



UK Health  
Security  
Agency

**NHS**

有一種疫苗可以幫助您免受

# 帶狀皰疹 (Shingles) 的痛苦。



**NHS 提供一種疫苗，可以降低患帶狀皰疹的風險。**

**本傳單介紹了國家帶狀皰疹疫苗接種計劃、該疫苗的好處以及接種該疫苗所需資格。**

**帶狀皰疹疫苗有兩種：Zostavax 和 Shingrix。您的全科醫生 (GP) 診所或當地藥房會建議哪種疫苗適合您。**



**有別於其他感染，您不會從其他人身上染上帶狀皰疹。我們大多數人其實在年輕時都已經得過水痘，儘管有些人並沒有意識到。**

**患水痘後，病毒仍潛伏在神經之中。在人生大部分時間內，您都不會意識到這一點。但病毒有時會捲土重來並擴散到皮膚，導致名為帶狀皰疹的疾病。**

帶狀皰疹可能會非常痛苦，並且隨著人們年齡的增長，會變得更常見。這可能是因為您的免疫系統因年齡增長、壓力或一系列醫療狀況和治療而變弱。對於某些人來說，帶狀皰疹引起的疼痛可能會持續很多年。帶狀皰疹會令您的生活受到影響，您平時喜歡做的事情都會做不了。

### **帶狀皰疹的病因是什麼？**

帶狀皰疹（也稱為生蛇）是由休眠的水痘病毒擴散到其中一根神經所覆蓋的皮膚區域引起的。導致極其疼痛、瘙癢、充滿液體的群聚皮膚水泡產生。這些水泡可能會破裂並變成瘡，最終結痂並癒合。這些水泡通常影響身體一側的區域，最常見的是胸部，但有時也會影響頭部、面部和眼睛。

### **帶狀皰疹長什麼樣子？**



## 它維持多久及有多嚴重？

帶狀皰疹的最初症狀可能是身體一側皮膚部位普遍感覺不適，有刺痛或灼燒感。最初症狀出現數天後，通常會出現充滿液體的水泡及疼痛的皮疹。

身體上的帶狀皰疹能引起劇烈疼痛。如果眼睛和眼皮出現帶狀皰疹，可能會導致視力下降，甚至永久失明。

## 帶狀皰疹有多常見？

大約五分之一的水痘患者會患上帶狀皰疹。這意味著每年在英格蘭及威爾斯，有數萬計的人會患上帶狀皰疹。儘管帶狀皰疹可發生在任何年齡的人身上，但帶狀皰疹的風險、嚴重程度和併發症數量均跟年齡而增加。

## 帶狀皰疹後神經痛 (PHN)

每年，約有 14,000 人在帶狀皰疹後繼續出現帶狀皰疹後神經痛 (PHN)，其中 1,400 多人因 PHN 入院治療。

大多數人會在幾週後完全康復。但某些人的疼痛會持續幾個月甚至幾年—這稱為帶狀皰疹後神經痛 (PHN)。這是一種特別令人不愉快的症狀，伴有嚴重的燒灼感、抽痛或刺痛神經痛。

年齡越大，就越有可能有長期疼痛。帶狀皰疹疫苗能減低患上此疾病及PHN的風險。

## 帶狀皰疹會傳染嗎？

帶狀皰疹不像水痘那樣容易傳播，但水泡中的液體確實含有水痘病毒。因此，對水痘沒有免疫力的人如果接觸了這種液體，就會受到感染。

如果您出現帶狀皰疹的皮疹，應用寬鬆的衣服遮蓋皮疹，以減少傳播水痘的風險。未患過水痘的孕婦、免疫系統較弱的人和新生兒應避免直接接觸皮疹。

## 誰能接種疫苗？

從2023年9月1日起，疫苗接種計劃向以下人士開放：

- 1 70至79歲尚未接種疫苗的健康人群
- 2 50歲以上免疫系統嚴重衰弱的人
- 3 60至70歲的健康人士在未來5年內年滿65或70歲時將有資格接種疫苗

在80歲生日之前，您都有資格接種帶狀皰疹疫苗（除非您的免疫系統較弱\*）。但越早接種疫苗，您就能越早受到保護。圖表顯示了可以在該計劃的頭五年內接種疫苗的人上的詳細信息。

## 低於合資格接種帶狀皰疹疫苗年齡的人士呢？

年齡較小的人在達到符合資格的年齡時將能接種疫苗。

帶狀皰疹可發生在任何年齡人士身上。但風險、嚴重程度和併發症隨著年齡的增長而增加。免疫系統嚴重衰弱的人面臨更高的風險，因此建議較早接種疫苗。

\*免疫系統嚴重衰弱的人仍然有資格接種疫苗。



如果您接種了帶狀皰疹疫苗，您將獲得一張記錄卡，上面有您的姓名以及下次預約的日期，如果您需要第二劑。請將記錄卡保存在安全地方。



## 會否出現副作用？

Zostavax 和 Shingrix 疫苗的副作用通常相當輕微，並且不會持續很長時間。最常見的副作用（每10人中至少有1人身上出現）：注射部位疼痛和發紅、全身肌肉疼痛和頭痛。

