



UK Health  
Security  
Agency

**NHS**

Има ваксина, която да Ви предпази от заболяване от

# Херпес зостер



**Националната служба по здравеопазване (NHS) предлага ваксина, която намалява риска от развитие на херпес зостер.**

**Тази листовка описва националната програма за Херпес зостер, ползите от ваксината и кой отговаря на условията.**

**Има 2 ваксини срещу херпес зостер, Zostavax и Shingrix. Вашият личен лекар или местна аптека ще Ви посъветват коя е подходящата ваксина за Вас.**



**За разлика от повечето други инфекции, Вие не хващате херпес зостер от някой друг. Повечето от нас са прекарвали варицела като млади, въпреки че някои от нас няма да помнят, че са я имали.**

**След като преболедувате от варицела, вирусът остава в латентно състояние, живеейки в нервите. През по-голямата част от живота си няма да сте наясно с това, но от време на време вирусът може да се върне и да се разпространи по кожата, причинявайки заболяване, наречено херпес зостер.**

Херпес зостер може да бъде много болезнен и има тенденция да засяга хората по-често, когато остарееят. Това може да се дължи на факта, че имунната Ви система отслабва с напредване на възрастта, от стрес или от набор от медицински състояния и лечения. За някои болката, причинена от херпес зостер, може да продължи много години. Херпес зостер наистина може да повлияе на живота Ви, спирайки Ви да правите всички неща, които обикновено обичате да правите.

### **Какво причинява херпес зостер?**

Херпес (известен също като херпес зостер), се причинява от латентния вирус на варицела, разпространяващ се в участък от кожата, обслужван от един от нервите. Това води до струпване на изключително болезнени и сърбящи, пълни с течност мехури. Тези мехури могат да се спукат и да се превърнат в рани, които в крайна сметка хващат коричка и зарастват. Тези мехури обикновено засягат област от едната страна на тялото, най-често гърдите, но понякога и главата, лицето и очите.

### **Как изглежда херпес зостер?**



## Колко време продължава и колко сериозно може да бъде?

Първите признаци на херпес зостер могат да бъдат общо неразположение с усещане за изтръпване или парене в участък от кожата от едната страна на тялото. Болезненият обрив с пълни с течност мехури обикновено се появява няколко дни след първоначалните симптоми.

Херпес зостер по тялото може да причини силна болка. Ако херпес зостер се развие в окото и клепача, това може да доведе до намалено зрение или дори до постоянна слепота в това око.

## Колко често се среща херпес зостер?

Около 1 от 5 души, които са прекарвали варицела, ще развият херпес зостер. Това означава, че всяка година в Англия и Уелс десетки хиляди хора ще имат херпес зостер. Въпреки че херпес зостер може да се появи на всяка възраст, рискът, тежестта и усложненията от херпес зостер се увеличават с възрастта.

## Постхерпетична невралгия (PHN)

Всяка година около 14 000 души продължават да развиват постхерпетична невралгия (PHN) след херпес зостер и над 1400 са приети в болница поради постхерпетична невралгия (PHN).

Повечето хора се възстановяват напълно след няколко седмици, но при някои болката продължава няколко месеца или дори години – това се нарича постхерпетична невралгия (PHN). Това е особено неприятно състояние със силна пареща, пулсираща или пробощаща нервна болка.

Колкото по-възрастни сте, толкова по-вероятно е да имате дълготрайна болка. Ваксината срещу херпес зостер намалява риска от получаване на херпес зостер и постхерпетична невралгия (PHN).

## Може ли херпес зостер да се разпространи?

Херпес зостерът не се разпространява толкова лесно, колкото варицелата, но течността в мехурите съдържа вируса на варицелата. Така че някой, който не е имунизиран срещу варицела, може да хване инфекцията, ако е в контакт с тази течност.

Ако имате обрив от херпес зостер, трябва да покриете обрива с широки дрехи, за да намалите риска от разпространение на варицела. Бременни жени, които не са боледували от варицела, хора с отслабена имунна система и новородени бебета трябва да избягват директен контакт с обрива.

