

About immunisation खोपको बारेमा

Information for parents
अभिभावकहरूका लागि जानकारी



Nepali \ नेपाली

Easy English



Queensland
Government



Hard words

अठ्यारा शब्दहरू

This book has some hard words.

यस पुस्तकमा केहि अठ्यारा शब्दहरू छन्।

The first time we write a hard word

पहिलो पटक हामीले अठ्यारा शब्द प्रयोग गर्दा

- the word is in **blue**
- शब्द **निलोमा** हुनेछ
- we write what the hard word means.
- त्यस अठ्यारा शब्दको अर्थ उल्लेख गर्नेछौं।

You can get help with this book
तपाईं यस पुस्तकको लागि मद्दत माग्नु
सक्नुहुन्छ

You can get someone to help you

तपाईं कसैलाई मद्दत माग्नुहुन्छ:



- read this book
- यो पुस्तक पढेर सुनाउन

- know what this book is about
- यो पुस्तकको बारे थाहा पाउन



- find more information.
- थप जानकारी पाउन।

About this book

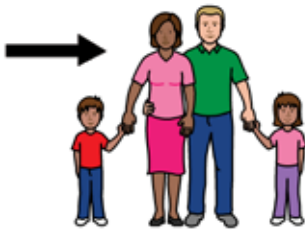
यस पुस्तकको बारेमा



This book is written

यो पुस्तक

- by Queensland Health
- Queensland Health द्वारा लेखिएको छ



- for parents.
- अभिभावकहरूको लागि लेखिएको हो।

This book is about **immunisation**

यो पुस्तक **खोप लगाउने (immunisation)** अर्थात रोग प्रतिरक्षण बारेमा हो।

Immunisation means your body is protected from some diseases.

खोप लगाउनुको मतलब तपाईंको शरीर केही रोगहरूबाट सुरक्षित हुन्छ।

You need to have a **vaccine** to be immunised.

रोग प्रतिरक्षणको लागि तपाईंले **खोप (vaccine)** लगाउनु पर्छ।



A vaccine is protection medicine.

खोप एक रोग प्रतिरोधक औषधी हो।

The medicine might be

यो औषधी



- injected
- सुईद्वारा लगाउन सकिन्छ

- swallowed.
- खान सकिन्छ।



All vaccines used in Australia are safe.

अष्ट्रेलियामा प्रयोग हुने सबै खोपहरू सुरक्षित छन्।

Why is immunisation important? खोप लगाउन किन जरूरी छ?

Immunisation protects you from diseases that
can

खोपले तपाईंलाई रोगहरूबाट हुने



- make you sick
- बिरामीबाट बचाउँछ
- cause death.
- मृत्युबाट जोगाउँछ।

Immunisation can protect you from a lot of diseases.

खोपले तपाईंलाई धेरै रोगहरूबाट बचाउन सक्छ।

For example

उदाहरणको लागि



- measles
- दादुरा (मिजल्स)



- mumps
- कण्ठमाला (मम्प्स)



- the flu
- घातक रूघा (फ्लू)



- whooping cough.
- लहरे खोकी (हुपिंग कफ)।



You can catch diseases from other people.

तपाईंलाई अन्य व्यक्तिहरूबाट रोगहरू सर्न सक्छ।



When a lot of people get immunised it is hard for diseases to spread in the community.

जब धेरै व्यक्तिहरूले खोप लगाउछ समुदायमा रोगहरू फैलिन गाह्रो हुन्छ।

Who should get immunised? खोप कसले लगाउनु पर्छ?

Everyone should get immunised.

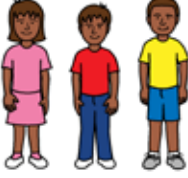
खोप सबैले लगाउनु पर्छ।

For example

उदाहरण को लागि



- babies
- शिशूहरू



- children
- बच्चाहरू



- young adults
- युवा वयस्कहरू



- adults
- वयस्कहरू



- older people.
- वृद्ध मान्छेहरू।

It is very important for babies and young children to get immunised.

शिशूहरू र साना बच्चाहरूलाई खोप लगाउन धेरै जरूरी छ।

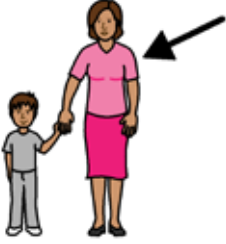


It is also important for pregnant women to get immunised.

