



UK Health
Security
Agency

NHS

Istnieje szczepionka, która pomoże Państwu uniknąć bólu
związanego z pólpasscem

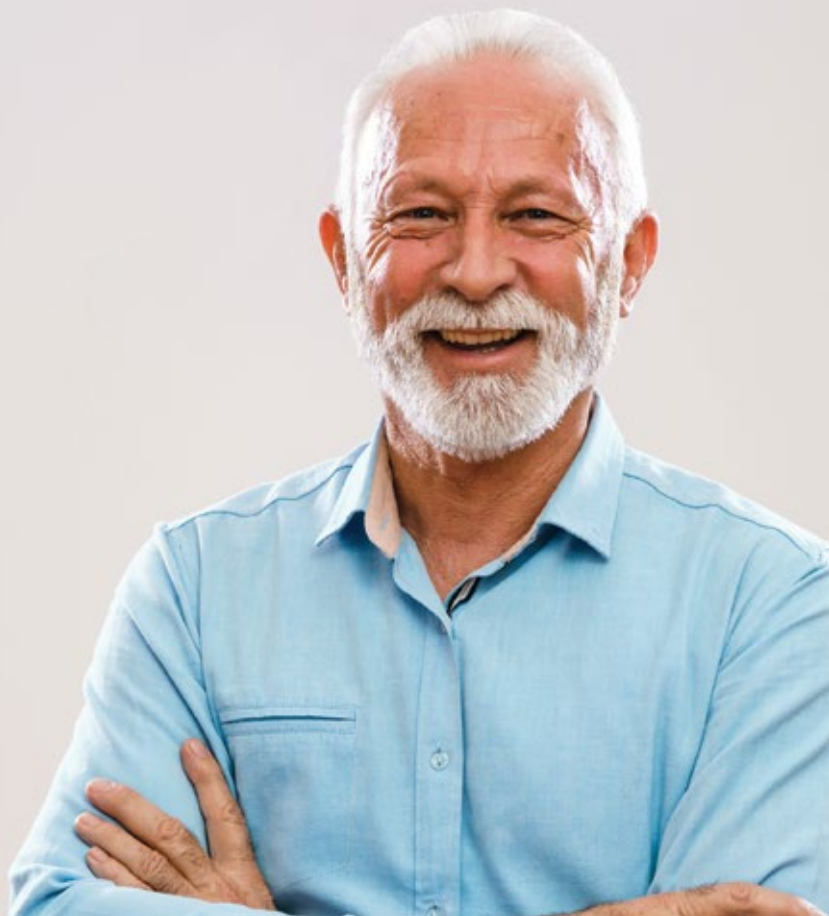
Pólpassiec.



NHS oferuje szczepionkę, która zmniejsza ryzyko zachorowania na półpasiec.

W niniejszej ulotce opisano krajowy program leczenia półpaśca, korzyści płynące ze szczepionki oraz to, kto się kwalifikuje.

Istnieją 2 szczepionki przeciwko półpaścowi, Zostavax i Shingrix. Lekarz pierwszego kontaktu lub pracownik lokalnej apteki doradzi, która szczepionka jest dla Państwa odpowiednia.



W przeciwieństwie do wielu innych infekcji, półpaścem nie można zarazić się od kogoś innego. Większość z nas chorowała na ospę wietrzną w dzieciństwie, choć niektórzy z nas nie zdają sobie sprawy, że ją przebyli.

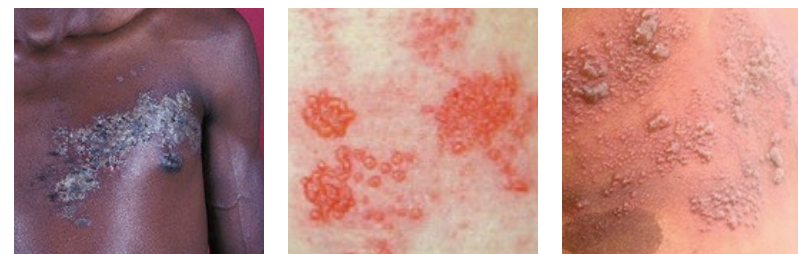
Po przechorowaniu ospy wietrznej wirus pozostaje uśpiony w nerwach. Przez większość życia nie będą Państwo tego świadomi, ale od czasu do czasu wirus może powrócić i rozprzestrzenić się na skórę, powodując chorobę zwaną półpaścem.

