



UK Health
Security
Agency

NHS

Позаботьтесь о своем здоровье — сделайте прививку от

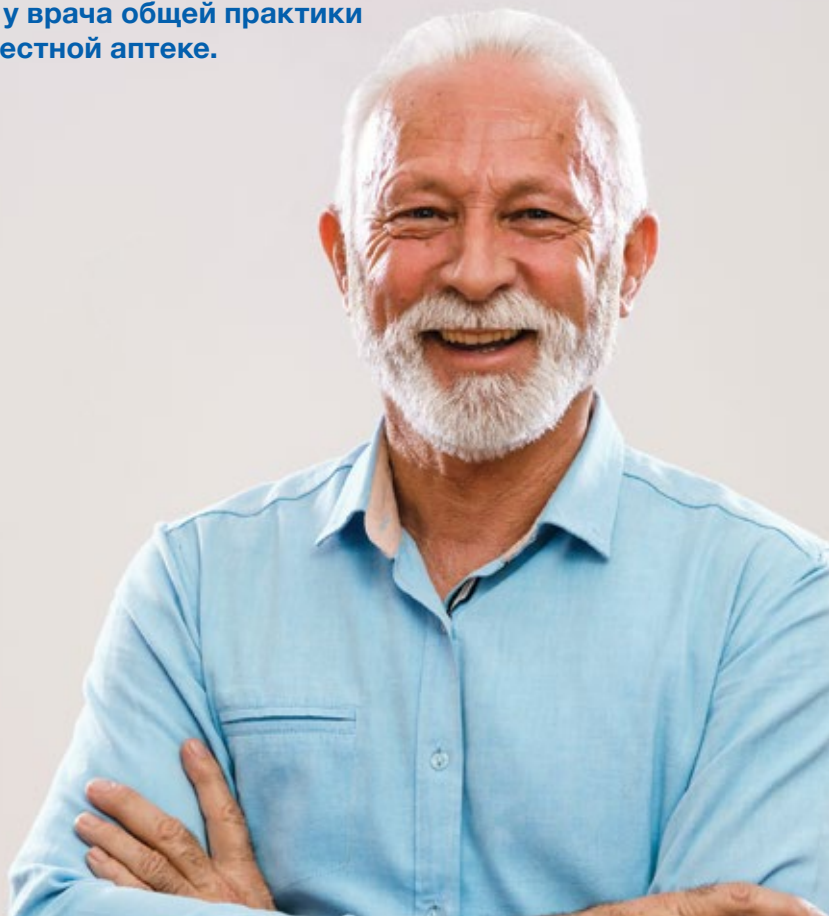
ОПОЯСЫВАЮЩЕГО ЛИШАЯ



Национальная служба здравоохранения (NHS) предлагает пройти вакцинацию, чтобы снизить риск развития опоясывающего лишая.

Из данной брошюры вы узнаете о национальной программе профилактики опоясывающего лишая, преимуществах вакцинации и о том, кто имеет право на получение вакцины.

Существует 2 вакцины против опоясывающего лишая — Zostavax и Shingrix. Получить рекомендацию о том, какая вакцина подойдет именно вам, можно у врача общей практики (GP) или в местной аптеке.



В отличие от большинства других инфекций, заразиться опоясывающим лишаем от кого-то другого нельзя. Большинство из нас в детстве перенесли ветряную оспу, хотя не все об этом знают.

После выздоровления вирус ветряной оспы остается в нервной системе в неактивном состоянии. Большую часть вашей жизни он может никак не проявлять себя, но в случае реактивации вирус распространяется на кожу, вызывая заболевание под названием «опоясывающий лишай».

Опоясывающий лишай может быть очень болезненным. Как правило, он чаще возникает у пожилых людей. Это может быть связано со снижением иммунитета в силу возраста, стрессом или некоторыми заболеваниями и методами лечения. У некоторых пациентов боль, вызванная опоясывающим лишаем, длится много лет. Опоясывающий лишай может ощутимо снизить качество жизни и помешать вам делать все то, что вам обычно нравится.

Что вызывает опоясывающий лишай?

