

COVID-19 को खोप लगाउँदा



COVID-19 यस्तो भाइरस हो जसले धेरै मानिसहरूलाई बिरामी बनाएको छ । यसका कारणले केही मानिसहरूको मृत्यु पनि भएको छ ।



अहिले यसको खोप उपलब्ध भएको छ । यो खोप सुईबाट दिइन्छ ।



यो खोपबाट शरीरमा COVID-19 रोग लाग्न नदिने औषधी हालिन्छ ।



मेरो पालो आएपछि स्वस्थ रहनका लागि मैले COVID-19 खोप लगाउन सक्छु ।



चिकित्सकको कार्यालय वा औषधी पसलमा गएर मैले यो खोप लगाउनेछु ।



खोप केन्द्रमा पुगेपछि मैले म आइपुगेको जानकारी दिनेछु, बस्नेछु र नर्सले नबोलाइन्जेलसम्म कुर्नेछु ।



मैले आफ्नो कपडाको बाहुलालाई माथि सार्नेछु । नर्सले चिसो वाइप मेरो पाखुरामा दल्नुहुनेछ । यसको गन्ध अनौठो हुन सक्छ ।



त्यसपछि नर्सले मलाई खोप लगाउनुहुनेछ । मलाई चस्स घोचे जस्तो महसुस हुनेछ । म शान्त भएर बस्नेछु ।



नर्सले मेरो पाखुरामा ब्यान्ड-एड लगाउनुहुनेछ ।

COVID-19 को खोप लगाउँदा

Pt. 2



घर जानका लागि म सुरक्षित तथा स्वस्थ छु भनेर सुनिश्चित गर्न मैले केही बेर कुर्नुपर्ने हुन सक्छ ।



नर्सले अब जाँदा हुन्छ भने पछि मेरो काम सकिन्छ । अब म घर जान सक्छु ।



स्वस्थ रहन मैले COVID-19 को खोप 2 डोज लगाउन आवश्यक पर्छ ।



खोपको दोस्रो डोज लगाउन म 3-4 हप्तापछि फेरि आउनेछु ।



दोस्रो पटक आउँदा खोपको दोस्रो डोज लगाउन पनि मैले समान चरणहरूको पालना गर्नेछु ।



खोप लगाएपछि मेरो पाखुरा दुख्न सक्नेछ । मेरो टाउको दुख्न सक्नेछ वा मैले थकित महसुस गर्न सक्नेछु ।



केही दिन पछि मैले निको भएको महसुस गर्नेछु ।



म अझै केही समयसम्म मास्क लगाउन आवश्यक पर्नेछ ।



मैले सुरक्षित रहन र अरूलाई पनि सुरक्षित राख्न आफूले गर्नुपर्ने काम गरेको छु ।