Półpasiec może być bardzo bolesny i zwykle dotyka ludzi starszych. Może to wynikać z osłabienia układu odpornościowego spowodowanego wiekiem, stresem lub szeregiem schorzeń i metod leczenia. U niektórych osób ból spowodowany półpaścem może utrzymywać się przez wiele lat. Półpasiec może naprawdę wpłynąć na Państwa życie, uniemożliwiając wykonywanie wszystkich czynności, które zazwyczaj sprawiają Państwu przyjemność.

Co powoduje półpasiec?

Półpasiec (znany również pod nazwą herpes zoster) jest wywołany przez uśpionego wirusa ospy wietrznej, który rozprzestrzenił się na obszar skóry połączony z jednym z nerwów. Powoduje to powstawanie skupisk niezwykle bolesnych i swędzących pęcherzy wypełnionych płynem. Pęcherze te mogą pękać i zamieniać się w owrzodzenia, które ostatecznie pokrywają się skorupą i goją. Pęcherze te zwykle dotykają obszaru po jednej stronie ciała, najczęściej klatki piersiowej, ale czasami także głowy, twarzy i oczu.

Jak przebiega półpasiec?



Jak długo trwa półpasiec i jak poważny może być jego przebieg?

Pierwszymi objawami półpaśca może być ogólnie złe samopoczucie z uczuciem mrowienia lub pieczenia w obszarze skóry po jednej stronie ciała. Bolesna wysypka z pęcherzami wypełnionymi płynem pojawia się zwykle kilka dni po wystąpieniu pierwszych objawów.

Półpasiec na ciele może powodować silny ból. Jeśli półpasiec rozwinie się w oku i powiece, może prowadzić do pogorszenia widzenia lub nawet trwałej ślepoty w tym oku.

Jak często występuje półpasiec?

Okolo 1 na 5 osób, które chorowały na ospę wietrzną, zachoruje na półpasiec. Oznacza to, że każdego roku w Anglii i Walii dziesiątki tysięcy osób zachoruje na półpasiec. Chociaż półpasiec może wystąpić w każdym wieku, ryzyko, nasilenie i powikłania półpaśca rosną wraz z wiekiem.

Neuralgia popółpaścowa (PHN)

Każdego roku u około 14 000 osób po przebyciu półpaśca rozwija się neuralgia popółpaścowa (PHN), a ponad 1400 osób jest hospitalizowanych z jej powodu.

Większość osób w pełni powraca do zdrowia po kilku tygodniach, ale u niektórych ból utrzymuje się przez kilka miesięcy lub nawet lat - nazywa się to neuralgią popółpaścową (PHN). Jest to szczególnie nieprzyjemny objaw charakteryzujący się silnym pieczeniem, pulsującym lub kłującym bólem nerwów.

Prawdopodobieństwo wystąpienia długotrwałego bólu wzrasta wraz z wiekiem. Szczepionka przeciwko półpaścowi zmniejsza ryzyko zachorowania na półpasiec i PHN.

Czy półpasiec może się rozprzestrzeniać?

Półpasiec nie rozprzestrzenia się tak łatwo jak ospa wietrzna, ale płyn w pęcherzykach zawiera wirusa ospy wietrznej. Tak więc osoba, która nie jest odporna na ospę wietrzną, może zarazić się infekcją, jeśli będzie miała kontakt z tym płynem.

Jeśli wystąpi wysypka związana z półpaścem, należy przykryć wysypkę luźnym ubraniem, aby zmniejszyć ryzyko rozprzestrzeniania się ospy wietrznej. Kobiety w ciąży, które nie chorowały na ospę wietrzną, osoby z osłabionym układem odpornościowym i noworodki powinny unikać bezpośredniego kontaktu z wysypką.

