**COVID19 疫苗 201 研讨会**

2001 年 9 月 27 日由 Multnomah 县公共卫生部创建。 如有疑问，请通过 [beth.poteet@multco.us](mailto:beth.poteet@multco.us)或 503-314-3136 联系 Beth Poteet。

**时间：**2小时

**学习目标：**在研讨会结束时，参与者将能够：

* 解释 COVID19 疫苗的基础知识：它们的作用机制、疫苗批准过程、突破性病例和加强针
* 了解如何进行 COVID19 检测以及何时进行治疗性隔离或预防性隔离
* 确定针对社区的疫苗外展策略和信息，以解决社区对 COVID19 疫苗的担忧
* 制定他们将如何共享此信息的计划

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **主题和**  ***方法*** | **过程** | **材料** | **主持人和**  **时间** |
| 非正式欢迎 | * *提前 10 分钟打开研讨会。 允许大家加入并非正式地互相问候。* |  | 研讨会开始前 10 分钟 |
| 欢迎和介绍  *大组讨论* | * *欢迎参与者参加 COVID19 疫苗 201 研讨会。* * *主持人自我介绍。* * *从 PPT 幻灯片 2 上的土地和劳工致谢开始。 如需指导，请参阅领土确认。*   + 美利坚合众国是由被奴役的非洲人在被盗的土著土地上建立的。这种盗窃和奴役是由政府支持的白人定居者进行的。Multnomah 县位于图拉丁卡拉普亚人被盗的土地上；莫拉拉；讲奇努坎语的部落 Multnomah、Kathlamet 和 Clackamas；以及许多其他在哥伦比亚河沿岸定居的人。尽管试图有意和持续地摧毁他们，但其中很多人以及他们的文化仍然存在和抗争。来自这些部落的人已成为大朗德部落联盟、西莱茨印第安人联盟部落以及华盛顿州奇努克部落和考利茨部落的一部分。我们向这些部落国家以及目前居住在 Multnomah 县的 400 多个部落社区的成员表示敬意。 * *将参与者引领到您正在使用的技术平台。 例如，使用静音、视频、聊天和反应功能。* * **说**：我们很想知道研讨会的参与者。 我将邀请您分享自己的姓名、性别代词（如果您使用）以及工作地点。   + *主持人将按姓名的字母顺序召集参与者（使用“参与者”选项卡查看列表）。* * *回顾 PPT 幻灯片 3-4 上的目标和议程。* * 在我们的研讨会中，我们使用一种称为大众教育的方法。 大众教育尊重分组中每个人的智慧和经验。 我们邀请您在这个研讨会发声。 * 为了帮助我们在接下来的几个小时内有效地互动，我们想介绍自己的护理守则。 *回顾 PPT 幻灯片 5 上的护理守则。*    + 是否有我们应该添加的任何缺失协议？   + 有人对任何协议有顾虑吗？ 如果有，请给主持人发送私信。*[等一下，看看有没有人有顾虑]。*   + 如果您同意护理守则，请使用“竖起大拇指”反应按钮。 * 在我们进入下一个活动之前，还有什么问题吗？ * 您可能会有很多问题。 请把它们放在聊天中。 我们将尽最大努力在最后回答您的问题。 如果我们没有时间，和/或如果我们不知道，我们将跟进答案。 我们不是医疗保健专业人士。 | * PPT：研讨会名称 * PPT：土地和劳工致谢 * PPT：目标 * PPT：议程 * PPT：护理守则 | 15 分钟 |
| 迪纳米卡/活跃气氛  *思考、配对和分享* | * *主持人 - 设置成对的分组讨论室。* * **说：**今天，我们将深入探讨 COVID19 和 COVID19 疫苗。 我们想首先关注我们作为一个社区的优势。 我们将在分组讨论室将您分成两人一组进行大约 3-4 分钟的讨论，以讨论这个问题：   + **您会在自己社区里做什么来互相照顾？** * *Beth 将开设分组讨论室。 允许 3-4 分钟的讨论时间。 把大家带回大组。* * **说：**我们很想了解您分享的内容。 请在聊天中分享。   + *大声朗读聊天。* * **说：**感谢大家的参与。 |  | 10 分钟 |
