणबद्ध र उचित वितरण योजनाको विकास भएको छ।

मलाई COVID-19 भएको थियो। मैले अझै पनि खोप लगाउनुपर्छ?
पर्छ। तपाईं हाल सक्रिय रूपमा COVID-19 बाट संक्रामित नभएसम्म, तपाईंले खोप लगाउनुपर्छ। अध्ययनहरूले व्यक्तिहरूलाई एकपटक भन्दा बढी रोग लाग्न सक्छ भन्ने कुरा देखाउँछन्।

मैले खोप लगाएँ भने म मास्क लगाउने र सामाजिक भिडभाडबाट टाढा रहने कार्यलाई रोक्न सक्षम हुनेछु?
हुनुहुने छैन। COVID-19 खोपहरू वास्तविक जीवनका अवस्थाहरू अन्तर्गत उपलब्ध गराउने हुँदा विशेषज्ञहरूले सुरक्षाको बारेमा थप कुराहरू सिक्दा, सबैजनाले यो महामारीलाई रोक्नको लागि आफ्नो मुख र नाकलाई मास्कले छोप्ने, पटक-पटक हातहरू धुने र अन्य व्यक्तिहरूबाट कम्तीमा 6 फिट टाढा बस्ने जस्ता हामीलाई उपलब्ध हुने सबै उपकरणहरूको प्रयोग गर्न जारी राख्न महत्त्वपूर्ण हुनेछ। सँगसँगै, COVID-19 खोप र निम्न CDC का सिफारिसहरूमा COVID-19 लाग्न र फैलनबाट रोक्न उत्कृष्ट सुरक्षा दिइनेछ। COVID-19 खोपहरू हालका सिफारिसहरू परिवर्तन गर्ने निर्णय बनाउनुअघि नै उपलब्ध गराइने भएकाले विशेषज्ञहरूले सुरक्षाको बारेमा थप बुझ्न आवश्यक हुन्छ। कति जना मानिसहरूलाई खोप लगाइएको छ र समुदायहरूमा कसरी भाइरस फैलिरहेको छ भन्ने जस्ता अन्य पक्षहरूले पनि यो निर्णयलाई प्रभाव पार्नेछ।

मलाई खोपबाट COVID-19 लाग्न सक्छ?
लाग्दैन। COVID-19 खोपले तपाईंलाई रोग लाग्न सक्दैन।

मलाई जोखिम निम्त्याउन सक्ने प्रतिरक्षा प्रणाली भएको छ। मैले खोप लगाउँदा सुरक्षित हुन्छु?
सम्भवत: हुनुहुन्छ तर तपाईंले आफ्ना विशेष सरोकारहरूको बारेमा आफ्नो स्वास्थ्य स्याहार प्रदायकसँग परामर्श लिनुपर्छ। जोखिम निम्त्याउन सक्ने प्रतिरक्षा प्रणाली भएका व्यक्तिहरूलाई खोप

सुरक्षित छ वा छैन भन्नेबारे अनुसन्धानको आधारमा राष्ट्रिय सिफारिसहरू गरिनेछ।

म राम्रोसँग प्रतिरक्षा प्रणालीले काम नगर्ने व्यक्तिसँग बस्छु। मैले खोप लगाउँदा सुरक्षित हुन्छु?
हुन्छ। खोप बनाइएको तरिकाको कारण, यसबाट तपाईंलाई रोग लाग्न सक्दैन र जसकारण तपाईंले खोप लगाएर अन्य व्यक्तिलाई सार्न सक्नुहुन्न।

मैले कहाँबाट खोप प्राप्त गर्न सक्षम हुनेछु?
चरण 1a मा, दीर्घकालीन स्याहार सुविधाहरूका लागि उनीहरूका स्वास्थ्य कामदार, CVS र वालग्रिन्सका लागि अस्पतालद्वारा खोप उपलब्ध गराइनेछ र अस्पतालमा काम नगर्ने पहिलो उत्तरदायी र स्वास्थ्य कामदारहरू र CVS वा वालग्रिन्समा नामाङ्कित नभएका दीर्घकालीन स्याहार सुविधाहरू नपाएका व्यक्तिहरूका लागि NH भरि 13 निश्चित साइटहरू उपलब्ध गराइनेछ। भावि चरणहरूमा, रोगको लागि तपाईंको जोखिममा निर्भर रहेर, स्वास्थ्य स्याहार प्रदायक, औषधालय र विशेष खोप लगाउने क्लिनिकमार्फत, न्यू ह्याम्सायरमा खोप उपलब्ध गराइनेछ।

मैले एउटा स्थानीय औषधालय चलाउँछु। मैले खोप वितरमा भूमिका निभाउन सक्छु?
हुन सक्छ। COVID-19 को खोपको लागि हामीसँग काम गर्ने सम्बन्धित प्रत्येक अनुसन्धानको हामी प्रशंसा गर्छौं। संघीय र राज्य योजनाहरूले जनताहरूको लागि खोपमा पहुँच सुधार्ने खुद्रा औषधालयको पहिले नै पहिचान गरेको छ। तपाईंले स्वतन्त्र औषधालय खरिद वा व्यवस्थित गरेमा, कृपया खोप प्रदायकको रूपमा कसरी नामांकन गर्ने बारेमा थप जानकारीको लागि covidvaccine@dhhs.nh.gov इमेल गर्नुहोस्।

