

तपाईंले COVID-19 को खोप लगाउनुपर्छ कि पर्देन भनेर सन्देह गरिरहनुभएको छ ?
खोप लगाउन हिच्किचाउनु सामान्य कुरा हो । तपाईंले आफ्नो
निर्णय लिंदै गर्दा विचार गर्नुपर्ने केही कुराहरू यहाँ दिइएको छः

1. आफ्नो स्वास्थ्यमाथि नियन्त्रण लिनुहोस् !

तपाईं बिरामी पर्नुहुने एकदमै कमभन्दा कम सम्भावना रहन्छ ।
CDC* अनुसार, खोपले COVID-19 लाग्ने जोखिमलाई
90% भन्दा बढीले कम गराइदिन्छ ।

*सेन्टर फर डिजिज कन्ट्रोल एण्ड प्रिभेन्सन (रोग नियन्त्रण तथा रोकथाम केन्द्र)

2. अब थप छुट्टुनु पर्देन ।

यदि तपाईं भाइरसको सम्पर्कमा आइहाल्नुभयो भने
पनि तपाईंमा लक्षणहरू देखिएका छैनन् भने
क्वारेन्टाइनमा बस्न आवश्यक पर्देन !

3. शोध (अनुसन्धान) पनि रहेको छ ।

खोप विकास गर्दा कुनै पनि चरणलाई छोडिएको वा हतारिएर
छिटो गराइएको थिएन ।
वैज्ञानिकहरू यसलाई चाँडो र सुरक्षित रूपमा विकास गर्नका
लागि विगतको खोपको दशकौंको ज्ञान प्रयोग गरेका थिए ।

4. आफूलाई मनपर्ने कुराहरू पुनः गर्न लाग्नुहोस् !

धेरै व्यवसायहरूले इन्डोर (भित्ती वातावरण) हरूमा
हुन र खोप लगाएका अन्य मानिसहरूको वरिपरि
रहनका लागि तपाईंले खोप लगाएको हुनुपर्ने
अनिवार्य गराइरहेका छन् ।

5. आफ्नो समुदायलाई सुरक्षित राख्नुहोस् !

जति धेरै मानिसहरूले खोप लगाउँछन्, हामी
त्यति चाँडो नै सामान्य जीवनमा फर्किन सक्छौं ।

6. कम चिन्ता गर्नुहोस् ।

तपाईंले आफू स्वयं र आफ्ना प्रियजनहरूलाई
COVID-19 बाट सुरक्षित राख्दै हुनुहुन्छ भन्ने
कुरालाई मनन गर्दै शान्त मनका साथ ढुक्क हुनुहोस् ।



यो तपाईंको खोप हो ।

आफ्नो प्रदायकलाई तपाईंले आजै आफ्नो खोप
कसरी र किन लगाउनुपर्छ भन्ने बारेमा सोध्नुहोस् !