

तथ्यांक विवरणहरु राख्ने

तपाईंले आफ्नो बच्चाको खोपका विवरणहरु उसलाई बाल हेरचाह केन्द्र, प्रीस्कूल तथा विद्यालयमा भर्ना गर्दा उपलब्ध गराउनु पर्ने हुन्छ। अभिभावकहरुले आफ्नो बच्चाको ए.आई.आर. खोप इतिहास विवरण (AIR Immunisation History Statement) को प्रतिलिपिका लागि कुनै पनि समयमा (उनीहरुको बालबालिकाहरुको उमेर १४ वर्ष लागु अघि) देहाय बमोजिम अनुरोध गर्न सक्दछन्:

- myGov my.gov.au मार्फत उनीहरुको मेडिकेयर अनलाइन एकाउन्ट प्रयोग गरेर
- मेडिकेयर एक्सप्रेस प्लस एप humanservices.gov.au/individuals/subjects/express-plus-mobile-apps प्रयोग गरेर
- ए.आई.आर. सामान्य सोधपुछ लाईन 1800 653 809 मा सम्पर्क गरेर

खोप कहाँ लगाउने

खोपारोपण निम्न द्वारा प्रदान गरिन्छ:

- जि.पी.हरु
- केही स्थानीय परिषदहरु
- केही सामुदायिक स्वास्थ्य केन्द्रहरु

यदि तपाईं आफ्नो क्षेत्रमा कुन सेवाहरु उपलब्ध छन् भन्ने बारेमा अनिश्चित हुनुहुन्छ भने, तपाईंले आफ्नो सबैभन्दा नजिकको पब्लिक हेल्थ यूनिटलाई 1300 066 055 मा सम्पर्क गर्न सक्नुहुनेछ।

समयमा खोप लगाउनुहोस्

आफ्नो बच्चालाई सर्वोत्तम सुरक्षा दिनुहोस्



खोप दिने मिति सुरक्षित गर्नुहोस्

समयमा खोप लगाउनु तपाईंको बच्चालाई गम्भीर रोगहरुबाट सुरक्षित राख्ने उत्तम उपाय हो।



तपाईंको बच्चाको खोप कहिले लगाउनुपर्छ, थाहा पाउनुहोस्

health.nsw.gov.au/vaccinate



के तपाईंलाई थाहा थियो कि एन.एस.डब्ल्यू. का ९४% भन्दा बढी बच्चाहरुलाई पुर्ण रुपमा खोप लगाइएको छ।



खोप लगाउन ढिला नगर्नुहोस्

खोपहरू सुरक्षित छन् र यदि तपाईंको बच्चालाई एन.एस. डब्ल्यू. प्रतिरक्षा तालिका (NSW Immunisation Schedule) अनुसार समयमा नै खोपहरू लगाएमा यसले उनीहरूलाई सर्वोत्तम सुरक्षा प्रदान गर्दछ।

बालबालिकाहरूलाई लगाइने प्रत्येक खोपको समय तालिका, सम्बन्धित रोग सबैभन्दा बढी लाग्ने वा गम्भीर हुने उमेरमा उनीहरूलाई खोपले सुरक्षित राख्छ भन्ने सुनिश्चित गर्न, विशेषज्ञहरूद्वारा सावधानीपूर्वक चयन गरिएको हुन्छ।

यदि तपाईंको बच्चाको नाकबाट सिंगान बगिरहेको छ वा हल्का चिसो लागेको छ भने खोप लगाउन ढिला नगर्नुहोस्। तपाईंको बच्चा सकेसम्म चाँडो सुरक्षित हुने सुनिश्चित गर्नका लागि तपाईंको डाक्टर वा नर्ससँग सल्लाह गर्नुहोस्।

किन खोप लगाउने

- तपाईंको बच्चालाई गम्भीर रोगहरूबाट बचाउने सबै भन्दा उत्तम उपाय खोप लगाउनु हो।
- खोपले तपाईंको बच्चा र तपाईंको समुदायलाई सुरक्षित राख्छ।
- खोपले रोकथाम गर्न सकिने गम्भीर रोगहरूलाई नियन्त्रण गर्न मद्दत गर्छ।

कहिले खोप लगाउने

एन.एस.डब्ल्यू. प्रतिरक्षा तालिकाले बालबालिकाहरू निम्न उमेरको हुँदा खोप लगाउन सुझाव दिन्छ:

- जन्मदा
- 6 हफ्तामा
- 4 महिनामा
- 6 महिनामा
- 12 महिनामा
- 18 महिनामा
- 4 वर्षमा

तपाईंको बच्चालाई समयमा खोप दिनु जरुरी छ। त्यसैले यसको लागि अगाडि नै बुक (book) गर्नुहोस्, आफ्नो चिकित्सक वा नर्ससँग अपोइन्टमेन्ट (appointment) लिनुहोस् र खोप लगाउने मिति सुरक्षित राख्नुहोस्।

खोप लगाएपछि

तपाईंको बच्चालाई गम्भीर रोगहरूबाट रक्षा गर्नका लागि खोपहरू सुरक्षित र प्रभावकारी छन्।

कहिलेकाहीं खोप लगाएपछि तपाईंको बच्चालाई हल्का प्रकृतिको साईड इफेक्टहरू (side effects) हुनसक्छ, जस्तै सूई लगाएको ठाउँमा दुख्ने, सुन्निने वा रातो हुने आदि।

यदि तपाईं संभावित साईड इफेक्टहरूका बारे चिन्तित हुनुहुन्छ भने, आफ्नो चिकित्सक वा नर्ससँग कुरा गर्नुहोस्।

बालबालिकाहरूका लागि निःशुल्क फ्लू खोप

इन्फ्लुएन्जा (फ्लू) खोप तपाईंको बच्चाको लागि फ्लू विरुद्धको सर्वोत्तम सुरक्षा हो। यो 6 महिनादेखि 5 वर्षभन्दा कम उमेरका बालबालिकाहरूका लागि निःशुल्क छ। सामान्यतया सबैभन्दा बढि देखिने फ्लूका प्रजातिहरूबाट सुरक्षित रहन यो खोप प्रत्येक वर्ष लगाउनु पर्छ। यो खोप तपाईंको सामान्य खोप प्रदायकबाट उपलब्ध हुन्छ।

थप जानकारीको लागि यो वेवसाइट मा हेर्नुहोस् health.nsw.gov.au/flu

तपाईंको बच्चालाई सुरक्षित राख्नुहोस् समय मै खोप लगाउनुहोस्

