



SỨC MẠNH CỦA VẮC XIN: CÁCH VẮC XIN GIÚP BẠC PHỤ HUYNH BẢO VỆ CON CỦA MÌNH

PROJECT HEALINGS COVID-19 SERIES - BÀI BÁO #6

Soạn thảo bởi Asian Media Access, Chinese
American Chamber of Commerce – MN, and
Spitfire

Nhiều người nhập cư và tị nạn gốc Phi ở Minnesota đã chuyển đến Hoa Kỳ để mang lại một tương lai tốt đẹp hơn cho con cái họ, tuy nhiên COVID-19 đã tác hại với cơ hội đó. Các bậc cha mẹ nuôi con nhỏ trong thời kỳ đại dịch phải đối mặt với hai khủng hoảng. Đầu tiên, những khó khăn về kinh tế khi thất nghiệp và lo lắng thường xuyên về làm thế nào để chu cấp cho gia đình. Thứ hai, những khó khăn trong việc hỗ trợ trẻ em khi mà cuộc sống hàng ngày có quá nhiều biến đổi bởi COVID.

Việc học tại nhà càng khiến nhiều học sinh cảm thấy bị cô lập bên cạnh những lo lắng về việc mất đi người thân. Chuyên gia sức khỏe cộng đồng Fred Ndip giải thích, "Thật kinh hoàng. Chúng tôi đã mất rất nhiều thành viên trong cộng đồng ở cả Mỹ và quê nhà, từ đó nó đã tạo ra rất nhiều lo lắng."

Ngoài nỗi lo cho gia đình, học sinh còn lo lắng về việc tụt hậu ở trường. Trẻ em trong cộng đồng nhập cư phải đối mặt với những rào cản khác đối với việc học tập tại nhà. Khi cha mẹ không thông thạo tiếng Anh hoặc không quen thuộc với hệ thống trường học của Hoa Kỳ, họ sẽ khó để giúp con trong việc học trực tuyến. Khả năng truy cập Internet hạn chế và thư viện đóng cửa cũng khiến học sinh khó tiếp cận hỗ trợ hơn.

Nhưng các cộng đồng nhập cư đã quen với việc thay đổi, và cam kết của mọi người trong cộng đồng người Mỹ gốc Phi đã thúc đẩy khả năng phục hồi. Melissa Nambangi, Giám đốc Điều hành của Hiệp hội Phụ nữ Châu Phi Minnesota ([MAWA](#)) có nói rằng, "Có nhiều sự khác biệt giữa các cộng đồng từ các quốc gia Châu Phi khác nhau. Nhưng chúng tôi có một điểm chung tuyệt đẹp: chúng tôi đều coi trọng cộng đồng. Nhà của chúng tôi luôn luôn có chỗ tựa cho mọi người. Chúng tôi luôn tiếp nhận, cung cấp bữa ăn tự nấu và hỗ trợ mọi người."

Cộng đồng là một hệ thống hỗ trợ quan trọng cho việc nuôi dạy con cái. Như người ta nói, cần cả một ngôi làng phải để nuôi một đứa trẻ. Ndip nói, "Đại dịch đã lấy cộng đồng của chúng tôi, nhưng vắc xin có thể giúp chúng tôi lấy lại nó." Kiểm soát đại dịch COVID bằng vắc xin có thể giúp việc kết nối lại với cộng đồng an toàn hơn và tiếp tục hỗ trợ lẫn nhau để tạo ra một tương lai tốt đẹp hơn cho thế hệ tiếp theo.



Giữ sự an toàn và vững chắc cho gia đình

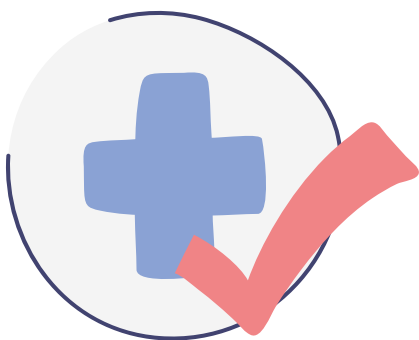
Không còn là bí mật việc các bà mẹ sẽ làm hầu hết mọi thứ để giữ cho con mình được an toàn và khỏe mạnh. Nambangi chia sẻ rằng bản năng này rất mạnh mẽ ở những bà mẹ châu Phi như cô: “Chúng tôi không thể để con mình bị ốm. Chúng tôi muốn con mình bị đau ít nhất có thể. Là phụ nữ, chúng tôi luôn được giáo dục việc nên đặt mình ở cuối cùng.”