Kto otrzyma szczepionkę?

Od 1 września 2023 r. program szczepień jest oferowany następującym osobom:

- 1 zdrowym osobom w wieku od 70 do 79 lat, które nie zostały jeszcze zaszczepione.
- 2 osoby w wieku od 50 lat z poważnie osłabionym układem odpornościowym
- 3 zdrowe osoby w wieku od 60 do 70 lat będą kwalifikować się do szczepienia w ciągu najbliższych 5 lat, gdy ukończą 65 lub 70 lat.

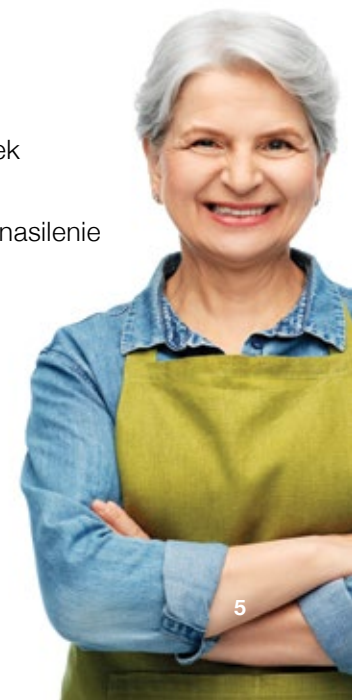
Będą Państwo kwalifikować się do szczepienia przeciwko półpaścowi do dnia 80. urodzin (chyba że mają Państwo osłabiony układ odpornościowy*), ale im wcześniej się Państwo zaszczepią, tym wcześniej będą Państwo chronieni. Szczegółowe informacje na temat tego, kto może otrzymać szczepionkę w ciągu pierwszych pięciu lat programu, przedstawiono na wykresie.

Co z osobami, które nie osiągnęły wieku kwalifikującego do szczepienia przeciwko półpaścowi?

Młodsze osoby otrzymają szczepionkę, gdy osiągną wiek kwalifikujący do szczepienia.

Półpasiec może wystąpić w każdym wieku, ale ryzyko, nasilenie i powikłania rosną wraz z wiekiem. Osoby z poważnie osłabionym układem odpornościowym są bardziej zagrożone i dlatego szczepionka jest zalecana w młodszym wieku.

*Osoby z poważnie osłabionym układem odpornościowym nadal kwalifikują się do szczepienia.



Jeśli otrzymali Państwo szczepionkę przeciwko półpaścowi, otrzymają Państwo kartę z imieniem i nazwiskiem oraz datą następnej wizyty, jeśli będą Państwo potrzebować drugiej dawki. Proszę przechowywać ją w bezpiecznym miejscu.



Czy wystąpią jakieś skutki uboczne?

Skutki uboczne szczepionek Zostavax i Shingrix są zazwyczaj dość łagodne i nie trwają długo. Najczęstsze skutki uboczne (występujące u co najmniej 1 na 10 osób): ból i zaczerwienienie w miejscu wstrzyknięcia, ogólne bóle mięśni i bóle głowy.

Po podaniu szczepionki Shingrix można odczuwać zmęczenie i gorączkę. Mogą Państwo odpocząć i przyjąć normalną dawkę paracetamolu (zgodnie z zaleceniami na opakowaniu), aby poczuć się lepiej. W przypadku złego samopoczucia nie należy obsługiwać maszyn ani prowadzić pojazdów.

Po upływie kilku dni Państwa samopoczucie powinno się poprawić, ale jeśli objawy utrzymują się dłużej, należy omówić je z lekarzem rodzinnym lub pielęgniarką w przychodni.

Zostavax rzadko może powodować poważne skutki uboczne u osób z bardzo osłabionym układem odpornościowym – osoby te powinny zamiast tego otrzymać szczepionkę Shingrix.

