COVID-19 विरुद्धको खोपका बारेमा अभिभावकहरूले थाहा पाउनुपर्ने 7 कुराहरू

The Vaccine Real Talk

1. बालबालिकालाई खोप लगाउन आवश्यक छ ।

खोप लगाउँदा हुनसक्ने सम्भावित जोखिमभन्दा पनि COVID-19 धेरै नै खतरनाक छ । COVID-19 को सङ्क्रमणले बालबालिकालाई दीर्घकालीन रूपमा कसरी असर गर्छ भन्ने हामीलाई अझै थाहा छैन । बालबालिकामा COVID बाट सङ्क्रमित भएपछि धेरै हप्तासम्म उनीहरूको दैनिक जीवनमा असर गर्ने "दीर्घकालीन COVID" लक्षणहरू रिपोर्ट गरिएको छ[1] । COVID-19 अहिले अमेरिकाका बालबालिकाको मृत्यु हुने शीर्ष 10 कारणहरूमध्ये एक भएको छ र अस्पतालमा भर्ना भएका 1/3 किशोरकिशोरीहरूलाई सघन उपचारको आवश्यकता परेको थियो[2] । COVID-19 को कारणले अस्पताल भर्ना भएका लगभग 30% बालबालिकाको कुनै पनि अन्तर्निहित चिकित्सकीय समस्या थिएन[3] ।

2. खोप हतारमा निकालिएको थिएन ।

वैज्ञानिकहरूले यस प्रविधिमा एक दशकभन्दा बढी समयदेखि काम गर्दै आएका छन् । COVID-19 विरुद्धका खोपहरू विकास गर्ने क्रममा पूरा गर्नुपर्ने अतिरिक्त प्रशासनिक कार्यबाहेक सुरक्षाका कुनै पनि कदमहरू नजरअन्दाज गरिएका छैनन् र अन्य खोपहरूमा जस्तै समान चरणहरू पार गरेर यी खोपहरूका पनि क्लिनिकल परीक्षणहरू गरिएको थिए । क्लिनिकल परीक्षणहरू र वास्तविक संसारका अध्ययनहरूबाट प्राप्त तथ्याङ्कले खोपहरू सुरक्षित र प्रभावकारी रहेको देखाएका छन् । पर्याप्त सहभागीहरू फेला पार्न वर्षौं पर्खनुको सट्टा लाखौं मानिसहरू क्लिनिकल परीक्षणहरूका लागि अगाडि सरेको कारणले गर्दा वैज्ञानिकहरू खोपको छिट्टै अध्ययन गर्न सफल भएका थिए ।

3. हल्का वा मध्यम साइड इफेक्टहरू देखा पर्नु सामान्य कुरा हो ।

तपाईंको बच्चालाई खोप लगाएपछि ज्वरो आउनु, मांसपेशी दुख्नु, टाउको दुख्नु, थाकेको महसुस हुनु, वा सुई लगाएको ठाउँ वरिपरि रातो हुनु जस्ता हल्का वा मध्यम खालका लक्षणहरू देखिन सक्छन् । कुनै पनि खोप लगाएपछि यस्ता लक्षण देखिनु सामान्य कुरा हो र यी लक्षण देखिनुको अर्थ तपाईंको शरीरले रोग प्रतिरोधात्मक क्षमता विकास गर्न सुरु गरेको छ र रोगसँग लड्न सिकिरहेको छ भन्ने हुन्छ । गम्भीर साइड इफेक्ट र एलर्जीजन्य प्रतिक्रिया कमै देखिन्छन् । तपाईंले खोप लगाउँदा गम्भीर साइड इफेक्ट हुने सम्भावना जति हुन्छ तपाईंलाई तपाईंको ज्यान लिन सक्ने गरी COVID-19 को गम्भीर सङ्क्रमण हुने सम्भावना त्योभन्दा एकदमै बढी हुन्छ ।

4. बाँझोपना वा गर्भपात हुने जस्ता दीर्घकालीन साइड इफेक्टहरू देखिने सम्भावना छैन ।

यदि तपाईंले सबै खोपहरूको इतिहास हेर्नुभयो भने खोपबाट हुने प्रायः सबै दीर्घकालीन साइड इफेक्टहरू खोप लगाएको 6 हप्ताभित्र देखिन्छ । त्यसैले FDA ले कुनै खोपको क्लिनिकल परीक्षण पूरा भएको कम्तीमा 60 दिन पूरा भएपछि मात्र आपत्कालीन प्रयोगका लागि अनुमति (EUA) दिन्छ ।