接種 Shingrix 疫苗後，您可能會感到疲倦並發燒。您可以休息並服用正常劑量的撲熱息痛 (paracetamol)（遵循包裝上的建議），以緩解不適。如感覺不適，請勿操作機器或駕駛。

數天後您應該會感覺有好轉。但如果您的症狀持續更長時間，應諮詢您的全科醫生或診所護士。

Zostavax在罕見的情形下會對免疫力非常弱的人造成嚴重的副作用 - 這些人應該接種 Shingrix 疫苗。

您可以使用 MHRA 的黃卡方案報告 (Yellow card scheme) 任何副作用 ([yellowcard.mhra.gov.uk](http://yellowcard.mhra.gov.uk))—請參閱本宣傳單背面頁面以了解詳情。

## 疫苗有多安全？有沒有在其他國家使用過？

與所有獲得許可的疫苗一樣，帶狀皰疹疫苗已經過徹底測試，符合嚴格的英國安全和許可要求。

在過去幾年這兩種疫苗已在歐洲和北美廣泛使用。

## 疫苗有多大功效？

通過接種疫苗，患帶狀皰疹的機會將大大減少。



在該國家計劃實施的頭 5 年中，因帶狀皰疹相關疾病諮詢全科醫生的人數減少了 40,500 人，住院人數減少了 1,840 人<sup>1</sup>。

即使您繼續出現帶狀皰疹，與未接種疫苗人士相比，症狀可能會更輕微，病程也會更短。英國使用的兩種帶狀皰疹疫苗已被證明可以提供良好的保護。

## 如何以及何時接種疫苗？

與大多數疫苗接種一樣，疫苗將通過上臂注射的方式進行注射。有 2 種不同的疫苗可供選擇，我們將為您提供適合您的疫苗。

Shingrix 是一種減毒疫苗，您需要接種兩劑才能為您提供最佳、更持久的保護。

大多數人在接種第一劑 Shingrix 約 6 個月後能接種第二劑。如果您的免疫系統嚴重衰弱，則應提前給予第二劑 Shingrix，但至少在第一劑 8 週後。

您的全科醫生診所將告知您何時預約第二劑注射。

Zostavax 是一種活菌疫苗，只需一劑即可為您提供良好的保護。

[1] 帶狀皰疹疫苗接種計劃在英格蘭引入後 5 年內對住院和全科醫生諮詢帶狀皰疹的影響：一項基於人群的研究 - PubMed ([nih.gov](http://nih.gov))

## 為什麼我不能現在馬上接種疫苗？

根據目前的計劃，70至79歲的每個人都有資格接種帶狀皰疹疫苗。根據疫苗接種聯合委員會 (JCVI) 的建議，此計劃從風險最高的人群開始正在逐步擴展，。未來 10 年，此計劃最終將涵蓋所有60歲以上的人。

50歲或以上、免疫系統嚴重衰弱的人士已經有資格接種 Shingrix 疫苗。

## 我需要做什麼才能接種疫苗嗎？

當您有資格接種帶狀皰疹疫苗時，您的全科醫生診所將聯繫您進行預約。但是，您如果擔心帶狀皰疹，應聯繫您的全科醫生診所尋求建議。

## 是否有不適合接種疫苗的人？

我們有 2 種帶狀皰疹疫苗可供選擇：Zostavax和 Shingrix。Zostavax含有減弱的活帶狀皰疹病毒。

免疫系統嚴重衰弱（例如由於癌症治療）的人不應接種 Zostavax 活性疫苗，而應接種 Shingrix帶狀皰疹滅毒疫苗。您的全科醫生或診所護士會建議這是否適用於您。

如果您對疫苗中的任何物質有嚴重反應，則不應接種。同樣，您的全科醫生診所將為您提供建議。

英國為70歲及以上老年人提供的活帶狀皰疹疫苗含有豬明膠。有些人可能不想要這種疫苗，除非您因為免疫系統較弱而無法接種這種疫苗，否則它是受推薦的疫苗。



## 疫苗會讓我患帶狀皰疹嗎？

Shingrix疫苗不會讓您患帶狀皰疹。在極少數情況下，Zostavax會引起類似帶狀皰疹的輕微皮疹，通常發生在注射部位周圍。如果您出現皮疹，您可以致電NHS 111或致電您的全科醫生診所尋求建議。

