भ्रम बनाम तथ्य

COVID-19 को खोप

भ्रम: COVID-19 का खोपहरू सुरक्षित हुँदैनन्।

तथ्य: COVID-19 का खोपहरू सुरक्षित र प्रभावकारी हुन्छन्।

संयुक्त राज्य अमेरिकाको सुरक्षित खोप विकास तथा अनुमोदन प्रक्रिया को पहिलो प्राथमिकता भनेको सुरक्षा नै हो। COVID-19 का खोपहरूको विकास प्रक्रियामा ओहायोवासीहरूलाई दशकौंदेखि सफलतापूर्वक सुरक्षित राख्दै आएका फ्लु वा दादुरा जस्ता अन्य रोगहरूका लागि विकास गरिने खोपहरूका तुलनामा धेरैवटा चरणहरू समावेश गरिएका छन्। अमेरिकी खाद्य तथा औषधि प्रशासन (U.S.Food and Drug Administration, FDA) का साथसाथै स्वतन्त्र चिकित्सा विज्ञहरूले COVID-19 का खोपहरूसँग सम्बन्धित हरेक विवरणलाई विस्तृत तथा गहन ढङ्गले मूल्याङ्कन गरिएको छ भन्ने कुरा सुनिश्चित गरेका छन्। प्रमाणबाट पनि COVID-19 का खोपहरू सुरक्षित हुनुका साथै COVID-19 बाट बचाउन सक्षम छन् भन्ने कुरा पुष्टि हुन्छ। आपत्कालीन अवस्थामा प्रयोग गर्ने अनुमतिका लागि FDA मा आवेदन दिने पहिला दुईवटा खोपहरू छुट्टाछुट्टै दुईवटा अध्ययनमा कुल 70,000 मानिस सहभागी रहेको चरण 3 को क्लिनिकल परीक्षणहरूमा Pfizer-BioNTech खोप 95% प्रभावकारी र Moderna खोप 94% प्रभावकारी देखिएको थियो। COVID-19 का खोपहरू हालसालै विकसित गरिए भएतापनि Pfizer-BioNTech र Moderna ले यी खोपहरू तयार पार्न प्रयोग गरेको mRNA खोपहरूमा प्रयोग हुने प्रविधिबारे भने दशकौंदेखि अध्ययन गरिँदै आएको छ।

मिथ्या: COVID-19 का खोपहरू हतार-हतारमा अत्यन्तै द्रुत गतिमा तयार गरिएका हुन्।

तथ्य: COVID-19 को खोपको विकास तथा क्लिनिकल परीक्षण विस्तृत रूपमा गरिएको छ र यी प्रक्रियाहरूलाई सरल रूपमा अगाडि बढाउन गरिएको रणनीतिक वैज्ञानिक प्रयासका कारण यी खोपहरू अझ प्रभावकारी रूपमा तयार पार्न सकिएको हो।

खोप विकास गर्ने प्रक्रियामा कुनै पनि छोटो बाटो अपनाइएको छैन। खोपको विकाससँगसँगै परीक्षणका चरणहरू सञ्चालन गर्न गरिएका रणनीतिक प्रयासहरूका साथसाथै कार्यतालिका छोट्याउन तथा विभिन्न कागजात तयार गरी समीक्षाका लागि महिनौंसम्म कुर्नुपर्ने समय घटाउन वा कुर्नु नै नपर्ने गरी मद्दत गर्न सरोकारवालाहरूले देखाएको प्रतिबद्धताका कारण खोप विकास गर्ने प्रक्रिया अझ द्रुत गतिमा अघि बढेको छ। यसका साथसाथै, खोप विकास गर्ने प्रक्रियाका दौरान AstraZeneca, BioNTech, GlaxoSmithKline, Johnson & Johnson, Merck, Moderna, Novavax, Pfizer र Sanofi का प्रमुख कार्यकारी अधिकृत (CEO) हरूले संयुक्त रूपमा COVID-19 को खोप विकासका लागि चाहिने सम्भावित नियामक कागजातहरू पेस गर्दै गर्दा तथा अनुमति लिँदै गर्दा वैज्ञानिक प्रक्रियाको निष्ठा कायम राख्ने प्रतिबद्धता जनाएर विश्वसामु ऐतिहासिक प्रतिज्ञा गरेका छन्। FDA सँग आपत्कालीन प्रयोगका लागि अनुमति माग्नका लागि आवेदन दिने सुरुका दुईवटा खोपहरू (Pfizer-BioNTech र Moderna) ले प्रयोग गरेको मेसेन्जर RNA (mRNA) नयाँ भएतापनि त्यसका बारेमा थाहै नभएको होइन। अनुसन्धानकर्ताहरूले दशकौंदेखि mRNA को अध्ययन गर्दै आइरहेका छन् र इन्फ्लुएन्जा, जिका, रेबिज र साइटोमेगालोभाइरस (CMV) को खोपको प्रारम्भिक चरणका क्लिनिकल परीक्षणहरू mRNA खोपहरू प्रयोग गरेर गरिएका थिए। RNA