हजारौँ महिलाहरूले गर्भवती भएका बेला यी खोप लगाएका छन् वा खोप लगाइसकेपछि गर्भवती भएका छन् । तथ्याङ्क[4] अनुसार COVID-19 विरुद्धका खोप लगाएका कारण बाँझोपना वा गर्भपात भएको नपाइएको साथै गर्भावस्थाका बेला वा सुत्केरी हुँदा आमा वा बच्चा दुवैमा कुनै जटिलता देखिएको छैन । तर हामीले धेरै गर्भवती महिलाहरूलाई COVID-19 को सङ्क्रमण भएको र भाइरसको गम्भीर जटिलताबाट पीडित भएको देखेका छौँ[5] ।

1 https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC7927578/
2 https://www.cdc.gov/mmwr/volumes/70/wr/mm7023e1.htm?s_cid=mm7023e1_w%20[cdc.gov]
3 https://yourlocalepidemiologist.substack.com/p/pediatric-vaccines-top-8-parental
4 https://www.acog.org/news/news-releases/2021/07/acog-smfm-recommend-covid-19-vaccination-for-pregnant-individuals
5 https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/recommendations/pregnancy.html

5. खोप एकदमै प्रभावकारी छ ।

क्लिनिकल परीक्षणले COVID-19 विरुद्धको खोप 5 देखि 15 वर्षका बालबालिकालाई भाइरसले हमला गर्नबाट जोगाउन 90-100% प्रभावकारी रहेको देखाएको छ[6] । क्लिनिकल परीक्षणहरूमा कुनै पनि बालबालिका COVID-19 बाट गम्भीर बिरामी भएनन् । खोपले भाइरसका विभिन्न भेरियन्टहरूका विरूद्धमा काम गर्छ, एक जनाबाट अरू मानिसहरूमा सङ्क्रमण फैलन दिँदैन[7] र COVID-19 का दीर्घकालीन प्रभावहरूबाट पीडित व्यक्तिहरूको स्वास्थ्य अवस्था[8] मा सुधार गर्न सक्छ । खोप लगाएका धेरै कम मानिसहरूमा मात्र परीक्षण गर्दा पोजिटिभ रिपोर्ट आउँछ । तर ती मानिसहरूमा पनि हल्का बिमारी मात्र देखिन्छ र छोटो समयमै निको हुन्छ[9]।

6. तपाईंको बच्चालाई विगतमा COVID-19 को सङ्क्रमण भइसकेको छ भने पनि उनले खोप लगाउनुपर्छ ।

तपाईंको बच्चालाई विगतमा सङ्क्रमण हुँदा गम्भीर बिमारी देखिएको नभए पनि उनले खोप लगाउनुपर्छ । अध्ययनहरूले[10] प्राकृतिक रोग प्रतिरोधक क्षमता (रोग लागेपछि स्वत: विकास हुने रोग प्रतिरोधक क्षमता) को तुलनामा खोपले अझ लामो समयसम्म रोग प्रतिरोधक क्षमता प्रदान गर्छ र भाइरसका विभिन्न भेरियन्टहरू विरुद्ध सुरक्षा दिन्छ भन्ने देखाएका छन् । तपाईंको बच्चाले खोप लगाएको खण्डमा खोपले उनलाई फेरि भाइरसको सङ्क्रमण हुनबाट सुरक्षित राख्न सक्छ ।

7. COVID-19 विरुद्धका mRNA खोपहरूले तपाईंको DNA परिवर्तन गर्दैनन् ।

mRNA खोपहरूले **निम्न कुराहरू गर्न** सक्दैनन्[11]:

- mRNA ले तपाईंको DNA लाई परिवर्तन गर्न वा फेर्न सक्दैन
- तपाईंको DNA भएको कोषहरूको भाग (जसलाई न्युक्लियस भनिन्छ) सम्म पनि mRNA पुग्न सक्दैन
- mRNA आफैं परिवर्तन भएर DNA बन्न सक्दैन

mRNA कमजोर हुन्छ र तपाईंको शरीरमा एकदमै चाँडै टुक्रिन्छ । खोपमा भएका तत्वहरू तपाईंको शरीरमा रहँदैनन् र तिनमा तपाईंको शरीरमा रहन सक्ने र जीवनमा पछि समस्याहरू निम्त्याउन सक्ने भाइरसको कुनै जीवित, कमजोर गराइएका वा असङ्क्रामक भागहरू रहँदैनन्[12] ।

6 https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/recommendations/children-teens.html
7 https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/science/science-briefs/fully-vaccinated-people.html
8 https://www.yalemedicine.org/news/vaccines-long-covid
9 https://www.cdc.gov/media/releases/2021/p0607-mrna-reduce-risks.html
10 https://yourlocalepidemiologist.substack.com/p/vaccine-for-5-11-year-olds-acip-cliff
11 https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/different-vaccines/mrna.html
12 https://yourlocalepidemiologist.substack.com/p/pediatric-vaccines-top-8-parental