| COVID19 疫苗的误区和疑虑  *投票* | * **说：**在我们深入研究 COVID19 疫苗之前，我们想分享一些我们从社区健康工作者那里听到的传言和担忧，看看您是否也在社区中听到过这些内容。 * *进行 Zoom 投票。 在每个人都填写完投票后，与小组分享投票结果。*    + 1. COVID19 疫苗会改变您的 DNA。 您在自己社区听说过这个内容吗？     - 回答：是/否   + 2. 一旦接种了疫苗，就不会感染 COVID19。 您在自己社区听说过这个内容吗？     - 回答： 是/否   + 3. 我有天然免疫力，所以我不需要疫苗。 您在自己社区听说过这个内容吗？     - 回答： 是/否   + 4. 只有老年人会死于 COVID - 我年轻健康，所以我不需要接种疫苗。 您在自己社区听说过这个内容吗？     - 回答： 是/否   + 5. 您可以为达到 12 岁儿童的身高/体重但实际是 11 岁的儿童接种疫苗。 您在自己社区听说过这个内容吗？     - 回答：是/否   + 6. 疫苗开发太仓促了，不安全。 您在自己社区听说过这个内容吗？     - 回答： 是/否   + 7. 疫苗会使您无法怀孕。 您在自己社区听说过这个内容吗？     - 回答： 是/否   + 8. 一旦您接种了疫苗，就不必再戴口罩。 您在自己社区听说过这个内容吗？     - 回答： 是/否   + 9. 即使我接种了疫苗，仍然可能会传播病毒，所以我是否接种疫苗都没有关系。 您在自己社区听说过这个内容吗？     - 回答： 是/否   + 10. 疫苗导致了变种。 您在自己社区听说过这个内容吗？     - 回答： 是/否 * **您还从社区中听到过什么关于他们对接种疫苗的担忧？** * *感谢大家的参与。 说明我们将在下一项活动中解决这些误区。* | * 投票：COVID19 疫苗的误区和疑虑 | 15 分钟 |
| COVID19 疫苗 201  *危险游戏* | * **说：**为了回顾一些关于 COVID19 和 COVID19 疫苗的最新信息，我们要玩危险游戏！ * 按姓名的字母顺序将参与者分配到团队（每个团队 5-6 名参与者）。 让每个团队选择一个类别和问题。 他们将有 30 秒的时间来回答问题。 当轮到他们的团队时，让他们取消静音。 * *玩危险游戏。[请参阅单独的 COVID19 危险游戏 PowerPoint 游戏面板。 还可以在下面找到问题和答案。* 您可能需要更新信息。] * **说：**感谢您的参与。 | * PPT：危险游戏 | 40 分钟 |
| 解决社区问题  *小组* | * *主持人按人群设置分组讨论室。* * **说：**我们知道我们同舟共济。 我们想要打败的敌人是病毒，而不是陷入接种疫苗与未接种疫苗的心态。 * 我们也知道，解决社区成员对病毒的担忧不仅仅需要共享信息。 它需要能够以尊重和文化上适当的方式倾听和交流。 * *JerMichael 分享他与阿姨谈话的例子。* * **说：** 您现在将有大约 20 分钟的时间按人群一起互动，讨论**哪种外展策略和信息最有助于解决您所在社区/与您互动的人的疫苗问题。** 您可以自行选择要加入的组。 您现在可以加入分组讨论室。 我们将在 20 分钟内带您回到大组。 如果有只有 1 位参与者的分组讨论室，我们会将您转移到多元文化分组讨论室。 * 当您与社区成员就疫苗事宜进行对话时，您可能想考虑哪些措施有效，哪些措施无效。 您还可以讨论哪种教育方法在您的社区中最有效 - 即社区领导者共享信息、研讨会、与医疗专业人员的信息会议等。 * *如果任何组只有 1 名参与者，则主持人将加入该组。* * *分成小组进行 20 分钟讨论。* * *将参与者带回大组。 请参与者分享进行这些对话的任何有用提示或做法。* * 接种疫苗是个人决定。 不管做出什么决定，我们都同舟共济。 我们感谢您在这些困难时期为教育和支持社区所做的一切。 |  | 35 分钟 |
| 下一步  *个人作业* | * **说：**我们将为每个人提供我们今天使用的课程计划和幻灯片的副本。 * 在我们结束时，请花几分钟时间思考这些问题。 如果您愿意，请随时为自己写下一些笔记。 您将有大约 5 分钟的时间。 * *在聊天中分享提示：*   + **您针对自己将如何在社区中分享这些信息有什么计划？ 想想您想要联系的特定人群或您想要举办的教育活动。** * *如果时间允许，请 2-3 人呈交。* * 感谢大家今天的参与！ |  | 5 分钟 |