सम्बन्धी जीवविज्ञान र रसायन विज्ञानका साथसाथै वितरण प्रणालीहरूमा हालसम्म भएका प्राविधिक विकासहरूले गर्दा mRNA **प्रयोग गरेर विकास गरिने** COVID-19 **का खोपहरूलाई सुरक्षित र प्रभावकारी खोप बनाउनमा मद्दत पुगेको छ।**

मिथ्या: COVID-19 को खोप प्रत्येक ओहायोवासीले अनिवार्य रूपमा लगाउनु पर्नेछ।

तथ्य: ओहायो राज्यले COVID-19 को खोप लगाउनै पर्ने बाध्यकारी नियम लागू गर्ने छैन।

ओहायो राज्यले प्रत्येक व्यक्तिले COVID-19 को खोप लगाउनै पर्ने भनेर अनिवार्य गराउने छैन। यो खोपको आपूर्ति बढेसँगै खोप लगाउन रोज्ने सबै ओहायोवासीहरूका लागि खोप उपलब्ध हुनेछ।

मिथ्या: तपाईंले COVID-19 को खोप लगाउनुभयो भने तपाईंलाई COVID-19 हुन्छ।

तथ्य: COVID-19 को खोप लगाउँदा तपाईंलाई COVID-19 रोग लाग्ने छैन।

संयुक्त राज्य अमेरिकामा हाल विकास भइरहेको COVID-19 को कुनै पनि खोपले COVID-19 रोग लगाउन सक्ने जीवित भाइरस प्रयोग गरिरहेका छैनन्। Pfizer-BioNTech र Moderna का खोपहरू मेसेन्जर राइबोन्युक्लिइक एसिड वा mRNA खोपहरू हुन्। (थप स्पष्टीकरणका लागि तल हेर्नुहोस्।) COVID-19 का खोपहरूको उद्देश्य भनेको हाम्रो प्रतिरक्षा प्रणालीलाई COVID-19 को भाइरसलाई कसरी चिन्ने र त्यससँग कसरी लड्ने भन्ने कुरा सिकाउनु हो। कहिलेकाहीँ यो प्रक्रियाले गर्दा थकान महसुस हुने, टाउको दुख्ने, खोप लगाएको ठाउँमा दुख्ने वा रातो हुने र मांशपेशी वा जोर्नीहरू दुख्ने जस्ता दुष्प्रभावहरू (साइड इफेक्ट) देखिन सक्छन्। यी लक्षणहरू सामान्य हुन् र यिनीहरूले हाम्रो शरीरले भाइरविरुद्ध प्रतिरक्षा क्षमता विकास गरिरहेको छ भन्ने जनाउँछन्। सामान्यतया खोप लगाएको केही हप्तापछि शरीरले भाइरस विरुद्धको प्रतिरक्षा क्षमताको विकास गर्छ र केही खोपहरूलाई दुईपटक लगाउनुपर्ने हुन्छ। यसको अर्थ कुनै व्यक्ति खोप लगाउनुभन्दा ठिक अघि र पछि COVID-19 को भाइरसबाट सङ्क्रमित हुन र बिरामी पर्न सक्छन्/सक्छिन् किनभने खोपले भाइरसविरुद्ध सुरक्षा प्रदान गर्न केही समय लिने गर्दछ। COVID-19 का खोपहरूले काम गर्ने तरिकाबारे थप जान्नुहोस्।