Возбудитель опоясывающего лишая (герпес) — спящий вирус ветряной оспы, который поражает участок кожи над одним из нервов. Это приводит к образованию скоплений чрезвычайно болезненных и зудящих пузырьков, наполненных жидкостью. Пузырьки могут лопаться и превращаться в язвы, которые в конечном итоге покрываются корочкой и заживают. Такие высыпания обычно поражают область на одной стороне тела — чаще всего грудную клетку, но иногда и голову, лицо и область вокруг глаз.

Как выглядит опоясывающий лишай?



Как долго длится заболевание и насколько оно серьезно?

Первые признаки опоясывающего лишая — как правило, плохое самочувствие с покалыванием или жжением на участке кожи на одной стороне тела. Болезненная сыпь с наполненными жидкостью пузырьками обычно появляется через несколько дней после первоначальных симптомов.

Опоясывающий лишай на теле может причинять сильную боль. Если опоясывающий лишай развивается на глазу и веке, это может привести к ухудшению зрения или даже постоянной слепоте в пораженном глазу.

Насколько распространен опоясывающий лишай?

Опоясывающий лишай развивается примерно у каждого пятого человека, перенесшего ветряную оспу. Это означает, что ежегодно в Англии и Уэльсе данное заболевание обнаруживается у десятков тысяч людей. Хотя опоясывающий лишай может возникать в любом возрасте, соответствующий риск, степень тяжести и осложнения ухудшаются с возрастом.

Постгерпетическая невралгия (ПГН)

Постгерпетическая невралгия (ПГН) после опоясывающего лишая развивается примерно у 14 000 человек в год. Свыше 1400 человек попадают из-за ПГН в больницу.

Большинство пациентов полностью выздоравливают через несколько недель, но у некоторых боль длится месяцы или даже годы. Это состояние называется постгерпетической невралгией (ПГН). Оно характеризуется сильным жжением, пульсирующей или колющей болью в нервах.

Чем старше пациент, тем выше вероятность длительной боли. Вакцина против опоясывающего лишая снижает риск развития заболевания и ПГН.

Опоясывающий лишай заразен?

Опоясывающий лишай не распространяется с такой же легкостью, как ветряная оспа, но жидкость в пузырьках сыпи содержит тот же вирус. Таким образом, человек, не имеющий иммунитета к ветряной оспе, может подхватить инфекцию при контакте с этой жидкостью.

Если у вас опоясывающий лишай, необходимо закрывать высыпания свободной одеждой, чтобы снизить риск распространения ветряной оспы. Беременным женщинам, которые не болели ветряной оспой, людям с ослабленным иммунитетом и новорожденным следует избегать прямого контакта с сыпью.

Кому предписана вакцинация?

С 1 сентября 2023 года программа вакцинации предлагается следующим лицам:

1

Здоровые люди в возрасте от 70 до 79 лет, которые еще не были вакцинированы

2

Люди в возрасте от 50 лет с сильно ослабленной иммунной системой

3

Здоровые люди в возрасте от 60 до 70 лет получают право на участие в программе вакцинации в течение следующих 5 лет, когда им исполнится 65 или 70 лет

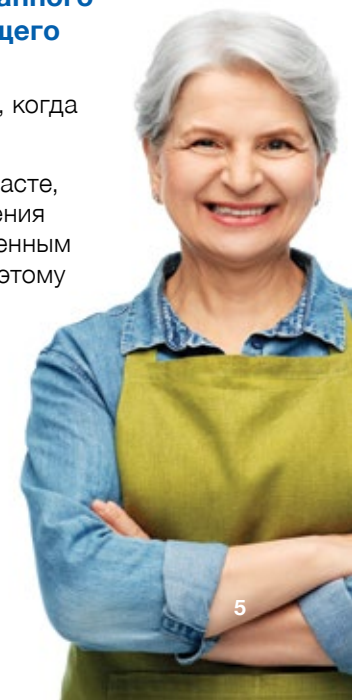
Право на вакцинацию против опоясывающего лишая сохраняется до наступления 80 лет (если у вас не ослаблена иммунная система*), но чем раньше вы сделаете эту прививку, тем скорее защитите себя. Подробная информация о том, кто может получить вакцину в течение первых пяти лет действия программы, приведена в таблице.

Что делать людям, не достигнувшим предписанного возраста для вакцинации против опоясывающего лишая?