## Кой ще получи ваксината?

От 1 септември 2023 г. програмата за ваксини се предлага на следните:

1

здрави хора на възраст от 70 до 79 години, които все още не са ваксинирани

2

хора над 50 години със силно отслабена имунна система

3

здрави хора на възраст от 60 до 70 години ще отговарят на условията за ваксина през следващите 5 години, когато навършат 65 или 70 години

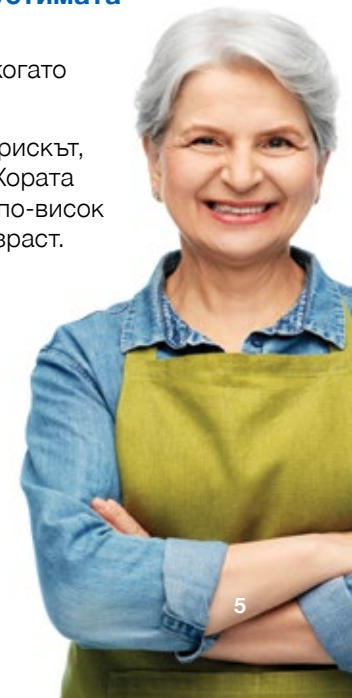
Ще останете подходящи за ваксина срещу херпес зостер до 80-тия си рожден ден (освен ако нямате отслабена имунна система\*), но колкото по-рано получите ваксината, толкова по-рано ще бъдете защитени. Подробности за това кой може да получи ваксината през първите пет години от програмата са показани в диаграмата.

## Какво ще кажете за хората, които са под допустимата възраст за ваксина срещу херпес зостер?

На по-младите хора ще бъде предложена ваксината, когато достигнат допустимата възраст.

Херпес зостер може да се появи на всяка възраст, но рискът, тежестта и усложненията се увеличават с възрастта. Хората със силно отслабена имунна система са изложени на по-висок риск и затова ваксината се препоръчва в по-ранна възраст.

\*Хората със силно отслабена имунна система остават подходящи за ваксина.





**Ако имате ваксина срещу херпес зостер, ще Ви бъде дадена карта с Вашето име и датата на следващия час, ако се нуждаете от втора доза. Моля, съхранявайте я на сигурно място.**



### Ще има ли странични ефекти?

Страничните ефекти от ваксините Zostavax и Shingrix обикновено са доста леки и не траят много дълго. Най-честите нежелани реакции (появяващи се при поне 1 на всеки 10 души): са болка и зачервяване на мястото на инжектиране, общи мускулни болки и главоболие.

Може да се почувствате уморени и да имате температура след ваксината Shingrix. Можете да си починете и да вземете нормалната доза парацетамол (следвайте съветите на опаковката), за да се почувствате по-добре. Не използвайте машини и не шофирайте, ако се чувствате зле.

Трябва да се почувствате по-добре след няколко дни, но ако симптомите ви продължават по-дълго, трябва да ги обсъдите с личния си лекар или медицинска сестра.

Zostavax рядко може да причини сериозни нежелани реакции при хора с много отслабен имунитет – тези хора трябва вместо това да получат ваксината Shingrix.

Можете да съобщите за всякакви нежелани реакции, като използвате схемата Жълта карта от MHRA ([yellowcard.mhra.gov.uk](http://yellowcard.mhra.gov.uk)) – вижте задната страница на тази листовка за подробности.

### Колко безопасни са ваксините, използвани ли са в други страни?

Както всички лицензирани ваксини, ваксините срещу херпес зостер са напълно тествани и отговарят на строгите изисквания за безопасност и лицензиране на Обединеното кралство.

И двете ваксини се използват широко в Европа и Северна Америка през последните няколко години.

### Колко ефективна е ваксинацията?

С ваксинацията значително ще намалите шанса си да развиете херпес зостер.



**През първите 5 години от националната програма имаше 40 500 по-малко консултации с общопрактикуващи лекари за заболявания, свързани с херпес зостер, и 1 840 по-малко хоспитализации<sup>1</sup>.**

Ако продължите да развивате херпес зостер, симптомите вероятно ще бъдат по-леки и заболяването ще продължи по-кратко, отколкото ако не сте били ваксинирани. Доказано е, че и двете ваксини срещу херпес зостер, използвани в Обединеното кралство, осигуряват добра защита.

### Как и кога се поставя ваксината?

Както повечето ваксинации, ваксината ще бъде поставена като инжекция в горната част на ръката. Налични са 2 различни ваксини и ще Ви бъде предложена ваксината, която е подходяща за Вас.

Shingrix е нежива ваксина и ще Ви трябва 2 дози, за да Ви осигури най-добрата дълготрайна защита.