मिथ्या: mRNA प्रयोग गर्ने खोपहरूले मेरो DNA वा आनुवंशिक रचनालाई परिवर्तन गर्छन्।

तथ्य: mRNA खोप लगाउँदा त्यसले तपाईंको DNA मा कुनै किसिमको परिवर्तन गर्दैन।

मेसेन्जर राइबोन्युक्लिइक एसिड वा mRNA ले व्यक्तिको आनुवंशिक रचना (DNA) लाई परिवर्तन गर्न सक्दैन। COVID-19 को खोपमा रहेको mRNA तपाईंको DNA रहने ठाउँ अर्थात् कोषको न्युक्लियसमा कहिल्यै पनि प्रवेश नगर्ने भएकाले यसले तपाईंको DNA लाई कुनै पनि किसिमले असर गर्ने वा अन्तर्क्रिया गर्ने गर्दैन। सबैभन्दा सरल भाषामा भन्नुपर्दा COVID-19 का खोपहरूमा भएको mRNA लाई निर्देशनहरूको एउटा समूह भन्न सकिन्छ। यसले हाम्रो शरीरलाई हानिरहित "स्पाइक प्रोटिन" कसरी बनाउने भन्ने कुराको निर्देशन दिन्छ। यो निर्देशनले हाम्रो प्रतिरक्षा प्रणालीलाई यो प्रोटिन हाम्रो शरीरको होइन भनी चिन्न र सोहीअनुरूप प्रतिरक्षाको विकास गरी एन्टिबडी तयार गर्न मद्दत गर्छ। वास्तवमा mRNA प्रयोग गर्ने COVID-19 का खोपहरूले शरीरका प्राकृतिक सुरक्षा तन्त्रहरूसँग मिलेर सुरक्षित रूपमा भाइरस विरुद्धको प्रतिरक्षा विकास गरी कोषहरूलाई एन्टिबडी कसरी बनाउने भन्ने कुराको ब्लुप्रिन्ट (विस्तृत खाका) प्रदान गर्छ। COVID-19 का mRNA खोपहरूले काम गर्ने तरिकाबारे थप जान्नुहोस्।

मिथ्या: यदि म COVID-19 लागेर निको भइसकेको छु भने मैले COVID-19 को खोप लगाउनुपर्दैन।

तथ्य: COVID-19 लागेर निको भइसकेका मानिसहरू पनि खोपबाट लाभान्वित हुन सक्छन्।

COVID-19 लागेर निको भइसकेपछि कुनै व्यक्ति कहिलेसम्म यो भाइरसबाट सुरक्षित रहन्छ भन्ने कुरा विज्ञहरूले हालसम्म पत्ता लगाउन सकेका छैनन्। COVID-19 बाट स्वास्थ्यमा गम्भीर समस्याहरू हुन सक्ने जोखिम भएकाले र एकपटक लागिसकेपछि फेरि COVID-19 बाट सङ्क्रमित भइने सम्भावना रहेकाले COVID-19 लागेर निको भइसकेका मानिसहरूलाई पनि COVID-19 को खोप लगाउन सुझाव दिन सकिन्छ। रोगबाट सङ्क्रमित भइसकेपछि प्राप्त हुने प्रतिरक्षा क्षमता (जसलाई प्राकृतिक प्रतिरक्षा क्षमता भनिन्छ) व्यक्तिपिच्छे फरक-फरक हुन्छ। COVID-19 का सन्दर्भमा विज्ञहरू प्राकृतिक प्रतिरक्षा क्षमता र खोपले प्रदान गर्ने प्रतिरक्षा क्षमता

दुवैका बारेमा थप जान्ने प्रयास गरिरहेका छन् र रोग नियन्त्रण तथा रोकथाम केन्द्र (Centers for Disease Control and Prevention, CDC) ले नयाँ प्रमाण उपलब्ध भएपछि यस बारेमा आम जनतालाई जानकारी गराउनेछ।

मिथ्या: COVID-19 खासै गम्भीर समस्या होइन, त्यसैले मैले खोप लगाइराखु पर्दैन।

तथ्य: COVID-19 का लक्षणहरूको गम्भीरता विभिन्न मान्छेहरूमा एकदमै फरक-फरक पाइएको छ र खोप लगाउँदा COVID-19 को सङ्क्रमणबाट बच्न सकिन्छ।

COVID-19 भएका कयौं मानिसहरूमा सामान्य समस्या देखिएतापनि केही मानिसहरूमा गम्भीर समस्या देखिने वा केहीको मृत्युसमेत हुने गरेको छ। तपाईं गम्भीर समस्याहरू हुने उच्च जोखिममा नभएतापनि COVID-19 लागेपछि तपाईंमा कस्तो असर देखिनेछ भन्ने कुरा थाहा पाउने कुनै तरिका छैन। साथै, यदि तपाईंलाई COVID-19 को सङ्क्रमण भयो भने तपाईंले आफू वरपर रहेका आफ्ना साथीभाइ, आफन्त र अन्य मानिसहरूमा यो रोग सार्ने सम्भावना पनि उत्तिकै रहन्छ। तपाईंले COVID-19 को खोप लगाउनुभयो भने यसले तपाईंको शरीर रोगी नभइकन एन्टिबडी तयार गर्न सक्षम बनाएर तपाईंको सुरक्षा गर्छ। COVID-19 का खोपहरूले काम गर्ने तरिकाबारे थप जान्नुहोस्।

