



# PROJECT HEALINGS' COVID-19 Series

บทความที่ 2



## วัคซีนสามารถช่วย ให้คนในครอบครัว ของคุณปลอดภัย

โดยความร่วมมือ ระหว่าง เอเชีย มีเดีย  
แอสสอซิเอตส์กรุ๊ปธุรกิจการคำจันอเมริกัน มิ  
นนิโซต้า และ สปริงไฟล์

ในส่วนของกลุ่มชนชาวเอเชีย เชื้อสายอเมริกัน ที่อาศัยอยู่ในหมู่เกาะแปซิฟิก ในรัฐมินนิโซตา ต้องเผชิญกับปัญหาด้านสุขภาพ เนื่องจากสถานการณ์ของโควิด 19 ซึ่งมีจำนวนของประชากรเพิ่มขึ้น ประมาณ 5% เป็นคนเอเชีย ที่อาศัยอยู่ในรัฐมินนิโซตา และ 8 % ติดโควิดขึ้นวิกฤต ต้องพักรักษาตัวในโรงพยาบาล[1] ในช่วงเดือน เมษายน 2565 ประชากรที่เป็นคนเอเชียติดโควิด 63,900 คน และเสียชีวิตมากกว่า 470 คน ตามจำนวนสถิตกรมอนามัยในมินนิโซตา[2]

เมื่อเราพูดถึงชุมชนชาวเอเชีย เชื้อสายอเมริกัน ที่อาศัยบนหมู่เกาะแปซิฟิก อยู่ในรัฐมินนิโซตา จะมีหลายชุมชน ที่มีความแตกต่างกัน ไม่ว่าจะเป็นทางด้าน ประเพณี ความเป็นอยู่ ผู้นำสัมพันธ์มิตรเอเชียอเมริกัน แลลงว่า ในปี 2563[1] โสโควิด เป็นสาเหตุหลักของการเสียชีวิตอันดับต้น ๆ ของชาวเมือง กะเหรี่ยง และกะเหรี่ยงมินนิโซตา ประมาณ 29% ของชาวเมือง กะเหรี่ยง และกะเหรี่ยงมินนิโซตา เสียชีวิตจากโรคโควิด เมื่อเปรียบเทียบกับผู้เสียชีวิตในกลุ่มชนผิวขาวของ มินนิโซตา ซึ่งมีเพียง 11 %.โดยรวมแล้ว คนเอเชีย ครั้งหนึ่งในมินนิโซตา ที่เสียชีวิต จากโรคโควิดจะเป็น ชาวเมืองซึ่งแสดงให้เห็นว่า โครงการด้านสาธารณสุข ที่ให้การสนับสนุน ในการเข้าถึงชุมชนที่หลากหลายของ AAPI ไม่ค่อยมีประสิทธิภาพ ทั้งถึง



Photo Courtesy: Thai Temple - Wat Promwachirayan

## วัฒนธรรมความเชื่อของคนเอเชียเกี่ยวกับสุขภาพ

วัฒนธรรมของชาวเอเชียหลายแห่ง จะมีขนบธรรมเนียมและความเชื่อ ในการปกป้องหรือป้องกันชุมชนจากเชื้อไวรัส เช่น โควิด ตัวอย่างเช่น วัฒนธรรมของชาวเอเชียหลายแห่ง จะให้ความสำคัญกับครอบครัวและชุมชนเป็นอันดับต้น ๆ ซึ่งเป็นการช่วยส่งเสริม ให้มีการเว้นระยะห่างทางสังคม สวมหน้ากาก พฤติกรรมเหล่านี้ช่วยลดการแพร่กระจายของ โควิดได้ ความรู้ด้านสุขภาพทางการแพทย์ของคนเอเชีย มีประวัติศาสตร์ที่ยาวนาน และผ่านการทดสอบมาเป็นอย่างดี อาทิเช่น คณะแพทย์ได้ทำการพัฒนาและปรับปรุงวิธีการฝังเข็มมายาวนานกว่า 4,000 ปี

แนวทางแผนการแพทย์ของเอเชียจะแตกต่าง จากทางตะวันตก ที่จะเน้นการรักษาโรคและอาการเฉพาะทางเท่านั้น แต่ในทางด้านการแพทย์ของเอเชีย จะมีการรักษา โดยองค์รวมของร่างกายทั้งหมด ให้มีความสมดุลกับสิ่งแวดล้อมหรือธรรมชาติ ซึ่งรวมถึง การรับประทานอาหาร การพักผ่อนที่เพียงพอ การออกกำลังกาย และการปรับตัวให้เข้ากับฤดูกาลได้อย่างเหมาะสม