За повечето хора втората доза Shingrix ще бъде предложена около 6 месеца след първата доза. Ако имате силно отслабена имунна система, втората доза Shingrix трябва да бъде поставена по-рано, но поне 8 седмици след първата доза.

Вашият личен лекар ще Ви уведоми кога да се запишете за 2<sup>-рата</sup> доза.

Zostavax е жива ваксина и е необходима само една доза, за да Ви осигури добра защита.

[1] Въздействие на програмата за ваксиниране срещу херпес зостер върху хоспитализирани и консултирани с херпес зостер през 5-те години след въвеждането ѝ в Англия: проучване сред населението – PubMed (nih.gov)

## Защо не мога да получа ваксината сега?

Според настоящата програма всеки на възраст от 70 до 79 години има право на ваксина срещу херпес зостер. Програмата се разширява постепенно, като се започне с тези с най-висок риск, както е препоръчано от Съвместния комитет за ваксинация и имунизация (JCVI). През следващите 10 години програмата евентуално ще включва всички над 60 години.

Индивиди на възраст 50 или повече години със силно отслабена имунна система вече отговарят на условията за ваксина Shingrix.

## Трябва ли да направя нещо, за да получа ваксинацията?

Когато отговоряте на условията за ваксината си срещу херпес зостер, Вашият личен лекар ще се свърже с Вас, за да си запазите час. Ако обаче се притеснявате относно херпес зостер, трябва да се свържете с Вашия личен лекар за съвет.

## Има ли хора, които не трябва да се ваксинират?

Има 2 налични ваксини срещу херпес зостер, Zostavax и Shingrix. Zostavax съдържа отслабена версия на живия вирус на херпес зостер.

Хората, които имат силно отслабена имунна система, например поради лечение на рак, не трябва да получават жива ваксина Zostavax и трябва да им се предложи неживата ваксина срещу херпес зостер Shingrix. Вашият личен лекар или медицинска сестра ще Ви посъветва дали това се отнася за Вас.

Ако сте имали тежка реакция към някое от веществата, които влизат във ваксината, не трябва да я получавате. Отново Вашият личен лекар ще Ви посъветва.

Живата ваксина срещу херпес зостер, предлагана на хора на възраст над 70 години в Обединеното кралство, съдържа свински желатин. Някои хора може да не желаят тази ваксина, но тя е препоръчителната ваксина, освен ако не можете да я получите, защото имате отслабена имунна система.



## Може ли ваксината да ми причини херпес зостер?

Ваксините Shingrix не могат да Ви причинят херпес зостер. Много рядко Zostavax може да причини лек обрив като херпес зостер, обикновено около мястото на инжектиране. Ако развиете обрив, можете да се обадите на NHS 111 или да се обадите на личния си лекар за съвет.

## Какво ще стане, ако пропусна ваксинацията си? Мога ли да я получа по-късно?

За повечето хора ваксината срещу херпес зостер ще се предлага до навършване на 80 години. Въпреки това, ако имате силно отслабена имунна система, ваксината може да се прилага на всяка възраст.

За най-добра защита трябва да имате ваксината или да завършите курса в препоръчаното време. Свържете се с личния си лекар, за да си уговорите друг час.

## Отговарям ли на условията за ваксина Shingrix, ако преди това съм имал Zostavax?

Ако сте получили Zostavax като част от рутинната имунизационна програма, когато сте били на възраст между 70 и 79 години, тогава не се нуждаете от допълнителни дози ваксина срещу херпес зостер.

Сега не се нуждаете от 2-дозовата ваксина Shingrix.

## Мога ли да избира коя ваксина срещу херпес зостер да си направя?

Не, Вашият личен лекар или медицинска сестра ще Ви предложат ваксината, която се препоръчва за Вас. Вие отговоряте на условията за ваксина срещу херпес зостер по програмата на NHS в зависимост от възрастта си и текущата си медицинска история.



**Не отлагайте, ако отговоряте на условията, опитайте се да получите ваксината си възможно най-скоро**

Не забравяйте, че когато отговаряте на условията за имунизация, трябва да си уговорите час за ваксина възможно най-скоро, за да сте сигурни, че имате най-добрата защита.