मिथ्या: यदि तपाईंले COVID-19 को खोप लगाउनुभयो भने तपाईंले भाइरल परीक्षण गराउँदा तपाईंमा COVID-19 पोजेटिभ देखिनेछ।

तथ्य: यदि तपाईंले COVID-19 को खोप लगाउनुभयो भने तपाईंले भाइरल परीक्षण गराउँदा तपाईंमा COVID-19 पोजेटिभ देखिने छैन।

तपाईंले हाल संयुक्त राज्य अमेरिकामा क्लिनिकल परीक्षणको चरणहरूमा रहेका खोपहरू लगाउँदा तपाईंले हाल आफूमा सङ्क्रमण भए-नभएको पत्ता लगाउने भाइरल परीक्षण गराउँदा तपाईंमा COVID-19 पोजेटिभ देखिने छैन। तपाईंले खोप लगाइसकेपछि तपाईंको शरीरले प्रतिरक्षा क्षमताको विकास गरेको खण्डमा केही एन्टिबडी परीक्षणहरू गराउँदा तपाईंको नतिजा पोजेटिभ आउने सम्भावना भने रहन्छ। एन्टिबडी परीक्षण गराउँदा तपाईंमा पहिले सङ्क्रमण थियो र तपाईंमा भाइरसविरुद्ध केही हदसम्म प्रतिरक्षाको विकास भएको हुन सक्छ भन्ने कुरा देखाउँछ। विज्ञहरू हाल COVID-19 को खोपले एन्टिबडीको परीक्षणका नतिजाहरूमा कस्तो असर गर्छ भन्ने कुरा पत्ता लगाउने प्रयास गरिरहेका छन्।

मिथ्या: फ्लुको खोप जस्ता अन्य खोपहरूले पनि COVID-19 को सङ्क्रमणबाट जोगाउँछन्।

तथ्य: COVID-19 बाट जोगाउनकै लागि भनेर तयार गरिएका खोपहरूले मात्र तपाईंलाई COVID-19 बाट जोगाउनेछन्।

फ्लु, दादुरा लगायतका अन्य रोगका खोपहरूले तपाईंलाई COVID-19 बाट जोगाउँदैनन्। COVID-19 बाट जोगाउनकै लागि भनेर तयार गरिएका र FDA ले स्वीकृति प्रदान गरेका खोपहरूले मात्र तपाईंलाई यो रोगबाट जोगाउन सक्छन्। फ्लुको खोपले तपाईंलाई COVID-19 लाग्नबाट नजोगाए पनि तपाईंलाई COVID-19 सँगै इन्फ्लुएन्जा (फ्लु) लाग्न दिँदैन।

मिथ्या: सबैजनाका लागि खोपको मात्रा पर्याप्त हुने छैन।

तथ्य: खोपको उत्पादन बढ्दै गइरहेको हुनाले खोप लगाउन रोज्ने हरेक ओहायोवासीले COVID-19 बाट बच्न खोप लगाउन पाउनेछन्।

FDA ले संयुक्त राज्य अमेरिकामा पहिलोपटक COVID-19 को विशिष्ट खोप प्रयोग गर्न अनुमति दिएपछि प्रारम्भमा यो खोप सीमित मात्रामा मात्र उपलब्ध हुनेछ। ओहायो राज्य खोप ओहायोमा आइपुग्ने बित्तिकै खोप लगाउन रोज्ने सबै मानिसहरूका लागि सकेसम्म छिटो र व्यापक रूपमा खोप उपलब्ध गराउन प्रतिबद्ध छ। समयसँगै खोपको उत्पादन बढ्दै जाँदा तथा ठूलो मात्रामा उपलब्ध हुँदै जाँदा खोप लगाउन रोज्ने सबै ओहायोवासीहरूले खोप लगाउन पाउनेछन्।

मिथ्या: COVID-19 को खोपमार्फत मानिसहरूमा ट्र्याकिङ माइक्रोचिप्स प्रत्यारोपण गरिनेछ।