**COVID19 危险游戏**

**疾病**

* 10： 患有糖尿病或肺病等慢性病的人如果本身感染 COVID19 病毒，则患更严重疾病的风险是\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_。
* a. 没有风险
* b. 低得多的风险
* **c. 高得多**
* 信息：严重的心脏病、慢性肾病、癌症、镰状细胞病、2 型糖尿病、肺病、现在或以前时间吸烟者以及免疫功能低下状态都使一个人更有可能因 COVID19 而患上重病。 [查看完整列表](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/need-extra-precautions/people-with-medical-conditions.html)。
* 20： 如果您曾经感染过 COVID19，则不会再次感染。
  + A. 对
  + **B. 错误**信息：[目前证据](https://www.nih.gov/news-events/nih-research-matters/lasting-immunity-found-after-recovery-covid-19)表明，在初次感染后的 6-8 个月内，再次感染 COVID19 病毒并不常见。 但是，专家们不确定这种保护能持续多久，并且有可能不止一次感染 COVID。 未接种疫苗的人再次感染的可能性会增大。
* 30： COVID19 症状可持续数周甚至数月。
  + **A. 对**
  + B. 错
  + 信息：[长期 COVID](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/long-term-effects/index.html) 包括一系列症状，这些症状可能在最初感染 COVID 后持续数周或数月。 症状可能包括疲劳、脑雾、嗅觉丧失、情绪变化以及关节或肌肉疼痛。
* 40： 可能会将单克隆抗体作为 COVID19 治疗方法向 COVID19 检测结果呈阳性的人提供，并且该人必须：
  + A. 年满 12 岁且体重超过 88 磅
  + B. 有轻度或中度 COVID 症状
  + C. 被认为因 COVID 而住院的风险很高
  + **D. 上述全部**
  + 信息：[单克隆抗体治疗](https://sharedsystems.dhsoha.state.or.us/DHSForms/Served/le3897.pdf)模拟我们的免疫系统对导致 COVID19 的病毒做出的反应。 除了用于 COVID 检测结果呈阳性的人之外，单克隆抗体还可以用于 12 岁及以上且接触过或接触风险高（比如在人群聚集环境中）并且是：未接种疫苗或部分接种疫苗的人，或已完全接种疫苗但由于免疫功能低下疾病或正在服用免疫抑制药物而预计不会产生强烈免疫反应的人。

**疫苗作用机制**

* 10：COVID19 疫苗包含：
  + A. 病毒
  + B. 猪肉及猪肉制品
  + C. 微芯片
  + D. A、B 和 C
  + **E. 以上都不是**
  + 信息：[疫苗](https://www.multco.us/novel-coronavirus-covid-19/how-covid-19-vaccines-protect-you)不含猪肉、动物产品、微芯片、胎儿细胞或活病毒。 它不会让您感染 COVID19 或改变您的 DNA。
    - * 20：哪个品牌只需要接种一针疫苗？
        + **A. J & J**
        + B. Pfizer
        + C. Moderna
        + 信息：[J&J](https://www.multco.us/novel-coronavirus-covid-19/how-covid-19-vaccines-protect-you) 只需要一剂。 Pfizer/Comirnaty 和 Moderna 需要在第一剂后 3 或 4 周以及最多 6 周内接种第二剂。
* 30：COVID19 病毒出现这么多不同变种实属不寻常。
  + A. 对
    - * **B. 错**
      * 信息：病毒通过突变不断发生变化。 有时会出现新[变种](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/variants/variant.html)，然后消失。 另外一些时候，新变种仍然存在。 减缓新变种出现的最佳方法是减少感染的传播，包括接种疫苗。
* 40：与其他疫苗一样，COVID19 疫苗教会我们的身体如何\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 和 \_\_\_\_\_\_\_\_\_ 导致 COVID19 的冠状病毒。
  + a. 创造/成长
  + b. 识别/增加
  + **c. 识别/对抗**
  + 信息：[疫苗会教您的身体](https://www.multco.us/novel-coronavirus-covid-19/how-covid-19-vaccines-protect-you)制造一种看起来像 COVID19 病毒中的蛋白质的无害蛋白质。 您的身体会对蛋白质做出反应，并产生能够识别和对抗 COVID19 病毒的抗病细胞和抗体。