### Още информация

Ако искате повече информация преди или след ваксинацията, говорете с личния си лекар или медицинска сестра. Можете също да посетите уебсайта на NHS на адрес: [www.nhs.uk/shingles](http://www.nhs.uk/shingles)

За да прочетете за ваксината срещу херпес зостер Zostavax®, посетете адрес: [www.medicines.org.uk/emc/product/6101/pil](http://www.medicines.org.uk/emc/product/6101/pil)

За да прочетете за ваксината срещу херпес зостер Shingrix®, посетете адрес: [www.medicines.org.uk/emc/product/12054/pil](http://www.medicines.org.uk/emc/product/12054/pil)

Ако имате силно отслабена имунна система (силно имunosупресирана), ще Ви бъде предложена ваксина срещу херпес зостер от 50-годишна възраст

### Отговаряте на условията за получаване на ваксина на 70-тия си рожден ден

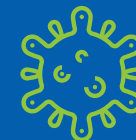
ОТГОВАРЯТЕ НА УСЛОВИЯТА ЗА ПОЛУЧАВАНЕ НА ВАКСИНА ОТ (ВАШИЯ РОЖДЕН ДЕН)	ДАТА НА РАЖДАНЕ	НАЧАЛНА ДАТА НА ПРОГРАМАТА	ГОДИНА НА ПРОГРАМАТА
70ти	1 септември 1953 - 31 август 1954	септември 2023	Година 1
	1 септември 1954 - 31 август 1955	септември 2024	Година 2
	1 септември 1955 - 31 август 1956	септември 2025	Година 3
	1 септември 1956 - 31 август 1957	септември 2026	Година 4
	1 септември 1957 - 31 август 1958	септември 2027	Година 5

### Отговаряте на условията за получаване на ваксина на 65-тия си рожден ден

ОТГОВАРЯТЕ НА УСЛОВИЯТА ЗА ПОЛУЧАВАНЕ НА ВАКСИНА ОТ (ВАШИЯ РОЖДЕН ДЕН)	ДАТА НА РАЖДАНЕ	НАЧАЛНА ДАТА НА ПРОГРАМАТА	ГОДИНА НА ПРОГРАМАТА
65ти	1 септември 1958 - 31 август 1959	септември 2023	Година 1
	1 септември 1959 - 31 август 1960	септември 2024	Година 2
	1 септември 1960 - 31 август 1961	септември 2025	Година 3
	1 септември 1961 - 31 август 1962	септември 2026	Година 4
	1 септември 1962 - 31 август 1963	септември 2027	Година 5

### Херпес зостер

е често срещано заболяване, което може да причини дълготрайна, силна болка



може да причини силен сърбящ обрив с мехури



може да възникне на всяка възраст, но рискът, тежестта и усложненията нарастват с възрастта



### Ваксината

значително намалява броя на случаите



ще намали тежестта на симптомите при ваксинирани хора, ако развият заболяването



се използва широко в други страни като САЩ и Канада



Поставянето на рутинна ваксинация за херпес зостер е добър начин да се погрижите за здравето си, за да можете да продължите да се наслаждавате на живота без болката от херпес зостер.

## Можете да съобщите за подозирани странични ефекти на ваксини и лекарства чрез схемата Жълта карта

Това може да бъде направено онлайн,  
като посетите адрес: **yellowcard.  
mhra.gov.uk** или като се обадите  
на горещата линия Жълта карта на  
тел. **0800 731 6789**. Можете също  
да използвате QR кода или като  
изтеглите приложението Жълта карта  
(Yellow Card).



### Група за подкрепа на хората с херпес зостер

Уебсайт: **shinglessupport.org.uk**. Поверителна линия за помощ:  
**0845 123 2305** в часовете между 9:00 и 21:00 ч. или **020 7607 9661** от  
понеделник до петък, от 12:00 до 20:00 ч. Запитвания: **0300 030 9333**



### Лицева парализа

Уебсайт: **facialpalsy.org.uk**



### Линия за помощ за безпокойство при болка

Телефон: **0300 123 0789**, имейл адрес: **help@painconcern.org.uk**  
Уебсайт: **www.painconcern.org.uk**



© Crown copyright 2023  
Product code: C23SGX1BUL Bulgarian  
Ip 100K (APS) MAY 2023  
UK Health Security Agency Gateway number: 2023-111

По-голям шрифт за достъпност

Ако искате да поръчате повече копия от тази брошура или друг формат, като голям шрифт, брайлово писмо или преведено копие, моля, посетете адрес **www.healthpublications.gov.uk** или позвънете на телефон: 0300 123 1002, Minicom: 0300 123 1003 (8:00 ч. до 18:00 ч., от понеделник до петък)

**www.nhs.uk/vaccinations**