



UK Health
Security
Agency

NHS

Yra vakcina, padedanti apsisaugoti nuo skausmo, kurį sukelia

juostinė pūslelinė



NHS siūlo vakciną, kuri sumažina riziką susirgti juostine pūsleline.

Šiame lankstinuke aprašoma nacionalinė juostinės pūslelinės programa, vakciną naudoja ir kas gali būti skiepijamas.

Yra 2 vakcinės nuo juostinės pūslelinės – „Zostavax“ ir „Shingrix“. Jūsų BP klinikos arba vietinės vaistinės darbuotojai patars, kuri vakcina tinka jums.



Skirtingai nuo daugelio kitų infekcijų, juostine pūsleline neužsikrečiate nuo kito žmogaus. Daugelis iš mūsų būdami maži persirgome vėjaraupiais, nors kai kurie iš mūsų net nežino, kad jais sirgome.

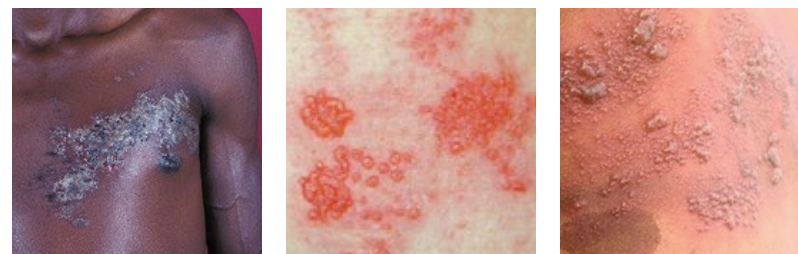
Persirgus vėjaraupiais virusas lieka ramybės būsenoje ir gyvena nervuose. Didžiąją gyvenimo dalį to net nežinosite, tačiau kartkartėmis virusas gali sugrįžti ir išplisti po odą, sukeldamas ligą, vadinamą juostine pūsleline.

Juostinė pūslelinė gali būti labai skausminga ir dažniau paveikia žmones, kai jie sensta. Taip gali būti dėl to, kad jūsų imuninė sistema silpsta dėl amžiaus, streso ar įvairių sveikatos sutrikimų ir vartojamų vaistų. Kai kuriems juostinės pūslelinės sukeliama skausmas gali trukti daug metų. Juostinė pūslelinė gali iš tikrųjų paveikti jūsų gyvenimą ir neleisti užsiimti mėgstama veikla.

Kas sukelia juostinę pūslelinę?

Juostinę pūslelinę (dar vadinamą herpes zoster) sukelia ramybės būsenoje esantis vėjaraupių virusas, išplitęs į vieno iš nervų apimamą odos sritį. Joje atsiranda itin skausmingų ir niežtinčių, skysčiu užpildytų pūslelių sancaupos. Šios pūslelės gali sprogti ir virsti opomis, kurios ilgai susitraukia ir užgyja. Šios pūslelės įprastai pažeidžia vieną kūno pusę, dažniausiai krūtinę, bet kartais gali pažeisti ir galvą, veidą bei akis.

Kaip atrodo juostinė pūslelinė?



Kiek ilgai liga tęsiasi ir kiek rimta ji yra?

Pirmieji juostinės pūslelinės požymiai gali būti bendra bloga savijauta ir dilgčiojimas arba deginimas vienoje kūno pusėje. Skausmingas bėrimas su skysčiu užpildytomis pūslelėmis paprastai atsiranda praėjus kelioms dienoms po pirmųjų simptomų.

Juostinė pūslelinė ant kūno gali sukelti stiprų skausmą. Jei juostinė pūslelinė atsiranda akyje ir akies voke, gali pablogėti regėjimas arba žmogus ta akimi gali visai apakti.

Kaip dažnai susergama juostine pūsleline?

Maždaug 1 iš 5 žmonių, sirgusių vėjaraupiais, išsivystys juostinė pūslelinė. Tai reiškia, kad kasmet Anglijoje ir Velse dešimtys tūkstančių žmonių susirgs juostine pūsleline. Nors juostinė pūslelinė gali atsirasti bet kuriame amžiuje, jos rizika, sunkumas ir komplikacijos didėja su amžiumi.