## 如果我錯過了疫苗接種怎麼辦？我能遲些接種嗎？

大多數可以在80歲前接種帶狀皰疹疫苗。然而，如果您的免疫系統嚴重衰弱，則任何年齡都可以接種疫苗。

為了獲得最佳保護，您應該在建議的時間接種疫苗或完成整套疫苗接種。請聯繫您的全科醫生診所進行另一次預約。

## 如果我之前接種過Zostavax，我是否有資格接種 Shingrix 疫苗？

如果您在70至79歲期間接受了Zostavax作為常規免疫計劃的一部分，那麼您不需要再接再種任何劑量的帶狀皰疹疫苗。您現在不需要兩劑Shingrix 疫苗。

## 我可以選擇接種哪一種帶狀皰疹疫苗嗎？

不可以。您的全科醫生或診所護士將為您提供推薦的疫苗。根據您的年齡和當前病史，您有資格在 NHS 計劃中接種帶狀皰疹疫苗。



**如果您符合條件，請勿拖延，  
應盡快接種疫苗**

## 請記住，當您有資格接種疫苗時，您應該盡快預約接種疫苗，以確保您獲得最好的保護。

### 更多訊息

如果您在接種疫苗之前或之後想了解更多訊息，請諮詢您的全科醫生或診所護士。您也可以訪問NHS網站 [www.nhs.uk/shingles](http://www.nhs.uk/shingles)

如欲閱覽有關帶狀皰疹疫苗 Zostavax® 的訊息，請訪問 [www.medicines.org.uk/emc/product/6101/pil](http://www.medicines.org.uk/emc/product/6101/pil)

如欲閱覽有關帶狀皰疹疫苗 Shingrix® 的訊息，請訪問 [www.medicines.org.uk/emc/product/12054/pil](http://www.medicines.org.uk/emc/product/12054/pil)

### 如果您的免疫系統嚴重衰弱（嚴重免疫抑制），您將從50歲起能接種帶狀皰疹疫苗

#### 您在70歲生日時符合資格

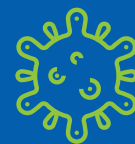
從何時起有資格 (您的生日)	出生日期	項目 開始日期	項目年份
70	1953年9月1日 - 1954年8月31日	2023年9月	第一年
	1954年9月1日 - 1955年8月31日	2024年9月	第二年
	1955年9月1日 - 1956年8月31日	2025年9月	第三年
	1956年9月1日 - 1957年8月31日	2026年9月	第四年
	1957年9月1日 - 1958年8月31日	2027年9月	第五年

#### 您在65歲生日時符合資格

從何時起有資格 (您的生日)	出生日期	項目 開始日期	項目年份
65	1958年9月1日 - 1959年8月31日	2023年9月	第一年
	1959年9月1日 - 1960年8月31日	2024年9月	第二年
	1960年9月1日 - 1961年8月31日	2025年9月	第三年
	1961年9月1日 - 1962年8月31日	2026年9月	第四年
	1962年9月1日 - 1963年8月31日	2027年9月	第五年

### 帶狀皰疹

是一種常見疾病，可導致持久、劇烈的疼痛



可導致嚴重痕癢並伴有水泡的皮疹



可發生於任何年齡人士身上，但風險、嚴重程度和併發症隨著年齡的增長而增加



### 疫苗

正顯著地減少病例



如果接種疫苗的人患上這種疾病，會減輕症狀的嚴重程度



已在美國、加拿大等其他國家廣泛使用



接種常規帶狀皰疹疫苗是照顧健康的好方法，這樣您就可以繼續享受生活，不用擔心帶狀皰疹帶來的痛苦。

## 您可以通過黃卡計劃報告 疫苗和藥物的疑似副作用

您可以訪問

**yellowcard.mhra.gov.uk**

或撥打黃卡熱線 (Yellow Card  
hotline) **0800 731 6789**。您也可以  
使用二維碼或下載黃卡應用  
程序 (Yellow Card app)。



### 帶狀皰疹支持協會 (Shingles Support Society)

網站: **shinglessupport.org.uk**。保密求助熱線:

**0845 123 2305** 服務時間為早上9點到晚上9點, 或 **020 7607 9661**

星期一至星期五下午12點到晚上8點。查詢: **0300 030 9333**



### 面癱 (Facial Palsy)

網站: **facialpalsy.org.uk**



### 疼痛關注熱線 (Pain Concern Helpline)

電話: **0300 123 0789**, 電郵: **help@painconcern.org.uk**

網站: **www.painconcern.org.uk**



© Crown copyright 2023

Product code: C23SGX1CHT Chinese (traditional)

lp 100K (APS) MAY 2023

UK Health Security Agency Gateway number: 2023-112

更大的字體以方便訪問

如果您想訂購本傳單的更多副本, 或其他格式 (例如大字版、盲文或翻譯版),

請訪問 **www.healthpublications.gov.uk** 或致電: 0300 123 1002,

文字電話: 0300 123 1003 (早上8點至下午6點, 星期一至星期五)

**www.nhs.uk/vaccinations**