गर्भवती महिलाले खोप लिन पनि महत्वपूर्ण हुन्छ।

Immunisation can protect

खोपले प्रतिरक्षा गर्न सक्छ



- the mother
- आमालाई

and

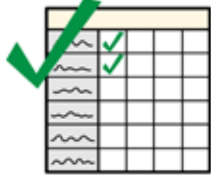
र



- the baby.
- शिशूलाई।

When should your family get immunised?

तपाईंको परिवारले कहिले खोप लगाउनु पर्छ?



Australia has an immunisation **schedule**.

अष्ट्रेलियामा खोप लगाउने एक **तालिका (schedule)** छ।



A schedule says which vaccines should be given at different ages.

यस तालिकाले विभिन्न उमेरमा दिईनु पर्ने खोपहरूका बारेमा बताउँछ।

It is important to follow the schedule.

यो तालिका पालना गर्नु अत्यावश्यक छ।

When you follow the schedule

तपाईंले यो तालिका पालना गर्दा



- your child will be better protected from disease
- तपाईंको बच्चा रोगबाट धेरै जोगिने हुन्छ
- you can get **family assistance payments** from the government
- तपाईंले सरकारबाट उपलब्ध हुने **परिवार सहायता भुक्तानी (family assistance payments)** प्राप्त गर्न सक्नुहुनेछ
 - family assistance payments are from Centrelink.
 - परिवार सहायता भुक्तान Centrelink ले उपलब्ध गर्छ।



- your child can go to child care.
- तपाईंको बच्चा बालग्राम अर्थात बच्चा हेरचाह केन्द्रमा जान सक्छ।

If your child misses some immunisations your doctor can make a plan to catch up.

यदि तपाईंको बच्चाले कुनै खोपहरू लगाउन छुटाएमा तपाईंको डाक्टरले ति खोपहरू लगाउन योजना बनाउन सक्छ।



Your child might need to get more immunisations to keep them protected from diseases.

तपाईंको बच्चालाई रोगहरूबाट सुरक्षित राख्न थप खोपहरू लिन आवश्यक पर्न सक्छ।

Your family might have to get immunised again if you do **not** have immunisation records from your home country.

यदि तपाईं जन्मेको देशमा खोप लगाएको कुनै रेकर्ड छैन भने तपाईंको परिवारले पुनः खोप लगाउनु पर्ने हुन सक्छ ।



If you travel outside Australia your family might need immunisations to keep them safe from disease.

यदि तपाईं अष्ट्रेलियाबाट बिदेश यात्रा गर्नुहुन्छ भने तपाईंको परिवारलाई रोगबाट सुरक्षित राख्न उनीहरूले खोप लगाउनु पर्ने आवश्यकता हुन्छ।



Your doctor can tell you which immunisations you will need.

तपाईंको डाक्टरले तपाईंलाई कुन खोप चाहिन्छ भनेर बताउन सक्छ।

Will the immunisations hurt? के खोप लगाउँदा दुख्छ?

You might feel a small pain when you get the injection.

सुई लगाउँदा तपाईंलाई अलिक दुखेको महसुस हुन सक्छ।



You might have pain **after** the injection. For example, a sore arm.

सुई लगाईसकेपछि दुख्न सक्छ। जस्तै पाखुरा दुख्ने।



You might have a mild fever **after** the injection.

Pain and fever will usually go away.

सुई लगाईसकेपछि हल्का ज्वरो आउन सक्छ। दुख्ने र ज्वरो प्रायः हराएर जानेछ।

If you are worried you can see your doctor.

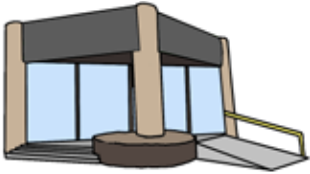
यदि तपाईंलाई चिन्ता लाग्छ भने तपाईं आफ्नो डाक्टरलाई देखाउन जान सक्नुहुन्छ।

Where to get immunised खोप कहाँ लगाउने

You can get immunisations from
तपाईंले खोप



- your doctor
- तपाईंको डाक्टरबाट प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ



- some local councils
- केही स्थानीय काउन्सिलहरूमा गएर लगाउन सक्नुहुन्छ



- high school
- उच्च विद्यालयबाट लगाउन सक्नुहुन्छ

- for children in Year 7 and Year 10 only.
- कक्षा 7 र 10 पढ्ने बच्चाहरूको लागि मात्र।



You must sign a consent form to say **yes** before your child gets immunised at school.

