

# टीकाकरण

स्वस्थ रहनका लागि खोप लगाउनुहोस

टीकाकरण भनेको खोप लगाउनु हो जसले तपाईंलाई बिरामी हुनबाट बच्नमा मद्दत गर्छ

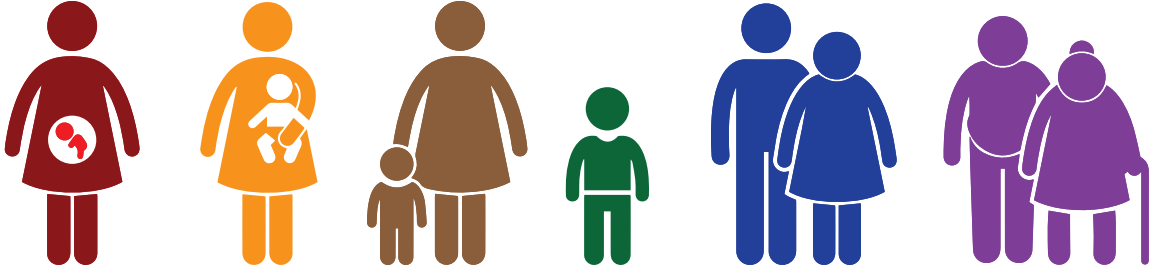
## मलाई टीकाकरणको आवश्यकता किन पर्छ?

अमेरिकामा कुनै एक समयमा मानिसहरूलाई धेरै नै बिरामी पार्ने कैंचौं रोगहरू आज सकिने थालेकाछन। टीकाकरणले गर्दा नै यसो हुन गएको हो। टीकाकरणले एक जना मानिसबाट अर्को मानिसमा सर्ने रोगहरूको रोक-थाम गर्छ। तपाईंले आवश्यकता परे बमोजिम टीकाकरण अन्तर्गत सूई लगाउनु भयो भने, तपाईं आफूलाई मात्र होइन आफ्ना प्रियजनहरूलाई पनि बिरामी हुनबाट बचाउनुहुन्छ।

## टीकाकरणले कसरी काम गर्छ?

खोप त्यही भाइरस अर्थात कीटाणुबाट बनाईन्छ जसले रोग पैदा गर्छ। खोप बनाउनमा व्यवहार गरिने कीटाणु कि त मृत हुन्छ या त कमजोड हुन्छ। यसले तपाईंलाई बिरामी पार्दैन। उल्टै बरु कीटाणु र तीनीहरूले पैदा गर्ने रोगहरूसँग लड्ने तपाईंको शरीरको क्षमता बढाउँछ।

## टीकाकरणको दर्कार कसलाई पर्छ?



## के शरीरमा यसको नकारात्मक असर पनि पर्छ?

टीकाकरण अन्तर्गत सूई लगाउँदा कतिपय मानिसहरूमा मामूली रूपमा नकारात्मक असर पर्छ। एक-दुई दिन भित्रैमा यसको असर सकिन्छ पनि।

सूई लगाएपछि नराम्रो गरी मानिसहरूलाई नकारात्मक असर पारेको बिरलै देख्न पाइन्छ। धेरै जसो, सूई लगाएको केही मिनेट वा केही घन्टा भित्रैमा यस्तो हुन्छ।



दुखाई/लालीपना,

मसिना खटिरा

हल्का ज्वरो

सास फेर्नमा अघ्यारो

रिंगटा लाग्ने

खटिरा निस्किए/चिलाउने

गला सुन्निए

## मलाई कुन खोप चाहिन्छ?

अर्कोपटि एक तालिकामा वयष्कलाई कुन खोप र नानीहरूलाई कुन खोप चाहिन्छ त्यो देखाईएकोछ। बचपनमा खोप नलगाउने वयष्कहरूलाई धेरै खोपको दर्कार पर्न सक्छ। यसबारेमा आफ्नो डाक्टरसँग सम्पर्क गर्नुहोस्।

थप जानकारीका लागि [www.vaccines.gov](http://www.vaccines.gov)मा लग-अन गर्नुहोस्।

मेरो डाक्टरको नाम:

मेरो डाक्टरको फोन नम्बर:

# स्वस्थ रहनका लागि खोप लगाउनुहोस्

जाँचका लागि डाक्टरसँग सम्पर्क गर्नुहोस् र दकार परेमा नयाँ खोप लगाउनुहोस्

तल चिन्हित गरिएका खोपहरु जरुरी छन: \_\_\_\_\_

(नाम)

