नेपाली / *NEPALI*

विषय: खोपको अपडेट

यस सन्देशमा समेटिएको छ

- *UHS लाई तपाईंले खोप लगाउनु भएको कुरा कसरी बताउने*
- *Johnson & Johnson खोपको अपडेट*
- *खोप लगाउने समय कसरी बनाउने*

COVID-19 बाट बच्न क्याम्पस र समुदायले खोप लगाउन महत्त्वपूर्ण प्रगति कायम राखेका छन् – अहिलेसम्म १९, ००० भन्दा बढी कर्मचारी र विद्यार्थीहरूले खोपको कम्तिमा पनि एउटा डोज पाएका छन् I जति चाँडो हामीले खोप लगाउन सक्दछौं, त्यति नै राम्ररी हामी हाम्रो समुदाय, देश र संसारभरी फैलिरहेको अझै सङ्क्रामक *COVID-19* को प्रजाति विरूद्ध बच्न सक्दछौं I

हाम्रो समुदायको कति प्रतिशत व्यक्तिहरूले खोप लगाएका छन् भनेर थाहा पाउँदा विश्वविद्यालयका अगुवाहरूलाई क्याम्पस सञ्चालनहरू र स्वास्थ्य तथा सुरक्षा नीतिहरूको बारेमा निर्णय लिन सहयोग पुग्दछ I **धेरै कर्मचारी र विद्यार्थीहरूले क्याम्पस बाहिर खोप लगाएका छन् – यदि तपाईं तिनीहरू मध्ये एक हुनुहुन्छ भने, *UHS* लाई तपाईंले खोप लगाएको कुराको जानकारी दिन निश्चित गर्नुहोस् !** यसले तपाईंलाई नियमित क्याम्पस परीक्षणबाट छूट पाउन सुनिश्चित पनि गर्दछ I

UHS लाई तपाईंले खोप लगाएको कुराको जानकारी कसरी दिने

यदि तपाईंले क्याम्पसमा खोप लगाउनु भएको छ भने, तपाईंको रेकर्ड *MyUHS* मा पहिले नै रहनेछ – तपाईंले थप केही गर्नु पर्दैन I

यदि तपाईंले क्याम्पस बाहिर खोप लगाउँदै हुनुहुन्छ भने, तपाईंले एउटा डोजको खोपा वा दुईवटा डोजको खोपको दुबै डोज नपाउञ्जेलसम्म पर्खनुहोला I त्यसपछि तपाईंको खोपको रेकर्ड अपलोड गर्ने कदम चाल्नुहोला:

तपाईंको *NetID* र पासवर्ड राखेर *MyUHS* मा लग-ईन गर्नुहोस् I

“*Welcome to UW–Madison University Health Services*” शीर्षकको तल तपाईंले यी कुराहरू देख्नुहुनेछ: ***“Submit outside records of COVID-19 Vaccination HERE.” “HERE.”* मा थिच्नुहोस् I**

त्यसपछि तपाईं “*Medical Clearances*” पेजमा पुग्नुहुनेछ I “*Items required for clearance*” अन्तर्गत ***“COVID vaccine”* को शीर्षक खोज्नुहोस्** I ***“Update”* लेखेको हरियो बटनमा थिच्नुहोस् I**

“*COVID-19 Immunization Record Upload*” को मुनि तपाईंलाई **तपाईंको खोपको रेकर्ड अपलोड गर्न अनुरोध गरिनेछ I यो एक फोटोको फाईल (*PNG, JPG, JPEG*) वा *PDF* हुन सक्दछ I** अरू प्रकारको फाईलहरू अपलोड गर्न खोजेमा त्रुटि सन्देश देखिनेछ I

स्वीकारिने रेकर्डहरूमा समावेश छन्:

- तपाईंले खोप लगाउनु भएको ठाउँमा पाउनु भएको आधिकारिक *Centers for Disease Control and Prevention* को **खोप कार्ड**। यसमा दुईवटा व्यक्तिगत पहिचान गर्ने जानकारी हुन आवश्यक छ, जस्तै कि नाम र जन्म मिति; खोपको लट नम्बर; खोपको नाम (उदाहरणका लागि, *Moderna*, *Pfizer*, वा *Janssen/Johnson & Johnson*); खोपको मिति (*Moderna* र *Pfizer* को लागि दुईवटा मितिहरू हुनु पर्दछ); क्लिनिकको नाम (क्लिनिकको आधिकारिक नाम; यदि क्लिनिक फार्मेसी, कृपया पसलको नम्बर पनि राख्नुहोला)
- तपाईंको *Wisconsin Immunization Registry vaccination record*
- विस्कन्सिन बाहिरको राज्यको खोप रेकर्ड
- अमेरिका बाहिरको खोपको लागि, तपाईंको सबै भन्दा पूरा रेकर्ड। *UHS* ले *World Health Organization* को आपतकालीन प्रयोगको सूचीमा कायम खोपहरूलाई पनि मान्यता दिनेछ।

तपाईंले आफ्नो एक डोजको **खोपको मिति र खोप बनाउने कम्पनीको नाम वा तपाईंको डोजको खोप्को मितिहरू र खोप बनाउने कम्पनीको नामहरू** पनि "*Doses of COVID-19 Vaccine*" भन्ने भागमा राख्नुपर्नेछ।