การผสมผสานของกระบวนการทางธรรมชาติ ถือว่าเป็นหัวใจสำคัญ ด้านการแพทย์ของเอเชีย ที่ใช้เป็นแนวทางการรักษาโรคต่าง ๆ ตัวอย่างเช่น ยาสมุนไพร จะใช้เป็นทางเลือกต้น ๆ ในการรักษา ถือว่าเป็นความพึงพอใจของผู้ป่วย ในการใช้วิธีการรักษาตามธรรมชาติ และก็เป็นเหตุผลหนึ่งที่คน AAPI หลายคนเลือกที่จะสร้างภูมิคุ้มกันตามธรรมชาติแทนการฉีดวัคซีน การรักษาแบบธรรมชาติ จะทำให้มีสุขภาพที่ดีในระยะยาว แต่โรคโควิดนี้ ทำให้เกิดอันตรายที่ร้ายแรงในระยะฉับพลันได้

จึงเป็นสิ่งจำเป็นอย่างยิ่ง สำหรับความปลอดภัย และวัคซีนก็สามารถทำให้มีประสิทธิภาพได้อย่างมากเช่นกัน

Ange Hwang หนึ่งในประชากรของมินนิโซตาและเป็นกรรมการบริหารของ เอเชีย มิเดีย แอคเซส[3] บอกว่า “เมื่อปีที่แล้วถือเป็นครั้งแรก ที่ฉันริเริ่มฉีดวัคซีนป้องกันไข้หวัดใหญ่ตามฤดูกาล พร้อมทั้งฉีดวัคซีนโควิด-19 หลังจากฉีด ฉันรู้สึกปลอดภัย ถึงแม้จะมีอาการไม่สบาย

หากแต่ได้พักสักสองสามวัน อาการก็ดีขึ้น ในขณะที่เดียวกันการแพร่กระจายอย่างรวดเร็วของไวรัสโควิด-19 ที่จะทำให้เกิดอาการเจ็บป่วยอย่างรุนแรง จึงทำให้ฉันต้องได้รับการวัคซีนโดยเร็วที่สุด เพื่อป้องกันทั้งตัวเองและครอบครัวของฉัน”



## วัคซีนสำหรับเด็ก

โรคโควิดก็ยังเป็นอันตรายต่อเด็กเป็นอย่างมาก และอาจทำให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพระยะยาวได้ ตั้งแต่เดือนสิงหาคม 2564 1/5 ของผู้ป่วยโควิด ยังคงเป็นเด็ก พวกเขาต้องไปรักษาตามโรงพยาบาลมากขึ้นเพราะว่าติดเชื้อไวรัส ในทำนองเดียวกัน วัคซีนก็สามารถช่วยปกป้องเด็ก โดยเฉพาะวัคซีนยี่ห้อไฟเซอร์ มีความปลอดภัยสำหรับเด็กที่อายุ 5 ปี ขึ้นไป ถ้าเด็กอายุระหว่าง 5-11 และ 12-17 ปี จะได้รับวัคซีน สองเข็ม

ผู้ปกครองคนเอเชียหลายท่าน มีความกังวลว่า จำนวนเข็มที่ฉีดให้เด็ก ๆ นั้นจะปลอดภัยหรือไม่ และเหตุใด จำนวนเข็มของวัคซีนที่จะฉีด นั้นขึ้นอยู่กับอายุ ไม่ใช่น้ำหนักของเด็ก เพราะน้ำหนักถือว่าเป็นสิ่งสำคัญ กับการให้ยาในปริมาณที่เหมาะสม ( เช่น ยาโทลินอล ) ยาจะออกฤทธิ์ ระดับหนึ่ง เมื่อผ่านเข้าทางกระแสเลือด แต่วัคซีนไม่ได้ทำงานในแบบเดียวกัน เพราะว่าในวัคซีนไม่มีตัวยาที่จะไปกระตุ้นรักษาอาการต่าง ๆ แต่เป็นภูมิคุ้มกัน

วัคซีนจะทำงานโดยไปกระตุ้นระบบภูมิคุ้มกัน ดังนั้น สำหรับในเด็ก สิ่งที่สำคัญที่สุดคือการตอบสนองของระบบภูมิคุ้มกันได้เร็วเพียงใด ขึ้นอยู่กับพัฒนาการของร่างกายเด็ก ซึ่งขึ้นอยู่กับอายุ ไม่ใช่ น้ำหนัก นี่ก็คือเหตุผลที่ ปริมาณของวัคซีน จะถูกปรับตามอายุ วัยรุ่นแรกเริ่ม เมื่อมีอายุประมาณ 12 ปี ซึ่งเป็นช่วงที่เด็กมีการเปลี่ยนแปลงทางฮอร์โมนและพัฒนาการทางร่างกายหลายอย่าง นั่นคือเหตุผลที่เลือกเด็กอายุ 12 ปี เป็นสิ่งกำหนดจำนวน ปริมาณวัคซีนจำนวน 2 เข็ม