(उमेर)

तपाईंले फेरी आउनुपर्ने अर्को तारिख: \_\_\_\_\_

(तारिख)

(समय)

(बिहान/दिउँसो)

(जन्म-तिथि)

यसलाई के भनिन्छ?	यसको दकार कसलाई पर्छ?			सूईले कुन रोगको रोक-थाममा मद्दत गर्छ?	रोगले के गराउँछ?
	बच्चाहरुलाई मात्रै	बच्चा र वयष्कलाई	वयष्कलाई मात्रै		
<input type="checkbox"/> DTaP or Td/ Tdap		X		डिप्थेरिया टिटेनस पेटसिस	ज्वरो, घाँटी सुन्निने, कमजोर भएको महसुस गर्ने; यसले मुटु र स्नायुलाई चोट पार्न सक्छ ज्वरो, घाँटी दुखेको, खानेकुरा निल्न गाह्रो भएको; यसले श्वास फेर्न गाह्रो बनाउन सक्छ गम्भीर खोकी, सिँगान बगिरहने नाक, शिशुको श्वासप्रश्वासमा रोक्रे; यसले फोकसो संक्रमणतिर लैजान सक्छ
<input type="checkbox"/> Flu		X		फ्लू	ज्वरो, घाँटी सुन्निने, खोकी, मांसपेशी दुख्ने; यसले फोकसोको संक्रमणतिर लैजान सक्छ
<input type="checkbox"/> HepA		X		हेपेटाईटिस ए	थाकेको महसुस गर्ने, आँखा र छाला पहेलो हुने; यसले कलेजो, मृगौला र रक्तसम्बन्धी रोगहरुतिर लैजान सक्छ
<input type="checkbox"/> HepB		X		हेपेटाईटिस बी	कमजोर महसुस गर्ने, पहेलो आँखा र छाला हुने; यसले कलेजोलाई नष्ट पार्न सक्छ
<input type="checkbox"/> Hib		X		हेमेफिलस इन्फ्ल्यूएन्जा बी	फोकसो र मस्तिष्क र मेरुदण्ड वरिपरिको लाइनिङको संक्रमणतिर लैजान सक्छ
<input type="checkbox"/> HPV		X		Human papillomavirus (ह्युम्यान प्यापिलोमाभाइरस)	जननेन्द्रियमा फोका; यसले विभिन्न प्रकारका क्यान्सरतिर लैजान सक्छ
<input type="checkbox"/> IPV	X			पोलियो	घाँटी सुन्निने, ज्वरो र टाउको दुख्ने; यसले शरीर चलाउन नसक्ने अवस्थामा शरीरलाई लैजान सक्छ
<input type="checkbox"/> MenACWY or MenB		X		Meningococcal disease (मेनिङ्गोकोकल रोग)	अचानक ज्वरो र घाँटी दुखेको; यसले मस्तिष्क र मेरुदण्ड वरिपरिको लाइनिङको संक्रमणतिर लैजान सक्छ
<input type="checkbox"/> MMR		X		दादूरा	ज्वरो, फोका, सिँगान बगिरहने नाक, कफ र गुलाबी आँखा; यसले फोकसोको संक्रमणतिर लैजान सक्छ।
				अंतकोप	ज्वरो, टाउको दुखाइ र स्यालिभा बनाउने ग्रन्थी सुन्निने; यसले मस्तिष्क र स्पाइनल कर्ड वरिपरिको लाइनिङको संक्रमणतिर लैजान सक्छ
				रुबेला	ज्वरो, गाँठा सुन्निने र खटिरा
<input type="checkbox"/> PCV13 or PPSV23		X		Pneumococcal disease (निमोकोकल रोग)	फोकसोको संक्रमण; रक्त संक्रमणतिर लैजान सक्ने
<input type="checkbox"/> RV1 or RV5		X		रोटाभाइरस	ज्वरो, पखाला लाग्ने र बान्ता हुने
<input type="checkbox"/> Varicella	X			ठेउला	ज्वरो र चिलाउने फोकाहरु
<input type="checkbox"/> Zoster			X	चर्मरोग	खटिरा निस्कने, दुख्ने

\* 0 देखि 18

आफू र आफ्ना प्रियजनहरुलाई स्वस्थ राख्नुहोस्। खोप लगाउनुहोस्