



PROJECT HEALINGS' COVID-19 Series

Bài báo #2

VẮC-XIN BẢO VỆ MỌI NHÀ

*Đồng sáng tác bởi Asian Media Access,
Chinese American Chamber of
Commerce – MN and Spitfire*



Các cộng đồng người Mỹ gốc Á và Thái Bình Dương (AAPI) cư trú tại Minnesota ngày càng đối mặt nhiều hơn với những vấn đề sức khỏe gây ra từ COVID-19. Người châu Á chiếm 5% dân số tiểu bang Minnesota nhưng lại chiếm đến 8% những ca COVID nhập viện nguy kịch.[1] Theo số liệu từ Minnesota Department of Health, tính đến tháng 4 năm 2022, tại Minnesota, hơn 63,900 người châu Á đã nhiễm COVID, và trong đó có hơn 470 ca tử vong. [2]

Chúng ta thường nói về cộng đồng người Mỹ gốc Á và Thái Bình Dương như là một cộng đồng chung, nhưng thực tế tồn tại nhiều cộng đồng khác nhau. Liên Minh Hội Trưởng Người Mỹ Gốc Á (Coalition of Asian American Leaders) báo cáo số liệu cho thấy tại Minnesota năm 2020, người H'mông, Karen, Karenni đứng đầu danh sách số ca tử vong do COVID.[1] Tại Minnesota, 29% số ca tử vong của người H'mông, Karen, Karenni là do COVID, trong khi đó, số liệu của người da trắng là 11%. Nhìn chung, người H'mông chiếm một nửa số ca tử vong từ COVID của toàn người dân Minnesota gốc Á. Điều này cho thấy các chương trình hỗ trợ sức khỏe công cộng để hỗ trợ các cộng đồng người Mỹ gốc Á và Thái Bình Dương là không đủ hiệu quả.



Photo Courtesy: Hung Huynh

Những quan niệm của các văn hóa châu Á về vấn đề sức khỏe

Nhiều thói quen và quan niệm của các văn hóa châu Á góp phần bảo vệ họ khỏi các vi-rút như COVID. Ví dụ, nhiều văn hóa châu Á luôn đặt cộng đồng và gia đình lên hàng đầu. Điều này góp phần thúc đẩy giãn cách xã hội và thói quen đeo khẩu trang. Những hành động này giúp ngăn chặn sự lây lan của COVID. Những triết lý y học và dược học của người châu Á cũng có một lịch sử vững chắc và được nghiên cứu công phu. Các lương y đã phát triển và cải tiến các phương pháp châm cứu được hơn 4000 năm.

Các phương thuốc châu Á khác với phương pháp chữa từng bệnh của y học phương Tây. Y học châu Á thường nhắm vào mục tiêu hỗ trợ sức khỏe toàn diện, đảm bảo sự cân bằng giữa cơ thể và môi trường xung quanh. Điều này có nghĩa là ăn kiêng, ngủ đủ, luyện tập thể dục thể thao, thích nghi với thời tiết.

Sử dụng các dược liệu từ thiên nhiên và phương pháp tự nhiên luôn là trọng tâm trong y học trị liệu châu Á. Thuốc bắc là một ví dụ điển hình, nó luôn là sự lựa chọn hàng đầu trong các phương thuốc. Quan niệm tận dụng thiên nhiên là một trong những lí do người Mỹ gốc Á và Thái Bình Dương tập trung vào việc xây dựng hệ miễn dịch một cách tự nhiên thay vì sử dụng vắc-xin.

Các phương thuốc tự nhiên vô cùng hiệu quả trong việc duy trì cơ thể khỏe mạnh về lâu về dài, nhưng những nguy hiểm mà COVID gây ra vô cùng nhiều và quá nhanh. Mọi người cần phải nỗ lực hơn nữa trong việc đảm bảo an toàn, và tiêm phòng vắc-xin có thể hỗ trợ rất nhiều.

Ange Hwang, một người dân Minnesota và cũng là người điều hành Asian Media Access, từng chia sẻ, “Bên cạnh các mũi tiêm phòng COVID-19, năm ngoái là năm đầu tiên tôi đi tiêm cúm mùa. Đối với cảm cúm, tôi thường cảm thấy an toàn hơn ngay cả khi chính bản thân bị, chỉ cần nghỉ ngơi vài ngày, tôi sẽ khỏe lại. Nhưng với tốc độ lây lan của COVID-19 và những hậu quả nghiêm trọng đến sức khỏe nó gây ra đã cảnh giác tôi phải đi tiêm phòng ngay lập tức để bảo vệ bản thân và gia đình.” [3]

Hoàn toàn tự nhiên, vắc-xin xây dựng hệ miễn dịch, hỗ trợ cơ thể giống như khi bạn thật sự nhiễm COVID. Vắc-xin rèn luyện cơ thể để chiến đấu với COVID và xây dựng phản ứng miễn dịch một cách tự nhiên. COVID gây ra những phản ứng nguy hiểm cho cơ thể. Nhưng vắc-xin giúp xây dựng hệ miễn dịch một cách an toàn và trong tầm kiểm soát.



