

तथ्यहरू प्राप्त गर्नुहोस् ।

डेल्टा भेरियन्ट: तपाईंलाई के थाहा हुन आवश्यक छ

भाइरसहरू सधैं परिवर्तन भइरहन्छन् । ठूलो परिवर्तन हुँदा वैज्ञानिकहरूले त्यसलाई नयाँ भेरियन्ट भन्ने गर्छन् । केही भेरियन्ट कम हानिकारक हुन्छन् भने अरूहरू खतरनाक हुन्छन् ।



वैज्ञानिकहरू डेल्टा भेरियन्टका बारेमा एकदमै चिन्तित छन् किनभने यो अत्यन्तै सजिलोसँग लाग्ने र अरूहरूमा सर्ने गर्छ र यसले अझ बढी गम्भीर बिरामी गराउन सक्छ ।



वयस्क मानिस, किशोरकिशोरी तथा बालबालिकाहरू लगायत सबै उमेरका धेरै मानिसहरू डेल्टाबाट बिरामी भइरहेका छन् ।

खोपहरूले डेल्टा भेरियन्टविरुद्ध सुरक्षा दिन्छन्

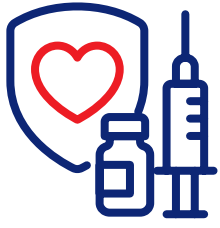
आफू, आफ्नो परिवार र आफ्नो समुदायलाई डेल्टा भेरियन्टबाट सुरक्षित राख्ने सबैभन्दा उत्तम तरिका भनेको पूर्ण रूपमा खोप लगाउनु हो । खोपहरू निम्न छन्:

- ✓ **सुरक्षित:** खोप विभिन्न जाति, जातीयता तथा उमेरहरूका लगायत करोडौं मानिसहरूमा सुरक्षित रहेको छ भन्ने प्रमाणित गरिएको छ । तपाईं खोपभन्दा पनि COVID-19 वा यसको डेल्टा भेरियन्टबाट गम्भीर रूपमा बिरामी हुन सक्ने सम्भावना अझ बढी हुन्छ ।
- ✓ **प्रभावकारी** खोपले तपाईंलाई COVID-19 र यसको डेल्टा भेरियन्टविरुद्ध सुरक्षा दिन्छ । तपाईं बिरामी भइहाल्नुभयो पनि खोपले तपाईंलाई गम्भीर रूपमा बिरामी हुन र मृत्यु हुनबाट पनि रोक्छ ।
- ✓ **निःशुल्क:** तपाईंको आप्रवासनको स्थिति जेजस्तो भए पनि वा तपाईंसँग परिचयपत्र वा चिकित्सकीय बीमा भए वा नभए पनि खोपहरू सबैका लागि निःशुल्क छन् ।



यदि तपाईंले खोप लगाउनुभएको छैन भने तपाईं डेल्टा भेरियन्टबाट सङ्क्रमण हुने, गम्भीर रूपमा बिरामी पर्ने र तपाईंले त्यसलाई अरूहरूमा सर्ने सम्भावना बढी हुन्छ ।

खोप लगाएर तपाईंले खतरनाक भेरियन्टहरूलाई रोक्न सक्नुहुन्छ



पर्याप्त मानिसहरूले खोप नलगाइसकेको कारणले गर्दा डेल्टा जस्ता अझ बढी खतरनाक भेरियन्टहरू उत्पन्न भइरहेका छन्। भविष्यमा डेल्टा जस्ता थप भेरियन्टहरू हुन सक्नेछन्। आफू, आफ्नो परिवार र आफ्नो समुदायलाई सुरक्षित राख्ने सबैभन्दा उत्तम तरिका भनेको जतिसक्दो चाँडो खोप लगाउनु हो। COVID-19 रोक्नमा मद्दत गर्नुहोस्।



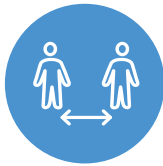
केही खोपहरूलाई दुई डोज आवश्यक पर्छ। तपाईंले सबैभन्दा बढी सुरक्षा प्राप्त गर्नका लागि तपाईंले अन्तमि डोज लगाएपछि दुई हप्ताको समय लाग्छ।

आफू र आफ्नो समुदायलाई डेल्टाबाट सुरक्षित राख्नुहोस्

डेल्टा भेरियन्ट अन्य COVID-19 भेरियन्टहरूभन्दा अझ बढी सजिलोसँग फैलने गर्छ। यदि तपाईंले पूर्ण रूपमा खोप लगाउनुभएको छैन भने निम्न कार्यहरूद्वारा आफू र आफ्नो समुदायलाई सुरक्षित राख्नुहोस्:



मास्क लगाएर।



सामाजिक दुरीको अभ्यास गरेर।



धेरैजना मानिसहरू हुने जमघटहरूबाट जोगिएर।

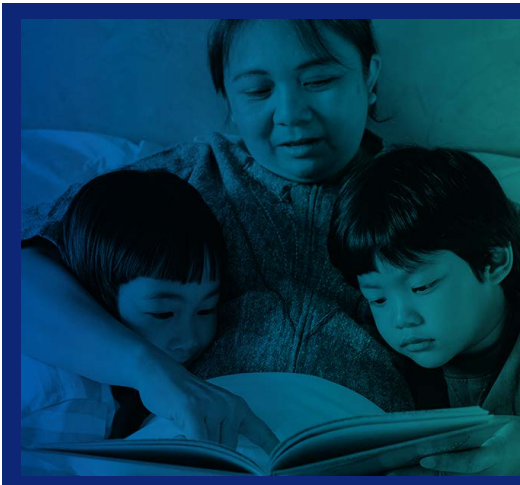


धेरै छोड्ने क्षेत्रहरूलाई निर्मलीकरण गरेर।



आफ्ना हातहरू बारम्बार धोएर।

धेरै स्वास्थ्य विज्ञहरूले अझै पनि खोप लगाइसकेका मानिसहरूलाई यी सावधानीहरू अपनाउन सुझाव दिनुहुन्छ, विशेषगरी उनीहरू धेरै मानिसहरूको वरिपरि भएमा वा घरभित्रै वा बन्द वातावरणमा जम्मा भएमा।



खोप लगाएर तपाईंले खतरनाक भेरियन्टहरूलाई रोक्न सक्नुहुन्छ।

COVID-19 रोक्नमा मद्दत गर्नुहोस्।