Wszelkie skutki uboczne można zgłaszać za pomocą systemu żółtej karty MHRA (Yellow Card) (yellowcard.mhra.gov.uk) – szczegółowe informacje znajdują się na ostatniej stronie niniejszej ulotki.

Jak bezpieczne są szczepionki, czy były one stosowane w innych krajach?

Podobnie jak wszystkie licencjonowane szczepionki, szczepionki przeciwko półpaścowi zostały dokładnie przebadane i spełniają rygorystyczne brytyjskie wymogi dotyczące bezpieczeństwa i licencjonowania.

Obie szczepionki były szeroko stosowane w Europie i Ameryce Północnej w ciągu ostatnich kilku lat.

Jak skuteczna jest szczepionka?

Poddanie się szczepieniu znacznie zmniejsza ryzyko zachorowania na półpasiec.



W ciągu pierwszych 5 lat trwania krajowego programu odnotowano o 40 500 mniej konsultacji lekarskich z powodu półpaśca i o 1840 mniej hospitalizacji¹.

Jeśli zachorują Państwo na półpasiec, objawy będą prawdopodobnie łagodniejsze, a choroba krótsza niż w przypadku braku szczepienia. Wykazano, że obie szczepionki przeciwko półpaścowi stosowane w Wielkiej Brytanii zapewniają dobrą ochronę.

Jak i kiedy podaje się szczepionkę?

Podobnie jak w przypadku większości szczepień, szczepionka zostanie podana w postaci zastrzyku w ramię. Dostępne są 2 różne szczepionki i zostanie Państwu zaproponowana szczepionka najbardziej odpowiednia dla Państwa.

Shingrix jest szczepionką nieżywą i będą potrzebne 2 dawki, aby zapewnić Państwu najlepszą i długotrwałą ochronę.

U większości osób druga dawka szczepionki Shingrix zostanie podana po około 6 miesiącach od podania pierwszej dawki. Jeśli mają Państwo poważnie osłabiony układ odpornościowy, druga dawka szczepionki Shingrix powinna zostać podana wcześniej, ale co najmniej 8 tygodni po pierwszej dawce.

Lekarz pierwszego kontaktu poinformuje Państwa, kiedy należy umówić się na podanie drugiej dawki.

Zostavax jest żywą szczepionką i wystarczy tylko jedna dawka, aby zapewnić odpowiednią ochronę.

[1] Wpływ programu szczepień przeciwko półpaścowi na zachorowania na półpasiec wśród pacjentów hospitalizowanych i zgłaszających się do lekarza pierwszego kontaktu w ciągu 5 lat po jego wprowadzeniu w Anglii: badanie populacyjne – PubMed (nih.gov)

Dlaczego nie mogę się teraz zaszczepić?

W ramach obecnego programu każdy w wieku od 70 do 79 lat kwalifikuje się do szczepienia przeciwko półpaścowi. Program jest stopniowo rozszerzany, zaczynając od osób z grupy najwyższego ryzyka, zgodnie z zaleceniami Wspólnego Komitetu ds. Szczepień (Joint Committee Vaccination Immunisation, JCVI). W ciągu najbliższych 10 lat program obejmie ostatecznie wszystkie osoby w wieku od 60 lat.

Osoby w wieku 50 lat lub starsze z poważnie osłabionym układem odpornościowym już kwalifikują się do szczepionki Shingrix.

Czy muszę coś zrobić, aby otrzymać szczepionkę?

Jeśli kwalifikują się Państwo do szczepienia przeciwko półpaścowi, lekarz pierwszego kontaktu skontaktuje się z Państwem w celu umówienia wizyty. Jeśli jednak mają Państwo obawy dotyczące półpaśca, należy skontaktować się z przychodnią lekarską w celu uzyskania porady.

Czy są osoby, które nie powinny się szczepić?

Dostępne są 2 szczepionki przeciwko półpaścowi: Zostavax i Shingrix. Zostavax zawiera osłabioną wersję żywego wirusa półpaśca.

