

AARP 乐龄会加州主任 Nancy McPherson 寄语:关于针对亚裔美国人和太平洋岛民(Asian American and Pacific Islander)的仇恨犯罪

近日,加州出现了一波针对亚裔美国人和太平洋岛民(AAPI)社区令人紧张的种族冲突暴力和骚扰。更令人不安的是,年长者事实上也成为了种族主义的攻击目标。AARP 乐龄会强烈谴责所有种族冲突暴力和骚扰行为。

种族主义是让我们的社会受到破坏性、分裂性言辞和暴力行为影响的毒药。

我们必须致力于阻止任何形式的种族主义——而这需要社区内所有成员的承诺。

AARP 乐龄会深信,我们必须齐心协力阻止种族主义,并努力揭露种族主义说辞的本来面目。用 AARP 乐龄会创始人 Ethel Percy Andrus 博士的话来说,「如果我们不满意事情现在的样子,就必须关心事情可能变成的样子」。我们能够且必须联

合起来阻止社区内的种族主义和仇恨。

我们必须全力争取让我们的社区变得平静而和睦,并且必须拒绝可对社区繁荣所需的安全和保障造成威胁的侮辱性成见和暴力说辞。

AARP 乐龄会敦促所有人造访加州检察总长网站 www.oag.ca.gov/hatecrimes, 从而了解关于如何对抗种族主义,以及如何

报告种族主义暴力和骚扰的更多资讯。如要了解受害者如何保持安全以及旁观者如何提供帮助,请造访 stopaapihate.org/together。

谨致,
Nancy McPherson
AARP 乐龄会加州主任

声明 | AARP 乐龄会首席执行官 Jo Ann Jenkins 谴责因新冠疫情而引起的针对亚裔美国人和太平洋岛民的仇恨犯罪浪潮

华盛顿,2021年3月4日讯—AARP 乐龄会首席执行官 Jo Ann Jenkins 针对近期汇编的资料发布了下列回应声明,这些资料显示全美 16 个最大城市的反亚裔仇恨犯罪率去年激增,部分更增长了三位数。3月2日的分析资料以警方初步资料为基础,来源于圣博纳迪诺的加州大学仇恨与极端主义研究中心。根据该中心的报告,第一次犯罪率激增出现在 2020 年 3、4 月份,这与 COVID-19 病例的增加以及人们对亚裔美国人和太平洋岛民(AAPI)社区成员,尤其是华裔美国人的消极刻板印象相一致。此外,报告还显示去年的整体种族仇恨犯罪率下降,但针对 AAPI 社区成员的仇恨犯罪率却显著上升。

另一团体 Stop AAPI Hate(停止仇恨

AAPI)则在二月份报告称,其在 2020 年 3 月 19 日至年末期间收集了 126 例针对美国亚裔年长者(60 岁以上)的第一手仇恨犯罪资料。这些案例占到该团体总共接收到的 2,808 起自报案例的 7.3%。

Jenkins 表示:“我们的国家必须联合起来对抗新冠病毒,该病毒已经对美国年长者带来了极大的伤病和死亡率。这些令人不安的种族仇恨犯罪资料意味着年长的亚裔美国人和太平洋岛民不仅要担心被新冠病毒感染,还面临着因偏见、仇恨和排外而遭受暴力和骚扰的危险不断增加。这两项因素结合在一起,可能会对其寻求检测、治疗、资讯或疫苗接种造成障碍,而在此时刻我们整个国家必须团结一致,并竭尽可能地帮助遏制 COVID 的传播。CDC(美国疾

病控制与预防中心)前主任 Robert Redfield 曾表示,污名是公共卫生的天敌,对此我们深表赞同。AARP 乐龄会强烈谴责所有种族冲突暴力和骚扰行为。”

关于 AARP 乐龄会

AARP 乐龄会是美国最大的非营利性、无党派组织,致力于帮助和激励 50 岁以上的人群享有自我选择的生活方式。AARP 乐龄会在全国范围内拥有近 3800 万成员,它巩固并加强社区,倡导对家庭最重要的事情:健康保障,财务稳定和个人成就感。AARP 乐龄会还发行全国最大的发行出版物:《AARP 乐龄会杂志》和《AARP 乐龄会简报》。了解更多信息,请访问中文官网 chinese.aarp.org 或关注 AARP 乐龄会微信公众号。



接受第二剂 COVID-19 疫苗之前需要了解的事情



如果您已经接受了两剂 COVID-19 疫苗的第一剂,那么恭喜您,您已经在抵御新冠病毒的道路上。但要获得完全免疫,接种第二剂是至关重要的。

在全国各地,有些人正在陷入混乱,因为他们出于各种原因想接种第二剂疫苗。如果您的预约被取消,位于纳许维尔的 Vanderbilt University Medical Center 传染病专家兼 National Foundation for Infectious Diseases 医学主任 William Schaffner, M.D. 建议,不要坐等别人给您打电话,要主动重新安排接种第二剂疫苗。