Postherpetinė neuralgija

Kiekvienais metais apie 14 000 žmonių po juostinės pūslelinės susergera postherpetine neuralgija (PHN) ir daugiau nei 1400 iš jų patenka į ligoninę.

Dauguma žmonių visiškai pasveiksta po kelių savaičių, tačiau kai kuriems skausmas tęsiasi kelis mėnesius ar net metus – tai vadinama postherpetine neuralgija. Tai ypač nemaloni būklė, pasireiškianti stipriu deginančiu, tvinkčiojančiu ar veriančiu nervų skausmu.

Kuo vyresnis esate, tuo didesnė tikimybė, kad turėsite ilgalaikį skausmą. Vakcina nuo juostinės pūslelinės sumažina riziką susirgti juostine pūsleline ir postherpetine neuralgija.

Ar juostinė pūslelinė gali plisti?

Juostinė pūslelinė neplinta taip lengvai kaip vėjaraupiai, tačiau pūslelėse esančiame skystyje yra vėjaraupių viruso. Taigi žmogus, kuris neturi imuniteto vėjaraupiams, gali užsikrėsti, jei liečiasi su šiuo skysčiu.

Jei turite juostinės pūslelinės bėrimą, turėtumėte jį pridengti laisvais drabužiais, kad sumažintumėte vėjaraupių plitimo riziką. Vėjaraupiais nepersirgusios nėščiosios, žmonės su nusilpusia imunine sistema ir naujagimiai turėtų vengti tiesioginio kontakto su bėrimu.

Kas bus skiepijami šia vakcina?

Nuo 2023 m. rugsėjo 1 d. vakcinavimo programa siūloma šioms žmonių grupėms:

- 1 sveikiems 70 - 79 metų žmonėms, kurie dar nebuvo paskiepyti
- 2 50 metų ir vyresniems žmonėms su labai nusilpusia imunine sistema
- 3 sveiki žmonės nuo 60 iki 70 metų turės teisę pasiskiepyti per ateinančius 5 metus, kai jiems sukaks 65 arba 70 metų

Teisę pasiskiepyti nuo juostinės pūslelinės turėsite iki savo 80 gimtadienio (nebent jūsų imuninė sistema yra nusilpusi*), tačiau kuo anksčiau pasiskiepsite, tuo anksčiau būsite apsaugoti. Išsami informacija apie tai, kas gali pasiskiepyti vakcina per pirmuosius penkerius programos metus, pateikta lentelėje.

Ką daryti žmonėms, kurie nėra sulaukę tinkamo amžiaus skiepytis nuo juostinės pūslelinės?

Jaunesniems žmonėms vakcina bus pasiūlyta, kai jie sulauks tinkamo amžiaus.

Juostinė pūslelinė gali atsirasti bet kokio amžiaus žmogui, tačiau jos rizika, sunkumas ir komplikacijos didėja su amžiumi. Didesnė rizika kyla tiems, kurių imuninė sistema yra labai nusilpusi, todėl jiems rekomenduojama skiepytis anksčiau.

*Žmonės, kurių imuninė sistema yra labai nusilpusi, ir toliau išsaugo teisę skiepytis.



Jei pasiskiepysite nuo juostinės pūslelinės, gausite įrašų kortelę su jūsų vardu ir kito vizito data, jei jums reikės antros dozės. Prašome laikyti ją saugioje vietoje.



Ar bus šalutinių poveikių?

Šalutiniai „Zostavax“ ir „Shingrix“ vakcinų poveikiai paprastai yra gana lengvi ir netrunka labai ilgai. Dažniausiai pasitaikantys šalutiniai poveikiai (pasireiškia bent 1 iš 10 žmonių): skausmas ir paraudimas injekcijos vietoje, bendri raumenų ir galvos skausmai.

Po „Shingrix“ vakcinės galite jaustis pavargę ir karščiuoti. Galite pailsėti ir išgerti įprastą paracetamolio dozę (vadovaukitės pakuotėje pateiktomis rekomendacijomis), kad pasijustumėte geriau. Nevaldykite mechanizmų ir nevairuokite, jei jaučiatės blogai.

Po kelių dienų turėtumėte pasijusti geriau, bet jei simptomai išlieka ilgiau, turėtumėte kreiptis į savo bendrosios praktikos gydytoją arba slaugytoją.

