



PROJECT HEALINGS
COVID-19 SERIES

接种疫苗助力了解 整体健康和心灵福祉



亚洲传媒、明州华人商业联合总会、
Spitfire联合出品

在过去的两年里，随着明尼苏达一波又一波的疫情发生，新冠感染率反复升降。但有一件事一直没变：黑人社群在新冠中受到了严重打击。自病毒大流行开始以来，明州黑人的新冠死亡率是白人的两倍多。[1] 但是，尽管有如此不平等的情况存在，社群成员还是能勇敢迎战。

多重挑战

除了疫情，黑人社群还面临着多重困境。新冠加剧了社群中已有的种种问题——工作环境恶化、失业率激增、收入不稳定、高等教育学习机会受限等等。

Overcomer's Victory教堂的高级牧师Donnell Bratton分享说，对于明州的黑人来说，2020年不只是被新冠封城定义的。“我们还受到明尼阿波利斯市社会动荡的影响，特别是在乔治·弗洛伊德去世前后.....每个人都积极参与到社群中，做一些工作。”新冠是对社群福祉的严重威胁，因为它加剧了一种已有的不平等。这种不平等是社群成员正在全力应对的。对于支持黑人生命权的大图景来说，支持卫生知识普及和改善获得医疗保健的机会，是非常重要的组成部分。



ARTICLE

©4

找到疗愈之光

新冠病毒并不造成歧视，但是有个事实是无法掩盖的：医疗系统加剧并延续了不公平。美国的医疗体系深深植根于种族主义的做法，例如塔斯基吉梅毒实验和强制绝育。这些让许多人承受了沉重的压力，比如Bratton的母亲。“我母亲在塔斯基吉时代的南方长大。她没有机会获得正常的医疗保健，直到出现像小儿麻痹症这样的紧急情况，政府突然就要求每个人接种疫苗。但大多数时候，没有人在那里支持他们的健康。所以她那一代的许多人转向教堂，转向上帝，将信仰作为安慰和治愈的来源。这些信仰直到今天依然坚定。”

Bratton察觉到，他母亲的经历还根植在他心中。代际创伤让黑人社区的很多人对医疗干预保持警觉。为了应对这样充满暴力、令人不安的历史，Bratton牧师有一个座右铭：“我没有造成创伤，但是我有自我疗愈的力量。”他指出，没人可以改变过去，但是每个个体都可以选择优先考虑自己的健康，在当下保护自己不受新冠病毒的困扰。

促进公平和长期安全

疫苗是一种工具，可以帮助个人掌控自己的健康。明尼苏达州卫生部已经认识到，在历史上，黑人社区并没有获得可信的医疗保健。因此，明州卫生部努力让大家能容易打疫苗、打到免费疫苗，将种族平等作为其公共卫生政策的支柱，并与社区合作解决问题。 [2]

一次又一次的数据显示，接种过新冠疫苗的人患重病或死于该病毒的可能性较低。 [3] 由于这一积极的效果，截至2022年5月18日，69%的明州黑人选择了接种疫苗。 [4]



Photo Courtesy: Xinhua

请一天假去诊所打疫苗、并应对打疫苗后的正常反应可能是一件麻烦事，但身体对疫苗的反应会在几天内消失。而另一种选择——感染新冠——则会造成极端的健康和经济负担，并可能会产生严重的长期影响。

感染新冠会让你和你周围的人至少5天无法上班和上学。病毒对你健康的一些影响——比如呼吸急促和注意力难以集中——可能持续数月或更长时间。每个人都有权权衡预防措施的风险和益处，并选择适合自己的道路。

疗愈黑人社区经历的历史性医疗创伤，需要的不仅仅是科学事实。像Bratton牧师这样的社区领袖可以成为一座桥梁，但沟通必须是双向的。公共卫生机构必须分享重要的疫苗信息，但它们也必须倾听和了解黑人社区的经验和需求。就卫生知识普及和医疗保健的渠道开展更广泛的对话，将使社区更强大，更有能力应对未来的公共卫生危机。

获取力量和作出选择之法

关于健康和接种疫苗的决定是非常个人化的，但在餐桌上与信任的朋友和家人讨论会有帮助。**Bartton**牧师经常在教堂里提出关于健康的讨论，因为它是社区和疗愈的核心。

“牧师和精神领袖在教育 and 指导社区方面发挥着作用。无论你的教派或信仰是什么，我们的价值观中都包含照料邻里的方面。但我也想让你们知道，照顾自己和自己的健康对精神同样重要。我们相信上帝，尽管我们从未见过他。我们看不到新冠病毒，但这并不意味着它不是真实的。它给我们的社区造成了很多痛苦，这些痛苦本可以通过口罩、保持社交距离和其他预防措施来预防。”

牧师强调说，每个人生来都有一个礼物，那就是能够做出选择。他鼓励人们利用这种能力对自己的健康做出正确的决定。每个人都有权询问和了解新冠，以及学习避免严重疾病的方法。掌控个人健康可以帮助人们回到教堂、工作、学校，并亲自进行宣传。像[Project HEALINGS](#)这样的社区组织在这里继续与社区进行对话、努力确保在新冠流行及结束以后改善医疗公平。



Testing remains important.
For Everyone. Vaccinated + Unvaccinated.

STAY SAFE MN

Reference

1. 0.35% compared to 0.16% respectively as of May 11th, 2022. Minnesota Department of Health. (2022). Data by Race/Ethnicity. COVID-19 Updates and Information - State of Minnesota. Retrieved May 18, 2022, from <https://mn.gov/covid19/data/data-by-race-ethnicity/index.jsp>
2. Peters, J. (2021, May 21). Minnesota's vaccine equity director, Dr. Nathan Chomilo, has a lot of inequity to fix. Sahan Journal. <http://sahanjournal.com/health/minnesota-vaccine-race-equity-chomilo/>
3. Study shows COVID-19 vaccines offer lasting protections. (2022, January 12). UNC News. <https://uncnews.unc.edu/2022/01/12/study-shows-covid-19-vaccines-offer-lasting-protection/> Katella, K. (n.d.). Comparing the COVID-19 Vaccines: How Are They Different? Yale Medicine. Retrieved May 18, 2022, from <https://www.yalemedicine.org/news/covid-19-vaccine-comparison>
4. Minnesota Department of Health. (2022). COVID-19 Vaccine Data. COVID-19 Updates and Information - State of Minnesota. Retrieved May 18, 2022, from <https://mn.gov/covid19/vaccine/data/index.jsp>

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.