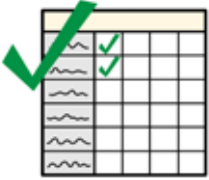
तपाईंको बच्चालाई विद्यालयबाट खोप लगाउनु अघि तपाईंले अनुमति फाराममा हस्ताक्षर गरेर खोप लगाउन मञ्जुरी दिनु पर्ने हुन्छ।

If your child misses an immunisation at school your doctor can give it to them.

यदि तपाईंको बच्चाले विद्यालयमा खोप लगाउन छुटाउनु भयो भने तपाईंको आफ्नो डाक्टरबाट उनीहरूलाई खोप दिन सक्नु हुन्छ।

How much do immunisations cost?

खोप लगाउन कति खर्च लाग्छ?



Vaccines listed on the Australian schedule are free for some groups.

केही समूहहरूका लागि अष्ट्रेलियाको तालिकामा सूचीबद्ध खोपहरू लगाउन निःशुल्क हुन्छ।



Ask your doctor if this includes you.

तपाईं यसमा पर्नुहुन्छ या हुन्न भन्ने बुझ्न तपाईंको डाक्टरलाई सोध्नुहोस्।

If you get immunised by your doctor you might have to pay for the doctor visit.

यदि तपाईं आफ्नो डाक्टरबाट खोप लगाउनु हुन्छ भने डाक्टर देखाएको शुल्क तिर्नु पर्ने हुनसक्छ।

Where can you get your immunisation record?

तपाईंको आफ्नो खोप रेकर्ड कहाँ पाउन सक्नुहुन्छ?

You can get your immunisation record from
तपाईं आफ्नो खोपको रेकर्ड



- your doctor
- तपाईंको डाक्टरबाट प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ

- the Australian Immunisation Register.
- Australian Immunisation Register
(अष्ट्रेलिया खोप रजिष्टर) बाट प्राप्त गर्न सक्नुहुन्छ।



Call the Australian Immunisation Register on
1800 653 809.

Australian Immunisation Register लाई
1800 653 809 मा फोन गर्नुहोस्।



Ask for your immunisation history statement.

तपाईंको खोप इतिहासको विवरण माग्नुहोस्।



More information

थप जानकारी

For more information contact Queensland Health.

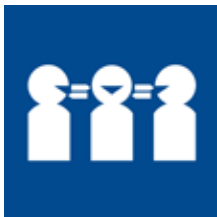
थप जानकारीको लागि Queensland Health लाई सम्पर्क गर्नुहोस्।



Call 13 432 584

13 432 584 मा फोन गर्नुहोस्।

If you need an interpreter contact the Translating and Interpreting Service



यदि तपाईंलाई दोभाषे चाहिएको खण्डमा Translating र

Interpreting Service (अनुवाद र दोभाषे सेवा) लाई सम्पर्क गर्नुहोस्

Call 131 450

131 450 मा फोन गर्नुहोस्।

This is a free service.

यो निः शुल्क सेवा हो।



For information about immunisation visit
खोपको बारेमा जानकारीको लागि निम्न वेबसाईट हेर्नुहोस्:

[www.qld.gov.au/health/conditions/
immunisation](http://www.qld.gov.au/health/conditions/immunisation)

or

वा

www.vaccinate.initiatives.qld.gov.au

For information in your language visit
तपाईंको भाषामा प्रकाशित जानकारीका लागि निम्न वेबसाईट
हेर्नुहोस्:

[www.humanservices.gov.au/individuals/
migrants-refugees-and-visitors](http://www.humanservices.gov.au/individuals/migrants-refugees-and-visitors)

[www.humanservices.gov.au/individuals/
information-in-your-language](http://www.humanservices.gov.au/individuals/information-in-your-language)

www.healthtranslations.vic.gov.au

© Scope (Aust) Ltd. You may use this document for your own personal, non-commercial purposes only. You must not use the document for any other purpose and must not copy, reproduce, digitise, communicate, adapt or modify the document, or any part of it, (or authorise any other person to do so) without the prior consent of Scope (Aust) Ltd.

Scope's Communication and Inclusion Resource Centre wrote the Easy English version in September, 2019.

To contact Scope call 1300 472 673 or visit www.scopeaust.org.au

To see the original contact Queensland Health.

The Picture Communication Symbols ©1981–2019 by Tobii Dynavox. All Rights Reserved Worldwide. Used with permission.

Boardmaker® is a trademark of Tobii Dynavox.