Retais atvejais „Zostavax“ gali sukelti rimtų šalutinių poveikių žmonėms, kurių imunitetas yra labai nusilpęs. Tokie žmonės turėtų skiepytis „Shingrix“ vakcina.

Apie šalutinius poveikius galite pranešti per Geltonosios kortelės (angl. Yellow card) programą iš MHRA (yellowcard.mhra.gov.uk). Daugiau informacijos rasite paskutiniame šio lankstinuko puslapyje.

Kiek saugios yra šios vakcinės? Ar jos buvo naudojamos kitose šalyse?

Kaip ir visos licencijuotos vakcinės, juostinės pūslelinės vakcinės buvo kruopščiai išbandytos ir atitinka griežtus JK saugos ir licencijavimo reikalavimus.

Abi vakcinės pastaruosius kelerius metus plačiai naudojamos Europoje ir Šiaurės Amerikoje.

Koks yra šių vakcinų veiksmingumas?

Pasiskiepiję ženkliai sumažinsite tikimybę susirgti juostine pūsleline.



Per pirmuosius 5 nacionalinės programos metus prireikė 40 500 mažiau bendrosios praktikos gydytojų konsultacijų dėl juostinės pūslelinės sukeltų susirgimų ir 1840 mažiau hospitalizacijų¹.

Jei jūs susirgsite juostine pūsleline, simptomai greičiausiai bus lengvesni ir sirgsite trumpiau nei tuo atveju, jei nebūtumėte pasiskiepiję. Įrodyta, kad abi JK naudojamos juostinės pūslelinės vakcinės suteikia gerą apsaugą.

Kaip ir kada bus suleista vakcina?

Kaip ir daugelis vakcinų, ši vakcina bus suleidžiama į žastą. Yra 2 skirtingos vakcinės, ir jums bus pasiūlyta jums tinkama vakcina.

„Shingrix“ yra vakcina, kurioje nėra gyvo viruso ląstelių, ir jums reikės 2 dozių, norint užtikrinti geriausią ilgalaikę apsaugą.

Daugumai žmonių antroji „Shingrix“ dozė suleidžiama praėjus maždaug 6 mėnesiams po pirmosios dozės. Jei jūsų imuninė sistema labai nusilpusi, antrąją „Shingrix“ dozę reikia suleisti anksčiau, bet praėjus mažiausiai 8 savaitėms po pirmosios dozės.

Jūsų bendrosios praktikos klinika jums praneš, kada užsiregistruoti 2 dozei.

„Zostavax“ yra vakcina su joje esančiomis viruso ląstelėmis, ir vienos jos dozės užteks, kad gautumėte gerą apsaugą.

[1] Herpes zoster vakcinavimo programos poveikis hospitalizacijoms ir bendrosios praktikos gydytojų konsultacijoms, susijusioms su herpes zoster, per 5 metus nuo programos pradžios Anglijoje: populiacijos tyrimas – PubMed (nih.gov)

Kodėl negaliu pasiskiepyti dabar?

Pagal dabartinę programą visi nuo 70 iki 79 metų amžiaus turi teisę pasiskiepyti nuo juostinės pūslelinės. Programa palaipsniui plečiama, pradėdant nuo didžiausios rizikos grupei priklausančių asmenų, kaip rekomendavo Jungtinis vakcinacijos ir imunizacijos komitetas (JCVI). Per ateinančius 10 metų programa galiausiai įtrauks visus žmones nuo 60 metų.

50 metų ir vyresni asmenys, kurių imuninė sistema yra labai nusilpusi, jau gali pasiskiepyti „Shingrix“ vakcina.

Ar man reikia ką nors daryti, kad pasiskiepyčiau?

Kai jau galėsite būti pasiskiepyti nuo juostinės pūslelinės, jūsų bendrosios praktikos klinika susisieks su jumis ir užregistruos vizitui. Tačiau jei nerimaujate dėl juostinės pūslelinės, kreipkitės patarimo į savo bendrosios praktikos kliniką.

Ar yra žmonių, kuriems nereikėtų skiepytis?

Yra 2 vakcinos nuo juostinės pūslelinės – „Zostavax“ ir „Shingrix“. „Zostavax“ sudėtyje yra susilpnėjusi gyvo juostinės pūslelinės viruso versija.