Osoby z poważnie osłabionym układem odpornościowym, na przykład z powodu leczenia raka, nie powinny przyjmować żywej szczepionki Zostavax i powinny otrzymać szczepionkę przeciwko półpaścowi Shingrix, która nie zawiera żywego wirusa. Lekarz pierwszego kontaktu lub pielęgniarka w przychodni doradzą, czy dotyczy to również Państwa.

Jeśli wystąpiła u Państwa ciężka reakcja na którąkolwiek z substancji wchodzących w skład szczepionki, nie powinni Państwo jej przyjmować. Również w tym przypadku informacji udzieli Państwu lekarz pierwszego kontaktu.

Żywa szczepionka przeciwko półpaścowi oferowana osobom w wieku 70 lat i starszym w Wielkiej Brytanii zawiera żelatynę świńską. Niektóre osoby mogą nie chcieć tej szczepionki, ale jest to szczepionka zalecana, chyba że nie mogą jej Państwo przyjąć, ponieważ mają Państwo osłabiony układ odpornościowy.



Czy szczepionka może wywołać u mnie półpaśca?

Szczepionki Shingrix nie mogą wywołać półpaśca. Bardzo rzadko szczepionka Zostavax może wywołać łagodną wysypkę przypominającą półpaśca, zwykle w miejscu wstrzyknięcia. Jeśli wystąpi u Państwa wysypka, mogą Państwo zadzwonić pod numer NHS 111 lub skontaktować się z lekarzem pierwszego kontaktu w celu uzyskania porady.

Co się stanie, jeśli przegapię szczepienie? Czy mogę zaszczepić się później?

Dla większości osób szczepionka przeciwko półpaścowi będzie oferowana do 80 roku życia. Jeśli jednak mają Państwo poważnie osłabiony układ odpornościowy, szczepionka może być podawana w każdym wieku.

Aby uzyskać najlepszą ochronę, należy zaszczepić się lub otrzymać obydwie dawki w zalecany czas. Proszę skontaktować się z lekarzem pierwszego kontaktu, aby umówić się na kolejną wizytę.

Czy kwalifikuję się do szczepionki Shingrix, jeśli wcześniej otrzymałem Zostavax?

Jeżeli podano Państwu szczepionkę Zostavax w ramach rutynowego programu szczepień między 70 a 79 rokiem życia, nie potrzebują Państwo kolejnych dawek szczepionki przeciwko półpaścowi.

Nie potrzebują Państwo teraz 2-dawkowej szczepionki Shingrix.

Czy mogę wybrać którą szczepionkę przeciwko półpaścowi chcę otrzymać?

Nie, lekarz rodzinny lub pielęgniarka zaproponuje Państwu szczepionkę, która jest dla Państwa zalecana. Do szczepienia przeciwko półpaścowi w ramach programu NHS można się kwalifikować w zależności od wieku i aktualnej historii medycznej.



Proszę nie zwlekać, jeśli kwalifikują się Państwo do szczepienia, proszę postarać się zaszczepić jak najszybciej.

Proszę pamiętać, że jeśli kwalifikują się Państwo do szczepienia, należy jak najszybciej umówić się na szczepienie, aby zapewnić sobie najlepszą ochronę.

Dalsze informacje


Jeśli chcą Państwo uzyskać więcej informacji przed lub po szczepieniu, proszę porozmawiać z lekarzem pierwszego kontaktu lub pielęgniarką w przychodni. Mogą Państwo również odwiedzić stronę internetową NHS pod adresem www.nhs.uk/shingles

Aby dowiedzieć się więcej o szczepionce przeciwko półpaścowi Zostavax®, proszę odwiedzić stronę www.medicines.org.uk/emc/product/6101/pil


Aby dowiedzieć się więcej o szczepionce przeciwko półpaścowi Shingrix®, proszę odwiedzić stronę www.medicines.org.uk/emc/product/12054/pil

Jeśli mają Państwo poważnie osłabiony układ odpornościowy (ciężka immunosupresja), szczepionka przeciwko półpaścowi zostanie Państwu zaproponowana po ukończeniu 50. roku życia.

