

विषय: COVID-19 को बूस्टर खोप अब उपलब्ध

यस सन्देशमा समेटिएको छ:

- COVID-19 को बूस्टर खोप अब उपलब्ध
- फलको खोप
- कसरी सूचित रहने

विद्यार्थी, संकाय र कर्मचारीहरू,

COVID-19 को बूस्टर खोपहरू

University Health Services (UHS) ले अहिले COVID-19 को बूस्टर खोप, अथवा तेस्रो डोज, विद्यार्थी र कर्मचारीहरूलाई प्रदान गर्दैछ। खोप लगाउने समय बनाउनको लागि MyUHS वा [वेबसाईट](#) चलाउनुहोला। तपाईंले क्याम्पस बाहिरका स्वास्थ्य सेवा प्रदायक र स्थानीय फार्मसीमा पनि खोप लगाउने समय बनाउन सक्नुहुन्छ। थप जानकारीका लागि [vaccines.gov](https://www.vaccines.gov) वेबसाईट हेर्नुहोला।

धेरै सोधिएका प्रश्नहरू (FAQs)

बूस्टर खोप कसले लगाउनु पर्दछ ?

[Centers for Disease Control and Prevention](#) र [Wisconsin Department of Health Services](#) **कमसेकम छ महिना अघि Pfizer** को COVID-19 को दुईवटा डोजको खोपहरू लगाएका तल दिइएका व्यक्तिहरूलाई बूस्टर खोप लगाउन सिफारिश गर्दछन्:

- ६५ वर्ष र माथिका व्यक्तिहरू
- १८ वर्ष र माथिका सबै जो दीर्घकालीन स्याहार परिसरमा छन्
- क्यान्सर र मधुमेह (*diabetes*) जस्ता [विशेष स्वास्थ्य अवस्था](#) भएका ५० र ६४ वर्ष भित्रका व्यक्तिहरू

बूस्टर खोप कसले लगाउन सक्दछन् ?

CDC र DHS भन्दछन् कि **कमसेकम छ महिना अघि Pfizer** को COVID-19 को दुईवटा डोजको खोपहरू लगाएका तल दिइएका व्यक्तिहरूले यदि बूस्टर खोप लगाएमा आफ्नो र आफू वरपर रहेकाहरूको स्वास्थ्यको सुरक्षा हुने कुरा तय गरेमा Pfizer को बूस्टर खोप लगाउन सक्दछन् (फाइदा र जोखिमहरूको छलफलको लागि स्वास्थ्य सेवा प्रदायकसँग परामर्श लिनुपर्दछ):

- माथि दिएका स्वास्थ्य अवस्था भएका १८ र ४९ वर्ष भित्रका सबैजना
- १८ र ६४ वर्ष भित्रका व्यक्तिहरू जसलाई कार्यस्थलमा COVID-19 एक्सपोजरको उच्च जोखिम छ – कार्यस्थलमा उच्च जोखिम भएका पहिचान गरिएको पेशाहरूको लागि [DHS को थप जानकारी हेर्नुहोला](#)

मेरो काम **CDC** वा **DHS** को उच्च जोखिममा रहेको मध्यको पहिचान गरिएको सूचीमा छैन, तर मलाई आफू **COVID-19** एक्सपोजरको उच्च जोखिममा रहेको महसुस हुन्छ । के मैले बूस्टर खोप लगाउन सक्दछु ? सक्नुहुन्छ, कमसेकम छ महिना अघि **Pfizer** को दुईवटा डोजको खोपहरू लगाएको, व्यक्तिगत रूपमा बूस्टर खोप लगाएमा आफ्नो र आफू वरपर रहेकाहरूको स्वास्थ्यको कामको एक्सपोजर जोखिमबाट सुरक्षा हुने कुरा तय गरेको र आफ्नो काम **CDC** वा **DHS** को वेबसाईटको सूचीमा नरहेको १८ र ६४ वर्ष भित्रका व्यक्तिहरूले बूस्टर खोप लगाउन सक्दछन् । तपाईंले आफ्नो स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई सम्पर्क गर्न सक्नुहुन्छ ।

के मैले Moderna वा Johnson and Johnson को खोप लगाएको थिएँ भने ?