Žmonės, kurių imuninė sistema yra labai nusilpusi, pavyzdžiui, dėl gydymo nuo vėžio, neturėtų būti skiepijami gyva „Zostavax“ vakcina ir jiems turėtų būti pasiūlyta negyva „Shingrix“ vakcina nuo juostinės pūslelinės. Jūsų bendrosios praktikos gydytojas arba slaugytojas patars, ar tai galioja jums.

Jei esate turėję sunkią reakciją į bet kurią iš vakcinoje esančių medžiagų, neturėtumėte ja skiepytis. Vėlgi, jūsų bendrosios praktikos gydytojas galės jums patarti.

Gyvoje juostinės pūslelinės vakcinoje, siūlomoje 70 metų ir vyresniems JK gyventojams, yra kiaulienos želatinos. Kai kurie žmonės gali nenorėti skiepytis šia vakcina, tačiau būtent ji yra rekomenduojama vakcina, nebent negalite ja skiepytis, nes jūsų imuninė sistema yra nusilpusi.



Ar vakcina gali sukelti juostinę pūslelinę?

„Shingrix“ vakcinos negali jūsų užkrėsti juostine pūsleline. Labai retais atvejais „Zostavax“ gali sukelti lengvą juostinės pūslelinės formą, pvz. bėrimas, dažniausiai atsirandantis aplink injekcijos vietą. Jei atsiranda bėrimas, galite paskambinti NHS 111 arba pasikonsultuoti su savo bendrosios praktikos gydytoju.

Ką daryti, jei praleidau skiepą? Ar galiu pasiskiepyti vėliau?

Daugumai žmonių juostinės pūslelinės vakcina bus siūloma iki 80 metų amžiaus. Tačiau, jei jūsų imuninė sistema labai nusilpusi, vakcina gali būti leidžiama iki bet kokio amžiaus.

Norėdami užsitikrinti geriausią apsaugą, turite pasiskiepyti arba baigti kursą rekomenduojamu laiku. Susisiekite su savo bendrosios praktikos klinika, kad užsiregistruotumėte kitam vizitui.

Ar galiu pasiskiepyti „Shingrix“ vakcina, jei anksčiau skiepijausi „Zostavax“?

Jei pagal įprastą skiepų programą jums buvo suleista „Zostavax“ vakcina, kai buvote 70 - 79 metų, daugiau skiepytis nuo juostinės pūslelinės jums nereikės.

Dabar jums nereikia 2 dozių „Shingrix“ vakcinos.

Ar galiu pasirinkti, kuria vakcina nuo juostinės pūslelinės skiepytis?

Ne, jūsų bendrosios praktikos gydytojas arba slaugytojas pasiūlys vakciną, kuri rekomenduojama jums. Turite teisę būti paskiepyti juostinės pūslelinės vakcina pagal NHS programą, priklausomai nuo jūsų amžiaus ir dabartinės sveikatos istorijos.



Nedelskite. Jei jums priklauso vakcina, pasiskiepykite kuo greičiau.

Atminkite, kad kai įgysite teisę pasiskiepyti, turėtumėte kuo greičiau užsiregistruoti vizitui, kad užsitikrintumėte geriausią apsaugą.

Papildoma informacija

Jei norite gauti daugiau informacijos prieš arba po skiepo, pasikalbėkite su savo bendrosios praktikos gydytoju arba slaugytoju. Taip pat galite apsilankyti NHS internetinėje svetainėje adresu www.nhs.uk/shingles

Norėdami paskaityti apie „Zostavax“[®] vakciną nuo juostinės pūslelinės, apsilankykite www.medicines.org.uk/emc/product/6101/pil

Norėdami paskaityti apie „Shingrix“[®] vakciną nuo juostinės pūslelinės, apsilankykite www.medicines.org.uk/emc/product/12054/pil

Jei jūsų imuninė sistema labai nusilpusi (labai nuslopintas imunitetas), vakcina nuo juostinės pūslelinės jums bus pasiūlyta sulaukus 50 metų