**开发**

* 10：Johnson & Johnson 疫苗基于对 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 疫苗的数十年研究。
* **A. 腺病毒**
* B. mRNA
* C. 生殖
* 信息：J&J 疫苗基于腺病毒研究，而 Pfizer/Comirnaty 和 Moderna 疫苗基于 mRNA [研究](https://www.multco.us/novel-coronavirus-covid-19/how-covid-19-vaccines-protect-you)。
* 20：COVID19 疫苗通过了检测它们本身和检查其安全性的所有步骤，没有跳过任何步骤。
* **A. 对**
* B. 错
* 信息：过去的研究、联邦资助以及社区中 COVID19 的高发病率使疫苗得以快速开发。 一旦疫苗通过临床试验，它们就会被送到食品和药物管理局 (FDA) 进行授权。 在疫苗的开发、安全审查或授权过程中[没有偷工减料](https://www.multco.us/novel-coronavirus-covid-19/vaccine-safety-and-development)。
* 30：有意识地努力招募 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 参加这些临床试验。
* **A. 有色人种**
* B. 政府雇主
* C. 医护人员
* 信息：对于 Pfizer/Comirnaty、Moderna 和 J&J 疫苗，在美国的[研究参与者中约有 ⅓ 是有色人种](https://www.multco.us/novel-coronavirus-covid-19/diversity-vaccine-studies)。
* 40：FDA 为提供了一种称为 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ 的授权，以使用每种疫苗。
* A. 快节奏授权
* B. 合理使用授权
* **C. 紧急使用授权**
* 信息：[Pfizer/Comirnaty](https://www.fda.gov/news-events/press-announcements/fda-approves-first-covid-19-vaccine) 现在已获得 FDA 对 16 岁及以上人群的完全授权。 对于 12-15 岁的青少年和免疫功能低下的人的第 3 剂，它仍然具有紧急使用授权。

**何时接种疫苗**

* 10：您可以在感染 COVID19 后生病时接种 COVID19 疫苗。
* a. 对
* **b. 错**
* 信息：如果您感染了 COVID，则应该等到从疾病中康复并且不再需要进行治疗性隔离后再接种疫苗。 在您因 COVID19 住院期间无法接种疫苗。 如果您因已知接触 COVID19 而进行预防性隔离，则应等到预防性隔离结束[再接种疫苗](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/faq.html)。
* 20：怀孕和哺乳的人不应该接种疫苗。
* a. 对
* **b. 错**
* 信息：CDC 强烈[建议孕妇接种疫苗](https://www.multco.us/novel-coronavirus-covid-19/pregnancy-and-breastfeeding-and-covid-19-vaccine)。 目前没有证据表明任何疫苗，包括 COVID-19 疫苗，会导致女性或男性的生育问题（尝试怀孕时遇到的问题）。 我们鼓励每个人咨询各自医疗服务提供者，讨论可能遇到的任何问题或疑虑。
* 30：目前，没有针对 12 岁以下儿童的疫苗。
* **a. 对**
* b. 错
* 信息：虽然没有确定的时间表，但 OHA 正在计划针对 [5-11 岁儿童](https://www.npr.org/sections/coronavirus-live-updates/2021/09/20/1038832951/pfizer-and-biontech-vaccine-trials-for-kids-show-the-shots-are-safe-and-effectiv)于 10 月和 6 个月至 4 岁儿童于 11 月或 12 月接种 COVID 疫苗的 FDA 和 CDC 紧急使用授权 (EUA)。
* 40：任何想要接种疫苗的人都可以接种疫苗。
  + A. 对
  + **B. 错**
  + 信息：对于最初接种 Pfizer 疫苗且满足以下任一条件的人，建议在第二次接种后六个月内接受 [Pfizer 疫苗加强针](https://sharedsystems.dhsoha.state.or.us/DHSForms/Served/le3898B.pdf)：(a) 年龄为 65 岁及以上，(b) 居住在长期护理机构， (c) 年满 18 岁且有基础疾病，(d) 年龄在 50-64 岁之间，由于社会不平等而面临更高风险，或 (e) 由于工作原因（教师、杂货店员工、医护人员等）而面临更高风险。 请联系您的医疗保健提供者、药房或致电 2-1-1 预约加强针。

**接种疫苗后**

* + - * 10：接种疫苗后有哪些常见症状？

1. 咳嗽和打喷嚏
2. 流鼻涕
3. **酸痛和疲劳**

信息：接种疫苗后，[人们可能会感到](https://www.multco.us/novel-coronavirus-covid-19/you-were-vaccinated-covid-19-what-now)注射部位酸痛或疲劳。 咳嗽、打喷嚏和流鼻涕是 COVID19 感染的常见症状。

* 20：接种疫苗后，会要求您做什么？

1. 多喝水
2. **接种疫苗后观察 15 分钟**
3. 运动 10 分钟

信息： 接种疫苗后的 15 分钟[观察期](https://www.multco.us/novel-coronavirus-covid-19/you-were-vaccinated-covid-19-what-now)可以让医务人员确保您对疫苗没有过敏反应。

