

खोपको पूरै मात्रा लगाएका व्यक्तहिरूका लाग्निरिदेशकि



तपाईंले कोभडि -१९ को अन्तमि मात्रा लगाएको २ हप्ता पछि खोपको पूरण मात्रा लगाएको भिन्नि छ।

दुई-मात्रा खोपहरू: दोस्रो मात्राको दुई हप्तापछि (तपाईंलाई पुरै सुरक्षित हुन दुवै मात्रा लगाउनुपर्छ)।
एक-मात्रा खोप: सुई लगाएको दुई हप्तापछि (तपाईंलाई पुरै सुरक्षित हुन एक सुई लगाउनुपर्छ)

अझा धेरै मानसिले खोप नलगाउन्जेल अरूलाई सुरक्षिति राख्न, तपाईंले अझै पनि सावधानी अपनाउनु पर्ने अवस्था आउन सक्छ।

तपाईंले खोपको पूरा मात्रा लगाउनु भइसकेपछि:



तपाईं कसैलाई पनि बिरिमी बनाउन सक्छु किभिन्ने चनिता नगरीकन बन्द स्थानहरूमा जान सक्नुहुन्छ र खोप लगाएका अन्य व्यक्तहिरूसँग नकिट सम्पर्कमा रहन सक्नुहुन्छ।



तपाईं कम जोखिमि भएका र खोप नलगाएका व्यक्तहिरूकोमा मास्क लगाईकन र भौतिकी दूरी कायम नगरीकन जान सक्नुहुन्छ।



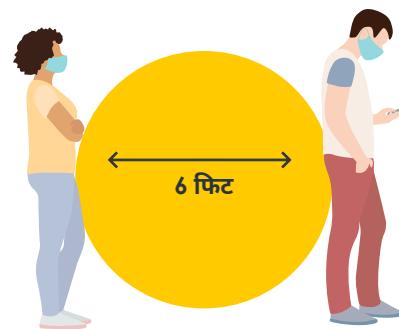
तपाईं क्वारेन्टाइनमा बस्नुपर्दैन वा कोभडि-१९ सङ्क्रमिति अन्य व्यक्तसँग सम्पर्कमा आउँदा परीक्षण गराउनुपर्दैन, यद्यतिपाईंमा सम्पर्क पश्चात लक्षण देखाएिको छैन भने (जुन एकदमै दुर्लभ हुन्छ)।



अरू धेरै मानसिहरूले खोप नलगाऊन्जेल अन्य व्यक्तिलाई सुरक्षति राख्नः



खोप नलगाएका व्यक्तिहरू र बमिरीको उच्च जोखमि भएका व्यक्तिहरू वा जीवनको उच्च जोखमि भएका व्यक्तिहरूको नजिकि जाँदा मास्क लगाउनुहोस् र भौतकि दूरी कायम गर्नुहोस्।



धेरै मानसिहरूले खोप लगाउने मौका नपाऊन्जेल सार्वजनिक स्थलमा मास्क लगाउनुहोस् र भौतकि दूरी कायम गर्नुहोस्।



दूला भीड र भेलाहरूमा नजानुहोस्। यदतिपाईं धेरै मानसिहरूको बचिमा हुनुहुन्छ भने सम्भव भएसम्म मास्क लगाउनुहोस् र भौतकि दूरी कायम गर्नुहोस्।



कोभडि -१९ को खोपहरू जटिल बरिमी, अस्पताल भर्ना र मृत्यु रोकथाम गर्न प्रभावकारी छन्। बरिलै, तपाईंमा कोभडि-१९ का लक्षणहरू देखा परेमा, तपाईंले परकिशण गराउनुपर्नेछ।



तपाईंलाई व्यवसाय र कार्यालयहरूले अनुरोध गरेका सावधानीहरू पालना गर्नुहोस्। उनीहरूकोमा खोप नलगाएका वा गम्भीर बमिरीको उच्च जोखमि भएका क्रमचारी वा ग्राहकहरू हुन सक्छन्।



तपाईं यत्रा गरिहनुभएको छ भने, तपाईं जाने ठाउँको कुनै पनि प्रावधानहरूको पालना गर्नुहोस्।

CDC को मार्स्यानस्ट्रिडेशनबाट परमितूजन गरी साभार गरिएको। <https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/fully-vaccinated.html>