Quan tâm đến trẻ nhỏ

COVID cũng có thể gây nguy hiểm đến trẻ nhỏ và dẫn đến những bệnh mãn tính khác về sau. Từ tháng 8 năm 2021, 1/5 số ca nhiễm COVID là trẻ em. Hiện nay vẫn nhiều trẻ em phải nhập viện vì mắc phải vi-rút này. Vắc-xin có thể hỗ trợ bảo vệ trẻ em. Vắc-xin của Pfizer an toàn đối với trẻ em từ 5 tuổi trở lên. Trẻ em từ 5 – 11 tuổi và 12 – 17 tuổi sẽ được tiêm 2 mũi dành riêng cho từng nhóm tuổi.

Nhiều phụ huynh châu Á lo ngại về độ an toàn của vắc-xin đối với trẻ nhỏ và vì sao vắc-xin lại được tiêm theo độ tuổi thay vì cân nặng. Cân nặng quan trọng đối với số lượng thuốc sử dụng (ví dụ như Tylenol). Với thuốc, một liều lượng phù hợp sẽ giúp thuốc dễ di chuyển trong mạch máu. Nhưng vắc-xin không hoạt động như vậy vì vắc-xin không chứa thuốc.

Vắc-xin hoạt động bằng cách kích hoạt hệ miễn dịch. Vậy nên, yếu tố quan trọng nhất là tốc độ phản ứng của hệ miễn dịch ở trẻ. Điều này phụ thuộc vào sự phát triển của cơ thể. Sự phát triển thay đổi theo độ tuổi, không phải kích cỡ. Vì vậy, vắc-xin được tiêm theo tuổi. Độ tuổi dậy thì bắt đầu từ tầm 12 tuổi. Đây là thời điểm trẻ nhỏ có nhiều sự thay đổi về hóc môn cũng như sự phát triển. Vì lí do này, 12 được chọn là độ tuổi để phân cách hai nhóm vắc-xin.

DID YOU KNOW?

COVID cũng có thể gây nguy hiểm đến trẻ nhỏ và dẫn đến những bệnh mãn tính khác về sau. Từ tháng 8 năm 2021, 1/5 số ca nhiễm COVID là trẻ em. Hiện nay vẫn nhiều trẻ em phải nhập viện vì mắc phải vi-rút này.

Vắc-xin được thử nghiệm trên 3,100 trẻ nhỏ từ các chủng tộc khác nhau, bao gồm 90 trẻ em châu Á.[4] Vắc-xin đã được thông qua kiểm nghiệm vì nó không gây bất cứ ảnh hưởng nào liên quan đến vấn đề an toàn cho trẻ. Tiêm phòng đầy đủ (2-3 mũi) là điều quan trọng để hệ miễn dịch trở nên khỏe mạnh. Trẻ nhỏ trong độ tuổi 5 – 11 hiện đang không được tiêm phòng đầy đủ. Vào ngày 27 tháng 4 năm 2022, Minnesota Department of Health thống kê rằng 42% trẻ em trong độ tuổi này được tiêm phòng COVID mũi đầu, nhưng chỉ 38% trẻ em được tiêm phòng đầy đủ.[5]

Sự an toàn của cộng đồng

Bảo đảm an toàn sức khỏe là nỗ lực của từng cá nhân, hộ gia đình, và cả cộng đồng. Khi nhiều người được tiêm vắc-xin, vi-rút sẽ khó lây lan. Vì vậy, vắc-xin vừa bảo vệ sức khỏe cá nhân, vừa đảm bảo an toàn cho mọi người. Sự miễn dịch tốt của cả cộng đồng rất quan trọng trong việc bảo vệ sức khỏe của những người lớn tuổi và những người có các vấn đề bệnh lý khác. Tiêm vắc-xin là thể hiện trách nhiệm của từng cá nhân đối với sức khỏe của gia đình và mọi người xung quanh.

Các bác sĩ và y tá luôn sẵn sàng để trả lời các thắc mắc và giải đáp những lo ngại của bạn. Đừng ngần ngại nêu những thắc mắc và hãy cùng người thân, bạn bè thảo luận về những trải nghiệm của nhau về tiêm vắc-xin phòng ngừa. Những điều trên sẽ giúp bạn quyết định rằng liệu vắc-xin có đang hỗ trợ cho bạn và cộng đồng của chính bạn không. Truy cập trang web projecthealings.info để biết thêm thông tin chi tiết.



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
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.