Teisę pasiskiepyti įgyjate sulaukę 70 metų

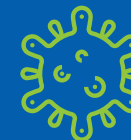
GALITE PASISKIEPYTI NUO (JŪSŲ GIMTADIENIS)	GIMIMO DATOS	PROGRAMA PRASIDEDA	PROGRAMOS METAI
70	1953 m. rugsėjo 1 d. - 1954 m. rugpjūčio 31 d.	2023 m. rugsėjo mėn.	1 metai
	1954 m. rugsėjo 1 d. - 1955 m. rugpjūčio 31 d.	2024 m. rugsėjo mėn.	2 metai
	1955 m. rugsėjo 1 d. - 1956 m. rugpjūčio 31 d.	2025 m. rugsėjo mėn.	3 metai
	1956 m. rugsėjo 1 d. - 1957 m. rugpjūčio 31 d.	2026 m. rugsėjo mėn.	4 metai
	1957 m. rugsėjo 1 d. - 1958 m. rugpjūčio 31 d.	2027 m. rugsėjo mėn.	5 metai

Teisę pasiskiepyti įgyjate sulaukę 65 metų

GALITE PASISKIEPYTI NUO (JŪSŲ GIMTADIENIS)	GIMIMO DATOS	PROGRAMA PRASIDEDA	PROGRAMOS METAI
65	1958 m. rugsėjo 1 d. - 1959 m. rugpjūčio 31 d.	2023 m. rugsėjo mėn.	1 metai
	1959 m. rugsėjo 1 d. - 1960 m. rugpjūčio 31 d.	2024 m. rugsėjo mėn.	2 metai
	1960 m. rugsėjo 1 d. - 1961 m. rugpjūčio 31 d.	2025 m. rugsėjo mėn.	3 metai
	1961 m. rugsėjo 1 d. - 1962 m. rugpjūčio 31 d.	2026 m. rugsėjo mėn.	4 metai
	1962 m. rugsėjo 1 d. - 1963 m. rugpjūčio 31 d.	2027 m. rugsėjo mėn.	5 metai

Juostinė pūslelinė

yra dažnai pasitaikanti liga, kuri gali sukelti ilgalaikį, stiprų skausmą



gali sukelti stiprų bėrimą su niežuliu ir pūslelėmis



gali atsirasti bet kokio amžiaus žmonėms, tačiau jos rizika, sunkumas ir komplikacijos didėja su amžiumi.



Vakcina

ženkliai sumažina ligos atvejų skaičių



sumažins simptomų sunkumą pasiskiepijusiems žmonėms, jei jie susirgtų



plačiai naudojama kitose šalyse, pvz. JAV ir Kanadoje.



Skiepijimasis nuo juostinės pūslelinės yra geras būdas pasirūpinti savo sveikata, kad galėtumėte mėgautis gyvenimu be juostinės pūslelinės sukeliama skausmo.

Apie įtariamus vakcinų ir vaistų šalutinius požymius galite pranešti per „Yellow Card“ programą

Tą galite padaryti atsisiuntę „Yellow Card“ programėlę arba paskambinę į „Yellow Card“ pagalbos liniją telefonu **0800 731 6789**. Taip pat galite pasinaudoti QR kodu arba atsisiųsti „Yellow Card“ programėlę.



Shingles Support Society

Internetinė svetainė: shinglesupport.org.uk. Konfidenciali pagalbos linija: **0845 123 2305** bet kuriuo metu nuo 9 iki 21 val. arba **020 7607 9661** pirmadieniais - penktadieniais, 12-20 val.
Pasiteiravimui: **0300 030 9333**



Facial Palsy

Internetinė svetainė: facialpalsy.org.uk



Pain Concern Helpline

Telefonas: **0300 123 0789**, el. paštas: help@painconcern.org.uk
Internetinė svetainė: www.painconcern.org.uk



© Crown copyright 2023
Product code: C23SGX1LI Lithuanian
Ip 100K (APS) MAY 2023
UK Health Security Agency Gateway number: 2023-120

Didesnis šriftas lengvesniam matymui

Jei norite užsisakyti daugiau šio lankstinuko kopijų arba gauti jį kitu formatu, pvz., dideliu šriftu, Brailio raštu ar išverstą kopiją, apsilankykite www.healthpublications.gov.uk arba skambinkite telefonu: 0300 123 1002 Minicom: 0300 123 1003 (8-18 val., pirmadieniais - penktadieniais)

www.nhs.uk/vaccinations