

# फ्लुको खोप आइपुगेको छ!



## फ्लुको खोप किन लगाउने?

आफ्नो फ्लुको खोप लगाएर यो सिजनमा आफूलाई र आफ्ना प्रियजनलाई फ्लुबाट सुरक्षित गर्नुहोस्। यो तपाईंको स्वास्थ्यलाई सुरक्षित गर्ने र फ्लुसम्बन्धी जटिलताहरूको जोखिम कम गर्ने द्रुत र सहज तरिका हो।

- **गम्भीर बिरामी हुने कम जोखिम:** फ्लुको खोपले फ्लुका कारण गम्भीर रूपमा बिरामी हुने र अस्पताल भर्ना गर्नु पर्ने सम्भावना उल्लेखनीय रूपमा कम हुन्छ।
- **रोग फैलन कम हुन्छ:** अरूमा फ्लु फैलने जोखिम कम हुन्छ।
- **प्रियजनको सुरक्षा गर्ने:** खोप लगाउनाले भारइस फैलने सम्भावना कम हुन्छ र तपाईंका परिवार, साथी र समुदाय पनि सुरक्षित हुन्छन्।

## अपोइन्टमेन्टको समय कसरी तय गर्ने:

- आफ्नो प्राथमिक PHN स्थानका कर्मचारी सदस्यसँग कुरा गर्नुहोस्।
- अनलाइन समयतालिका निर्धारण गर्न हाम्रो वेबसाइट [primary-health.net](http://primary-health.net) मा जानुहोस्।

## थप जात्रका लागि स्क्यान गर्नुहोस्!