तथ्य: खोपको सुईमा कुनै पनि ट्र्याकिङ माइक्रोचिप्स हुँदैन।

COVID-19 को खोप दिने सुईसहित कुनै पनि खोपको सुई वा नसल स्प्रेमा कुनै पनि प्रकारले माइक्रोचिप्स, नानोचिप्स, RFID ट्र्याकर वा तपाईंको शरीरलाई ट्र्याक वा नियन्त्रण गर्ने डिभाइसहरू समावेश गरिएको हुँदैन। देशमा खोप आइपुगेपछि तथा खोप लगाउन थालिएपछि अधिकांश सिपमेन्ट वा डेलभरी ट्र्याक गरे झैं खोपका डोजहरूको सिपमेन्टको अनुगमन गरिनेछ। यद्यपि, यी खोपहरूमा ओहायोवासीहरूमा प्रत्यारोपण गरिने ट्र्याकिङ डिभाइसहरू समावेश गरिनेछ भन्ने कुरा हल्ला मात्रै हो।

मिथ्या: COVID-19 का खोपहरूले बाँझोपन वा अन्य गम्भीर स्वास्थ्य समस्याहरू निम्त्याउन सक्छ।

तथ्य: आपत्कालीन अवस्थामा प्रयोग गर्नका लागि आवेदन दिएका COVID-19 का खोपहरूमा सुरक्षासँग सम्बन्धित कुनै पनि गम्भीर समस्याहरू देखिएका छैनन्।

43,000 जनाभन्दा बढी मानिसमा गरिएको Pfizer-BioNTech **खोपको तेस्रो चरणको क्लिनिकल परीक्षण** र 30,000 जना मानिसमा गरिएको Moderna **खोपको तेस्रो चरणको क्लिनिकल परीक्षण**मा सुरक्षासम्बन्धी कुनै पनि गम्भीर समस्याहरू देखिएका थिएनन्। यी खोपहरूका एकदमै सामान्य दुष्प्रभावहरू (साइड इफेक्ट) भनेका थकान महसुस हुने, टाउको दुख्ने, खोप लगाएको ठाउँमा दुख्ने वा रातो हुने र मांशपेशी वा जोर्नीहरू दुख्ने आदि हुन्। असहज भएतापनि यस्ता दुष्प्रभावहरूले तपाईंको शरीरले COVID-19 का कारणले उत्पन्न हुने भाइरसविरुद्ध राम्रोसँग प्रतिरक्षा क्षमता विकास गरिरहेको छ भन्ने जनाउँछन्।

मिथ्या: खोप लगाउँदा अटिज्म हुन्छ।

तथ्य: खोप लगाउँदा अटिज्म हुँदैन।

समय-समयमा विश्वरभर यससम्बन्धी अध्ययनहरू लगातार भइरहेका छन् र ती अध्ययनहरूबाट अटिज्म र खोपहरूका बीचमा कुनै पनि सम्बन्ध रहेको पाइएको छैन।

मैले COVID-19 को खोपसम्बन्धी जानकारीका कुन-कुन स्रोतहरू सही छन् भन्ने कुरा कसरी थाहा पाउन सक्छु?

खोपसम्बन्धी जानकारीका कुन-कुन स्रोतहरूमा विश्वास गर्न सकिन्छ भन्ने कुरा थाहा पाउन गाह्रो छ। दुर्भाग्यवश, इन्टरनेटमा COVID-19 का खोपहरूसम्बन्धी खतरनाक गलत जानकारी राखिन सक्छन्। सबैभन्दा उत्तम विकल्प भनेको तपाईंले विश्वसनीय जानकारीमार्फत खोपका बारेमा आफैंलाई जानकार राख्नु हो। CDC ले खोपसम्बन्धी विश्वसनीय जानकारी फेला पार्ने तरिकाबारे https://www.cdc.gov/vaccines/vac-gen/evalwebs.htm मा प्रकाशित गरेको लेख पढेर थप जानकारी प्राप्त गर्नुहोस्।

स्रोत: रोग नियन्त्रण तथा रोकथाम केन्द्र (CDC), मेरिल्यान्ड मेडिकल सिस्टम युनिभर्सिटी।

2020 डिसेम्बर 9 मा तयार पारिएको

थप जानकारीका लागि coronavirus.ohio.gov मा जानुहोस्।

COVID-19 सँग सम्बन्धित प्रश्नहरूको जवाफ प्राप्त गर्न 1-833-4-ASK-ODH (1-833-427-5634) मा फोन गर्नुहोस्।

तपाईंको मानसिक स्वास्थ्य तपाईंको शारीरिक स्वास्थ्य जत्तिकै महत्त्वपूर्ण छ। तपाईं र तपाईंका कोही प्रियजन कोरोना भाइरसको महामारीका कारण कुनै चिन्तामा हुनुहुन्छ भने हामी तपाईंहरूलाई हप्तामा सातै दिन, 24 सै घण्टा मद्दत गर्न तयार छौं। COVID-19 CareLine को फोन नम्बर 1-800-720-9616 मा फोन गर्नुहोस्।