पूरा भएपछि "*Done*" थिच्नुहोस्।

तपाईंको *MyUHS* खातामा तपाईंको रेकर्ड देखिन पाँच व्यवासायीक दिनसम्म लाग्न सक्दछ। रेकर्डको समीक्षा हुने क्रममा तपाईंको *Medical Clearance* जानकारीले "*awaiting review*" भनेर देखाउनेछ। एक पटक यो स्वीकृत भएपछि, त्यहाँ "*satisfied*" देखाउनेछ। तपाईंले खोपको अन्तिम डोज पाउनु भएको दुई हप्ता भएपछि र तपाईंको रेकर्ड स्वीकृत भएपछि, तपाईंको *Badger Badge* हरियो रङ्गमा बदलिनेछ।

Johnson & Johnson खोपको अपडेट

मङ्गलबार, संघीय सरकार र विस्कन्सिन राज्यको मार्गनिर्देशन आधारमा राखेर, *UHS* ले *Johnson & Johnson* खोपको प्रशासन गर्न रोक्यो।

अमेरिकाका छ जना व्यक्तिले खोप लगाएपछि प्रतिकूल घटनाहरू रिपोर्ट गरेका छन् र संघीय एजेन्सीहरूले यी प्रतिक्रियाहरू खोपसँग सम्बन्धित छन् कि छैनन् जाँच्दैछन्। लगभग ७० लाख (*7 million*) व्यक्तिहरूले अमेरिकामा *Johnson & Johnson* को खोप लगाईसकेका छन्, त्यसैले यी घटनाहरू विरलै भेटिन्छन्, तर सावधानीका लागि रोक लगाईएको छ।

यस रोकले *Pfizer* र *Moderna* खोपहरूको सुरक्षा र चलिरहेको प्रशासनमा कुनै **प्रभाव पार्दैन**। हामी विद्यार्थी र कर्मचारीहरूलाई खोप लगाउन प्रोत्साहित गर्दछौं – *COVID-19* को कारणले गम्भीर बिरामी र मृत्युबाट आफूलाई, आफ्नो प्रियजनहरूलाई र आफ्नो समुदायलाई बचाउने यो उत्तम तरिका रहेको छ।

गएका तीन हप्ताहरूमा *Johnson & Johnson* को खोप पाएका कसैले यी लक्षणहरू अनुभव गरेमा आफ्नो स्वास्थ्य सेवा प्रदायकलाई सम्पर्क गर्नुपर्नेछ: एकदम धेरै टाउको दुख्ने, पेट दुख्ने, खुट्टा दुख्ने, सास फेर्न गाहो हुने।

खोप लगाउने समय कसरी बनाउने

हरेक हप्ता क्याम्पसमा प्रदान गरिएको खोपको मात्रा अझै पनि माग भन्दा धेरै कम छ। यस कारण, हामी तपाईंलाई राज्यभरीका फार्मेसीहरू र स्वास्थ्य सेवा प्रदायकहरू सहित **खोप पाउने जुनसुकै ठाउँमा खोप लगाउन प्रोत्साहन गर्दछौं।**

- ***Wisconsin Department of Health Services registry*** **मा साइन अप गर्नुहोस्।** एकपटक तपाईंले दर्ता गर्नुभएपछि, *DHS* ले तपाईंलाई क्याम्पस बाहिर खोप लगाउने समय बनाउने विकल्पहरूको साथ ईमेल पठाउनेछ। उनीहरूले क्याम्पसमा खोप लगाउने समयको विकल्पहरूको बारेमा ईमेल पठाउने छैनन्।

- *Centers for Disease Control and Prevention* ले खोप खोज्ने उपकरण प्रदान गर्दछ: https://vaccinefinder.org/

- *UHS* ले पनि *COVID-19* को खोप लगाउने समयहरू प्रदान गर्दैछ, तर हामीले राज्यबाट खोपहरूको सीमित आपूर्ति पाईरहेका छौं र हामीले चाहेको जति खोप लगाउने समय प्रदान गर्न सक्दैनौं। ***UHS*** **ले तपाईंलाई ईमेल गर्दैन खोप लगाउने समय उपलब्ध हुँदा** ***UHS*** **ले तपाईंलाई ईमेल पठाउने छैन - खोप लगाउने समय बनाउन तपाईंले** ***MyUHS portal*** **मा हेर्नु पर्नेछ।** जहिले सम्भव, तपाईंले कुन खोप लगाउन चाहनु हुन्छ रोज्न सक्नु हुँदछ (तपाईंले खोजेको समयमा उपलब्ध हुने आधारमा)।

- यदि तपाईंले पहिलो पटक हेर्दा *UHS* मा कुनै खोप लगाउने समय उपलब्ध छैनन् भने, **कृपया हेर्न जारी राख्नुहोला; खोप उपलब्ध हुने बित्तिकै खोप लगाउने समय थपिन्छन्।** नयाँ खोप लगाउने समयहरू प्राय: हप्ताको बीचमा उपलब्ध हुँदछन्। कहिलेकाँही *MyUHS portal* क्याम्पस बाहिरका खोप लगाउने समयको जानकारी पनि हुँदछन्।

सहयोग कसरी पाउने

- यदि तपाईंसँग धेरै सोधिएका प्रश्नहरूमा सम्बोधन नगरिएका प्रश्नहरू छन् भने covidresponse@vc.wisc.edu मा ईमेल पठाउनुहोला वा *UW–Madison* को *COVID-19* सहायता लाईन (608) 262-7777 मा फोन गर्नुहोला।

- अपडेटको लागि कृपया *COVID-19* प्रतिक्रिया वेबसाईट हेर्दै गर्नुहोला।