### DID YOU KNOW?

**โรคโควิดก็ยังเป็นอันตรายต่อเด็กเป็นอย่างมาก และอาจทำให้เกิดปัญหาด้านสุขภาพระยะยาวได้ ตั้งแต่เดือนสิงหาคม 2564 1/5 ของผู้ป่วยโควิด ยังคงเป็นเด็ก พวกเขาต้องไปรักษาตามโรงพยาบาลมากขึ้นเพราะว่าติดเชื้อไวรัส**

วัคซีนนี้ได้ทำการทดสอบกับเด็กจำนวน 3,100 คน จากทุกเชื้อชาติ รวมทั้งเด็กชาวเอเชียจำนวน 90 คน[4] หลังจากนั้นก็ได้รับการอนุมัติ เนื่องจากว่ามันไม่ได้ก่อให้เกิดปัญหา ด้านความปลอดภัยที่ร้ายแรงสำหรับเด็ก การฉีดวัคซีนให้ครบถ้วน (2-3 เข็ม) มีผลต่อการสร้างภูมิคุ้มกันให้แข็งแรง สำหรับกลุ่มเด็กอายุ 5-11 ปี จะได้รับวัคซีนที่มีฤทธิ์ยาไม่แรง เมื่อวันที่ 27 เมษายน พ.ศ. 2565 กระทรวงสาธารณสุข ของรัฐมินนิโซตา รายงานว่า เด็กที่อยู่ในช่วงกลุ่มอายุนี้นี้ ร้อยละ 42 เปอร์เซ็นต์ ที่ได้รับวัคซีนโควิด-19 และมีเพียงร้อยละ 38 เปอร์เซ็นต์ เท่านั้นที่ได้รับการฉีดวัคซีนอย่างครบถ้วน[5]

## เครือข่ายชุมชนปลอดภัย

การดำรงชีพให้เกิดความปลอดภัย จะต้องได้รับความร่วมมือระหว่าง บุคคล ครอบครัว และชุมชน ถ้าคนส่วนมากได้รับวัคซีน การแพร่ระบาดของไวรัสก็จะลดน้อยลง นี่คือเหตุผลว่า ทำไมวัคซีนจึงมีความเกี่ยวข้องกับความสุขของชุมชนพ่อกับสุขภาพของแต่ละบุคคล การร่วมสร้างเครือข่ายภูมิคุ้มกัน ในชุมชนให้แข็งแรง จึงมีความสำคัญต่อการช่วยปกป้องผู้สูงอายุ และบุคคลที่มีปัญหาด้านสุขภาพ ให้เกิดความปลอดภัย พร้อมกันนี้การฉีดวัคซีนถือเป็นเกียรติ ความรับผิดชอบของแต่ละบุคคล ที่จะมีส่วนต่อสุขภาพ ของคนในครอบครัวและชุมชนด้วย ถ้ามีข้อสงสัยทางคณะของแพทย์และพยาบาล พร้อมทั้งจะให้คำตอบเสมอ ดังนั้น ให้ถาม ปรึกษา พูดคุยกับสมาชิกในครอบครัว เพื่อน เกี่ยวกับประสบการณ์การฉีดวัคซีน ที่จะช่วยให้คุณตัดสินใจว่าวัคซีน ประเภทไหนที่จะเหมาะสมสำหรับคุณ และครอบครัวของคุณหรือไม่สามารถหาข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ [projecthealings.info](http://projecthealings.info)



## Reference

1. A Race to Close the Disproportionate COVID-19 Death Rates in Minnesota's Asian Community. (2021). Coalition of Asian American Leaders, Hmong Public Health Association, Southeast Asia Resource Center, University of Minnesota School of Public Health.
2. Situation Update for COVID-19—Minnesota Dept. Of Health. Retrieved April 28, 2022.
3. [www.amamedia.org](http://www.amamedia.org)
4. COVID-19 vaccines for kids: What you need to know. (n.d.). Mayo Clinic. Retrieved April 28, 2022, from Gurtman, A. (2021, November 2). BNT162b2 (COVID-19 Vaccine, mRNA) Vaccine –in Individuals 5 to <12 Years of Age.
5. COVID-19 Vaccine Data. (2022, April 27). COVID-19 Updates and Information - State of Minnesota.

## Acknowledgement

*This project is supported by the Centers for Disease Control and Prevention of the U.S. Department of Health and Human Services (HHS) as part of a financial assistance award totaling \$4,000,000 with 100 percent funded by CDC/HHS through NNPHI. The contents of this document are those of the author(s) and do not necessarily represent the official views of, nor an endorsement, by CDC/HHS, or the U.S. Government.*