Chăm sóc trẻ em đòi hỏi sức mạnh. Để luôn mạnh mẽ, điều quan trọng là cha mẹ cũng phải chăm sóc bản thân. Bệnh COVID có thể gây ra những hậu quả nghiêm trọng và lâu dài cho sức khỏe của cha mẹ và con cái. COVID là nguyên nhân gây tử vong phổ biến thứ năm trong giai đoạn từ năm 2020 đến năm 2022 ở trẻ em từ 1 đến 4 tuổi. [1] Nhưng vắc xin giúp giảm nguy cơ mắc bệnh nặng. Những người được tiêm chủng có nguy cơ tử vong do COVID thấp hơn 10 lần so với những người không được tiêm chủng. [2]

Vắc xin cũng giúp bảo vệ cả gia đình chứ không chỉ cá nhân. Khi cha mẹ đi tiêm phòng, họ sẽ ít có nguy cơ lây bệnh nguy hiểm cho con mình hơn. Khi nói đến COVID, bảo vệ con bạn có nghĩa là bảo vệ chính bạn.

Điều này vẫn áp dụng khi mang thai. Các nghiên cứu cho thấy vắc xin COVID an toàn cho phụ nữ mang thai và trẻ sơ sinh. Tiêm vắc xin là cách phổ biến để các bà mẹ bảo vệ con mình khỏi nhiều loại bệnh tật. Nambangi nhớ lại, “Bất kỳ phụ nữ châu Phi nào đã trở thành mẹ trong thời của tôi đều quen với việc khi mang thai, bạn sẽ được tiêm một số loại vắc xin nhất định. Trong vài năm đầu đời của đứa trẻ, chúng ta phải tiêm cho chúng những loại vắc-xin này... chống lại bệnh sởi, bại liệt và lao. Chúng tôi tìm kiếm vắc xin vì chúng tôi biết rằng chúng tôi đang bảo vệ đứa trẻ.”

Cũng giống như các loại vắc xin khác, vắc xin COVID bảo vệ sức khỏe sinh sản bằng cách ngăn ngừa các vấn đề sức khỏe lâu dài do COVID gây ra. Vắc xin cũng hữu ích cho các ông bố và trẻ em trai cũng như cho các bà mẹ và trẻ em gái. Tiêm chủng giúp cha mẹ giữ sức khỏe tốt nhất có thể để họ có thể ở bên cạnh con cái và đảm bảo rằng con cái không bị COVID. Như Nambangi chia sẻ, “Tôi đã tiêm phòng và nó đã giúp tôi khỏe mạnh. Nó tạo nên sự khác biệt.”



Tìm hiểu hệ thống chăm sóc sức khỏe cùng nhau

Tiêm phòng không chỉ là quyết định để bảo vệ bản thân và gia đình khỏi COVID. Việc tiêm phòng cũng có những lợi ích thiết thực. Nhập cư sang một quốc gia mới đã khó, nhưng học cách tuân theo một hệ thống chăm sóc sức khỏe phức tạp và tốn kém cũng là một thách thức lớn đối với các cộng đồng nhập cư. Điều quan trọng cần biết là vắc xin COVID miễn phí ngay cả khi không có bảo hiểm, và cộng đồng đang cùng nhau hợp tác để làm cho việc chăm sóc trở nên đơn giản và an toàn.

Các tổ chức như MAWA và Project HEALINGS được thành lập để hỗ trợ các cộng đồng nhập cư nhận được sự chăm sóc mà họ cần. Các tổ chức này độc lập với chính phủ. Các thành viên cộng đồng địa phương, như Ndip và Nembang, điều hành các tổ chức này và hiểu nhu cầu của cộng đồng như [dịch thông tin y tế](#) sang các ngôn ngữ và thổ ngữ châu Phi.

[MAWA](#) và [Project HEALINGS](#) điều hành các phòng khám COVID của riêng họ, nơi bạn có thể đặt câu hỏi, tìm các nguồn chăm sóc sức khỏe đáng tin cậy và chủng ngừa nếu bạn muốn. Ndip đảm bảo, "Chúng tôi biết các bậc cha mẹ đã và đang làm mọi thứ có thể để giữ cho gia đình họ được an toàn. Chúng tôi ở đây để giúp thảo luận về các câu hỏi và giải thích những tài nguyên nào có sẵn để mọi người có thể đưa ra quyết định sáng suốt cho chính mình."



VAX TO SCHOOL

Make sure you're up to date on recommended vaccines, including COVID-19 vaccines, before you head to campus.



Reference

- 1.[Dr. Katherine E. Fleming-Dutra. (2022, June 17). COVID-19 epidemiology in children ages 6 months– 4 years. <https://www.cdc.gov/vaccines/acip/meetings/downloads/slides-2022-06-17-18/02-COVID-Fleming-Dutra-508.pdf>
- 2.Chatterjee, R. (2022, June 18). CDC clears the way for vaccinations for children 6 months to 5 years old. NPR. <https://www.npr.org/sections/health-shots/2022/06/18/1105929247/vaccinations-for-children-6-months-to-5-years-old-can-begin-after-cdc-clears-the>

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.



3 COVID-19 vaccines

are now available in Minnesota.



Johnson & Johnson



Moderna



Pfizer

Each are nearly 100% effective against hospitalization.

Each are highly effective against severe illness.

ROLL UP YOUR SLEEVES, MINNESOTA 