अहिले, **Moderna** वा **Johnson and Johnson** खोप लगाएकाहरूका लागि बूस्टर खोप लगाउने कुनै सिफारिश छैन । हामी मार्गदर्शनको निगरानी गर्न जारी राखेर तपाईंलाई सूचित गर्नेछौं ।

कमजोर प्रतिरक्षा प्रणाली भएका व्यक्तिहरूका लागि सिफारिश के छ ?

CDC ले पहिले मध्यम वा गम्भीर रूपमा कमजोर प्रतिरक्षा प्रणाली भएका र पहिलो खोपको डोजहरूबाट पर्याप्त सुरक्षा नपाएका व्यक्तिहरूलाई **Moderna** वा **Pfizer** को थप (तेस्रो) खोप स्वीकृत गरेको थियो । थप जानकारीको लागि स्वास्थ्य सेवा प्रदायकसँग परामर्श लिनुहोला । **UHS** ले अहिले यी थप खोपको डोजहरू योग्य विद्यार्थी र कर्मचारीहरूलाई प्रदान गर्दैछ – खोप लगाउने समय बनाउनुहोस् ।

के मलाई पूरा रूपमा खोप लगाएको मानिन र क्याम्पसको हतै पिच्छेको COVID-19 परीक्षणबाट मैले छूट पाउन मैले बूस्टर खोप लगाउनु पर्दछ ?

पर्दैन, यस समयमा बूस्टर खोपको आवश्यकता छैन ।

खोप लगाउनु किन महत्त्वपूर्ण छ ?

हाम्रा ९२ प्रतिशत भन्दा बढी विद्यार्थी र ९३ प्रतिशत भन्दा बढी कर्मचारीहरूले COVID-19 विरुद्धको खोप लगाउन रोज्नुभएको छ । यस चयनले हाम्रो समुदायलाई जोगाउन सहयोग गर्दैछ ।

झन धेरै सङ्क्रमण हुने डेल्टा प्रजातिको कारण क्याम्पस र डेन काउन्टीमा हामीले खोप लगाएकाहरूमा पनि केसहरू (*breakthrough cases*) देखिएतापनि, **Public Health Madison and Dane County** को हालसालैको डाटाले खोप नलगाएका व्यक्तिहरूमा खोप लगाएका व्यक्तिहरू भन्दा ३.३ गुणा बढीको दरमा **COVID-19** लाग्ने देखाएको छ ।

यदि तपाईंले पूरा रूपमा खोप लगाउनुभएको छैन भने, आजै निःशुल्क **COVID-19** को खोप लगाउने समय बनाउनुहोला । थप जानकारी पाउनुहोस्

फलूको खोप

शरद ऋतुलाई प्रायजसो खोकी, सिँगान बग्ने र घाँटी दुख्ने जस्ता श्वासप्रश्वास सम्बन्धीका लक्षणहरू बनाउने भाइरसहरूको सङ्क्रमण हुने ऋतुको रूपमा मानिन्छ । यी भाइरसहरूमा इन्फ्लूएन्जा र अन्य सामान्य किटाणुहरू समावेश छन् जसका लक्षणहरू **COVID-19** को जस्तै हुन सक्दछन् । त्यसैले तपाईंको वार्षिक फलूको खोप लगाउन, परीक्षण गर्न र लक्षणहरू देखिएमा घरे बस्न एकदमै महत्त्वपूर्ण छ ।

तपाईंले क्याम्पसमा निःशुल्क तपाईंको फलूको खोप लगाउन सक्नुहुन्छ (कर्मचारीहरूले, उपलब्ध भएमा, बीमाको प्रमाण लिएर आउनुपर्दछ) । थप जानकारी पाउनुहोस्

कसरी सूचित रहने

- नियमित रूपमा अपडेट गरिने COVID-19 प्रतिक्रिया वेबसाईट र FAQs हेर्नुहोला ।
- क्याम्पसको COVID-19 dashboard हेर्नुहोला ।
- भविष्यमा यस्तै ईमेलहरूको अपेक्षा गर्नुहोला ।
- तपाईंलाई चाहिने जानकारी भेट्नु भएन ? covidresponse@vc.wisc.edu मा ईमेल वा (608) 262-7777 मा फोन गर्नुहोला ।