在提到目前在美国使用的 Moderna 和 Pfizer 两剂疫苗系列时,他说:「我们告诉了每个人,这些疫苗的有效性为 95%。但在接种第二剂后,疫苗的有效性也只有 95%。」

以下是关于第二剂疫苗还需要知道的几点事项:

1. 您的副作用很可能会更强烈

对第一剂疫苗的反应很少或没有反应的许多人都报告第二剂疫苗的副作用一齐袭来,这让许多甚至专门研究疫苗的人都惊讶。

位于明尼苏达州罗切斯特的 Mayo Clinic 传染病专家兼 Mayo 疫苗研究组主任 Greg Poland, M.D., 在第一剂疫苗后仅有轻微症状。但接种第二剂疫苗却让他发冷打寒颤,体温达到 101 华氏温度。

疫苗里没有活病毒,所以接种疫苗不

可能感染 COVID-19。

在 Pfizer 临床试验的 18 至 55 岁的参与者中,有 31% 的人在第二剂后报告发烧,而第一剂后只有 8%。疲劳、发冷、头痛和肌肉/关节痛也是两种疫苗的第二剂接种后的更常见症状。

好消息是,资料显示,年长者不太可能出现疫苗反应。在 Pfizer 试验的年满 55 岁的人群中,22% 的人在第二剂疫苗后出现发烧,而有 3% 的人在第一剂后有温度异常。

2. 您应该在接种前避免吃止痛药

如果您听说过有关第二剂疫苗副作用的新闻,那么您可能想在看诊之前吃一片止痛药。

但根据 CDC 的说法,这不是好主意,除非您的医生建议您这样做。Poland 和 Schaffner 说,在接种之前先吃止痛药可能削弱疫苗的有效性。

但是,在疫苗接种后吃乙酰氨基酚(Tylenol)或者 Advil 或 Motrin 这样的药物来治疗疼痛、发烧、发冷或头痛等副作用是可以的。

3. 剂量的间隔不用很精确

Pfizer 疫苗的第二剂应该是在第一剂之后的 21 天给药;而对于 Moderna 疫苗,建议的间隔期是 28 天。

但是,如果您无法在精确的日期安排预约,那么 CDC 也允许稍有一些灵活性。尽管该机构推荐最好按建议的间隔接种,

但该机构也表示,第二剂疫苗可以在第一剂之后最多六周给药。

4. 您的第二剂疫苗应来自与第一剂相同的制造商

医生已收到患者的询问,是否可以接受不同制造商的第二剂疫苗,通常这是因为另一种疫苗在更方便他们的地点提供。但 CDC 不建议这样做: CDC 表示,Moderna 和 Pfizer 疫苗「不可互换,也不可与其他 COVID-19 疫苗产品互换。混合产品系列的安全性及功效尚未被评估。」

5. 注射部位出现皮疹并不是跳过第二剂的理由

如果您在第一剂疫苗后的三到 10 天于注射部位出现皮疹, CDC 说,这并不妨碍您接种第二剂,但该机构建议在另一只手臂接种。

少数人在疫苗接种后已出现此类皮疹,有时被称为「COVID 手臂」。在 2 月 10 日发布的指导意见中, CDC 表示该反应不被认为表示在接种第二剂后有更严重过敏反应的风险。

6. 您应该暂时避免所有其他疫苗

现在可能是您接种带状疱疹或 Tdap 疫苗的时间,但您应在 COVID-19 疫苗剂量之间暂时避免接种那些疫苗。因为还没有关于 COVID 疫苗与其他疫苗同时给用的安全与功效的资料, CDC 建议在两剂疫苗之前和之后两周避免其他免疫接种。推迟其

他疫苗也帮助防止对反应的起因产生困惑(如果您出现反应)。

7. 不会立即产生完全免疫

在第二剂疫苗后,您的身体需要两周时间形成对病毒的完全防护。在此之后, Schaffner 说,如果您暴露于 COVID-19 感染者,您出现严重疾病的机率几乎为零。CDC 还说,如果您暴露于 COVID-19 感染者,只要您符合以下标准:没有症状,并且距离第二剂疫苗接种未超过三个月,那么您就不再需要检疫隔离。

8. 您仍需要戴口罩

专家同意,您在公共场合应继续戴口罩并保持社交距离。一个原因是,即使您接种了疫苗,您仍有小概率生病。除此之外,您仍可能携带病毒,并无知觉地传播给还未接种疫苗的人,即使您没有症状。

Schaffner 说,在全美实现群体免疫之前(即一个群体中大部分人都对疾病有免疫力时),每个人仍务必戴口罩,以阻止病毒的传播。

如果您对于 AARP 乐龄会有任何疑问,欢迎拨打中文热线 1-888-832-1888 咨询。

了解更多关于新型冠状病毒 COVID-19 的资讯,请浏览 AARP 乐龄会中文官网网页 <https://chinese.aarp.org/covid-19/> 或扫描下方二维码,关注 AARP 乐龄会官方微信公众号。