* 30：无论是接种疫苗还是未接种疫苗，每个人都应该照做：

1. 白天待在室内
2. **洗手、戴口罩和保持身体距离**
3. 继续像往常一样，因为新冠病毒大流行已经结束

信息：[Delta 变种](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/variants/delta-variant.html) 具有高度传染性。 一些数据表明，Delta 变种可能会在未接种疫苗的人群中引起更严重疾病。 由 Delta 变种引起的突破性感染的完全接种疫苗的人可以将病毒传播给其他人，但传播时间比未接种疫苗的人短。 [阻止传播的方法](https://multco-web7-psh-files-usw2.s3-us-west-2.amazonaws.com/s3fs-public/Keeping%20Students%20Healthy%20%281%29.pdf)包括戴口罩、保持身体距离、洗手和接种疫苗。

* + - * 40：如果您已接种疫苗，则不会感染 COVID19。
        + A. 对
        + **B. 错**
        + 信息：[突破性病例](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/vaccines/effectiveness/why-measure-effectiveness/breakthrough-cases.html)发生在接种疫苗的人感染了 COVID19 时。 疫苗在预防重症、住院和死亡方面非常有效，但没有一种疫苗 100% 有效。

**检测与预防性隔离**

* 10：应使用以下哪些检测来诊断当前的 COVID19 感染？
  + A. 抗体检测
  + B. 诊断检测
  + C. 居家自检
  + **D. B和C**
  + 信息：[诊断检测](https://www.cdc.gov/coronavirus/2019-ncov/symptoms-testing/testing.html)可以显示您是否有活跃的 COVID19 感染并且需要进行治疗性隔离或预防性隔离。 BinaxNOW 居家[自检套件](https://www.multco.us/novel-coronavirus-covid-19/home-self-testing-covid-19)是诊断检测。 抗体检测会寻找您的免疫系统针对导致 COVID19 的病毒而产生的抗体。 抗体检测不应用于诊断活跃的 COVID19 感染。
* 20：如果您已接种疫苗并在工作/敬拜场所/家庭成员等处接触过 COVID19，应该做什么？
  + A. 接触后 3-5 天接受检测
  + B. 待在家里，即使您没有症状
  + C. 接触后 14 天内在室内公共场所戴口罩或直到检测结果呈阴性
  + **D. A和C**
  + 信息：如果您未接种疫苗并接触过 COVID19，则应该在最后一次与 COVID19 感染者接触后在家进行 14 天[预防性隔离](https://www.multco.us/novel-coronavirus-covid-19/how-long-should-you-quarantine)，并监测可能出现的任何症状。 如果可能，请远离与您同住的人，特别是如果他们因 COVID19 而患重病的风险更高的情况下。 您可以在最后一次接触后 5 天接受检测。
* 30：如果您接种了疫苗并检测出 COVID19 呈阳性，即使您没有任何症状，也需要在家进行治疗性隔离。
  + **A. 对**
  + B. 错
  + 信息：如果您接种了疫苗并且 COVID19 检测结果呈阳性，无论您是否有症状，您都应该在家进行 10 天[自我治疗性隔离](https://www.multco.us/novel-coronavirus-covid-19/how-long-should-you-quarantine)。 未接种疫苗的人应自出现症状或 COVID19 检测结果呈阳性后进行 10 天治疗性隔离。
* 40：如果您的孩子流鼻涕和咳嗽，您该怎么办？
  + A. 如果孩子在过去 14 天内与感染 COVID19 的人有过密切接触，请让他们待在家里，并寻求医疗评估和/或接受检测
  + B. 如果孩子在过去 14 天内没有与 COVID19 感染者有过密切接触，请让他们待在家里并接受检测。 如果他们的检测结果为阴性，即使他们仍然有症状，也可以返回学校。
  + C. 如果检测结果呈阳性，则应在症状出现后在家进行 10 天治疗性隔离，直到症状有所改善且 24 小时无需药物治疗不发烧
  + **D. A和C**
  + 信息：如果孩子在过去 14 天内没有接触过 COVID-19 患者：[待在家里](https://www.multco.us/novel-coronavirus-covid-19/how-long-should-you-quarantine)远离学校并寻求检测
    - 如果为阴性：症状好转且 24 小时无需药物治疗不发烧，可返校
    - 如果呈阳性：症状出现后在家进行 10 天治疗性隔离，直到症状有所改善，且 24 小时无需药物治疗不发烧
  + 如果孩子在过去 14 天内接触过 COVID-19 患者
    - 继续待在家里；寻求医学评估和/或检测
  + 如果您没有医生或诊所，则可以致电 2-1-1 或拨打 503-988-5558 联系 Multnomah 县初级保健诊所
  + [更多信息](https://www.oregon.gov/ode/students-and-family/healthsafety/Documents/COVID-19%20Exclusion%20Summary%20Chart.pdf)