Kwalifikują się Państwo do szczepienia w dniu swoich 70. urodzin.

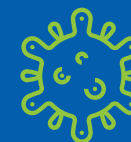
KWALIFIKACJA OD (DATA URODZENIA)	DATA URODZENIA	PROGRAM DATA ROZPOCZĘCIA	ROK PROGRAMU
 70	1 września 1953 r. - 31 sierpnia 1954 r.	1 września 2023 r.	Rok 1
	1 września 1954 r. - 31 sierpnia 1955 r.	1 września 2024 r.	Rok 2
	1 września 1955 r. - 31 sierpnia 1956 r.	1 września 2025 r.	Rok 3
	1 września 1956 r. - 31 sierpnia 1957 r.	1 września 2026 r.	Rok 4
	1 września 1957 r. - 31 sierpnia 1958 r.	1 września 2027 r.	Rok 5

Kwalifikują się Państwo w dniu swoich 65. urodzin

KWALIFIKACJA OD (DATA URODZENIA)	DATA URODZENIA	PROGRAM DATA ROZPOCZĘCIA	ROK PROGRAMU
 65	1 września 1958 r. - 31 sierpnia 1959 r.	1 września 2023 r.	Rok 1
	1 września 1959 r. - 31 sierpnia 1960 r.	1 września 2024 r.	Rok 2
	1 września 1960 r. - 31 sierpnia 1961 r.	1 września 2025 r.	Rok 3
	1 września 1961 r. - 31 sierpnia 1962 r.	1 września 2026 r.	Rok 4
	1 września 1962 r. - 31 sierpnia 1963 r.	1 września 2027 r.	Rok 5

Półpasiec

to powszechna choroba, która może powodować długotrwały, silny ból



może powodować silnie swędzącą wysypkę z pęcherzami



może wystąpić w każdym wieku, ale ryzyko, nasilenie i powikłania zwiększają się wraz z wiekiem



Szczepionka

znacznie zmniejsza liczbę przypadków



zmniejszy nasilenie objawów u osób zaszczepionych, jeśli rozwinie się u nich choroba



była szeroko stosowana w innych krajach, takich jak Stany Zjednoczone i Kanada



Podanie się rutynowemu szczepieniu przeciwko półpaścowi jest dobrym sposobem dbania o swoje zdrowie, dzięki czemu mogą Państwo dalej cieszyć się życiem bez bólu związanego z półpaścem.

Mogą Państwo zgłaszać podejrzewane skutki uboczne szczepionek i leków za pośrednictwem Systemu Żółtej Karty (Yellow Card Scheme)

Można to zrobić online, odwiedzając stronę yellowcard.mhra.gov.uk lub dzwoniąc na infolinię Żółtej Karty pod numer **0800 731 6789**. Mogą Państwo również skorzystać z kodu QR lub pobrać aplikację Żółta Karta.



Shingles Support Society

Strona internetowa: shinglessupport.org.uk. Poufna infolinia: **0845 123 2305** w godzinach od 9:00 do 21:00 lub **020 7607 9661** od poniedziałku do piątku w godzinach od 12:00 do 20:00. Pytania: **0300 030 9333**



Facial Palsy

Strona internetowa: facialpalsy.org.uk



Pain Concern Helpline (Telefon zaufania w sprawie bólu)

Nr telefonu: **0300 123 0789**, email: help@painconcern.org.uk
Strona internetowa: www.painconcern.org.uk



© Crown copyright 2023
Product code: C23SGX1POL Polish
Ip 100K (APS) MAY 2023
UK Health Security Agency Gateway number: 2023-121

Większa czcionka ułatwiająca czytanie

Jeśli chcą Państwo zamówić więcej kopii tej ulotki lub inny format, taki jak duży druk, braille lub przetłumaczoną kopię, proszę wejść na stronę www.healthpublications.gov.uk lub numer telefonu: 0300 123 1002, Minicom: 0300 123 1003 (8:00 to 18:00, od poniedziałku do piątku)

www.nhs.uk/vaccinations