सार्वजनिक स्वास्थ्य सेवा (DPHS) को NH विभागले खोप वितरणको लागि कसरी तयारी गर्दै छ?
केही महिनाको लागि, NH DPHS COVID-19 को खोपको वितरणको लागि बहु-विषयक, सावधान र प्रमाणमा आधारित योजना प्रक्रियामामा संलग्न भएको छ। वैज्ञानिक निगरानी निकायहरूद्वारा उपलब्ध गराइएको जोखिम मापदण्डमा आधारित चरणहरूमा NH निवासीहरूलाई खोप लगाउने प्रक्रिया गतिशील छ। NH DPHS ले स्वास्थ्य स्याहार र अन्य साझेदारहरूसँग र आचारनीति विशेषज्ञहरूको निगरानीसँग र अपक्षपातमा ध्यान दिएर खोप लगाउने नेतृत्व गरेको छ। तयारीका प्रयासहरूमा खोप उपलब्ध हुने मिति र मात्राहरूको बारेमा उत्कृष्ट अनुमान लगाउने, खोप आपूर्ती सीमित हुँदा निषेधित गर्नुपर्ने जनसंख्याहरू निर्धारण गर्ने, खोपको साइट तथा खोप लगाउने व्यक्तिहरू पहिचान गर्ने, थप खोप लगाउने व्यक्तिहरूलाई प्रशिक्षण तथा अधिकार दिने, सार्वजनिक जानकारी सम्बन्धी अभियानहरू सिर्जना गर्ने र प्रक्रिया तथा परिणामबारे नजिकैबाट निरीक्षण गर्ने कुराहरू पर्दछन्।

उच्च जोखिममा भएका जनसंख्याहरूलाई सम्पर्क गर्न र खोपको सुरक्षा बारे सरोकारहरू भएका मानिसहरूसँगको विश्वासलाई विकसित गर्न विशेष प्रयासहरू आवश्यक हुनेछन्। NH DPHS यो पारदर्शी छ र पूर्ण रूपमा विज्ञानमा आधारित छ भनी अगाडि बढ्न प्रतिबद्ध छ, जुन खोपमा सार्वजनिक आत्मविश्वासलाई सुनिश्चित गर्ने कार्यमा महत्त्वपूर्ण छ।

म बुझ्दछु कि खोप सुरक्षित देखिन्छ, तर खोपले म बिरामी भएमा के हुन्छ?
CDC र FDA ले जनताहरूलाई सम्भाव्य दुष्प्रभावहरू (प्रतिकूल घटना भनिने) खोप सम्बन्धी प्रतिकूल घटना रिपोर्ट गर्ने प्रणाली (VAERS) मा रिपोर्ट गर्न प्रोत्साहित गर्छ। यस राष्ट्रिय प्रणालिले अनपेक्षित, अपेक्षा गरेको भन्दा धेरैजसो देखा पर्ने, वा असामान्य ढाँचाहरू भएको प्रतिकूल घटनाहरू हेर्नको लागि डाटा सङ्कलन गर्छ। VAERS मा रिपोर्टहरूले CDC लाई खोपहरूको सुरक्षा निरीक्षण गर्न मद्दत गर्छ। सुरक्षा पहिलो प्राथमिकता हो।

स्वास्थ्य स्याहार प्रदायकलाई VAERS मा विशेष प्रतिकूल घटनाहरू रिपोर्ट गर्न आवश्यक पर्छ। CDC ले मानिसहरूले COVID-19 को खोप लगाएपछि उनीहरूको स्वास्थ्य जाँच्नको लागि v-safe भनिने नयाँ स्मार्टफोनमा अधारित उपकरण पनि प्रयोग गरिरहेको छ। तपाईंले आफ्नो खोप लगाएपछि गरेपछि, तपाईंले v-safe मा कसरी नामांकन गर्ने भन्दै v-safe जानकारीको कागज पनि प्राप्त गर्नुपर्छ। तपाईंले नामांकन गरेमा, तपाईंले कुनै पनि समस्या वा तपाईंलाई COVID-19 को खोप लगाएपछि भएको प्रतिकूल प्रतिक्रियाहरू रिपोर्ट गर्न सक्ने सर्वेक्षणबाट निरन्तर पाठ सन्देशहरू प्राप्त गर्नुहुनेछ।

बच्चाहरूले खोप लगाउन सक्छन्?
भविष्यमा बच्चाहरूलाई सम्भावित रूपमा खोप लगाउने अवसर दिइनेछ। यद्यपि, हाल हामीसँग भएको डाटा गर्भवती नभएको वयस्कहरूको परीक्षणहरूमा आधारित छ। क्लिनिकल परीक्षणहरू प्रसारित हुनाले, हामीलाई बच्चाहरूमा खोपको सुरक्षाको बारेमा धेरै थाहा हुनेछ।

म गर्भवती छु । मैले खोप लगाउन सक्छु?
हुन सक्छ। गर्भवती महिलाहरूले खोप लगाउन उहाँको लागि उपयुक्त छ भनी निर्धारण गर्न पहिला आफ्नो प्राथमिक स्याहार वा प्रसवपूर्व स्याहार प्रदायकसँग छलफल गर्नुपर्छ।

CDC वेबसाइटमा COVID-19 खोपहरूको बारेमा थप जानकारी छ।

हामीले खोपको लागि प्रतीक्षा गरेकोले म के गर्न सक्छु?
हाम्रो समुदायहरूमा COVID-19 को फैलाव जारी छ। तपाईंले अझै आफ्नो घरमा नबस्ने व्यक्तिहरूसँग सामाजिक रूपमा दूरी राख्नु पर्छ र कपडाको फेसमास्क प्रयोग गर्नुपर्छ। तपाईंले ठीक महसुस नगरेमा तपाईं घर बस्नुपर्छ र परीक्षण गराउनु पर्छ।

थप स्रोतहरू:
- रोग नियन्त्रण केन्द्र (CDC),
- अमेरिकन चिकित्सा एसोसिएसनको जर्नल (JAMA)
- सार्वजनिक स्वास्थ्य सञ्चारहरूको सहयोग