Более молодым людям вакцинация будет предложена, когда они достигнут возраста участия в программе.

Опоясывающий лишай может возникать в любом возрасте, но соответствующий риск, степень тяжести и осложнения ухудшаются по мере старения. Люди с сильно ослабленным иммунитетом подвергаются более высокому риску, поэтому им рекомендуется сделать вакцину в более раннем возрасте.

*Люди с сильно ослабленной иммунной системой сохраняют право на вакцинацию.



После вакцинации против опоясывающего лишая вам выдадут карточку с вашим именем и датой следующего приема, если вам потребуется вторая доза. Сохраните ее в надежном месте.



Есть ли побочные эффекты?

Побочные эффекты вакцин Zostavax и Shingrix, как правило, довольно мягкие и быстро проходят. Наиболее распространенными побочными эффектами (возникают примерно у каждого десятого человека) являются боль и покраснение в месте инъекции, общие мышечные боли и головная боль.

После прививки вакциной Shingrix вы можете почувствовать усталость и повышение температуры. В этом случае необходимо отдохнуть и принять стандартную дозу парацетамола (следуйте рекомендациям в инструкции). Не управляйте тяжелым оборудованием и не садитесь за руль, если плохо себя чувствуете.

Через несколько дней симптомы должны пройти, но если они сохранятся, обратитесь за консультацией к своему врачу общей практики (GP) или медсестре.

В редких случаях вакцина Zostavax может вызывать серьезные побочные эффекты у людей с очень ослабленным иммунитетом. Таким пациентам рекомендуется вакцина Shingrix.

Вы можете сообщить о любых побочных эффектах в рамках программы Агентства Соединенного Королевства по контролю за лекарственными средствами и изделиями медицинского назначения (MHRA) «Желтая карточка» (Yellow card scheme) (yellowcard.mhra.gov.uk). Подробная информация представлена на последней странице этого буклета.

Насколько безопасны вакцины, использовались ли они в других странах?

Как и все зарегистрированные вакцины, препараты против опоясывающего лишая были тщательно протестированы и отвечают строгим требованиям безопасности и лицензирования в Соединенном Королевстве.

Обе вакцины широко используются в Европе и Северной Америке в течение последних нескольких лет.

Насколько эффективна вакцинация?

Поставив вакцину, вы значительно снизите вероятность развития опоясывающего лишая.



За первые 5 лет действия национальной программы количество консультаций врачей общей практики (GP) по поводу заболеваний, связанных с опоясывающим лишаем, снизилось на 40 500, а число госпитализаций — на 1840¹.

Если у вас разовьется опоясывающий лишай, его симптомы, вероятно, будут мягче, а болезнь продлится меньше, чем если бы вы не были вакцинированы. По данным исследований, обе вакцины против опоясывающего лишая, используемые в Соединенном Королевстве, обеспечивают хорошую защиту.

Как и когда проводится вакцинация?

Как и большинство других вакцин, препарат против опоясывающего лишая будет вводиться в виде инъекции в плечо. Из 2 вариантов вакцин вам будет предложена та, которая подойдет именно вам.

Shingrix — это инактивированная вакцина. Чтобы обеспечить наилучшую длительную защиту, вам понадобятся 2 дозы препарата.

Большинству людей вторая доза Shingrix будет предложена примерно через 6 месяцев после первой. Если ваша иммунная система очень ослаблена, вторую дозу Shingrix следует ввести раньше, но как минимум через 8 недель после первой дозы.

Ваш врач общей практики (GP) сообщит вам, когда следует записаться на прием для получения 2^й дозы.

Zostavax — «живая» вакцина, и для обеспечения хорошей защиты понадобится только одна доза препарата.

[1] Влияние программы вакцинации против опоясывающего лишая на госпитализацию и приемы по поводу этого заболевания в клиниках врачей общей практики (GP) в течение 5 лет после ее введения в Англии: популяционное исследование — PubMed (nih.gov)

Почему я не могу сделать прививку сейчас?

В рамках действующей программы право сделать прививку против опоясывающего лишая имеет каждый человек в возрасте от 70 до 79 лет. Программа постепенно расширяется; на первом этапе в нее будут включены лица, подверженные наибольшему риску, в соответствии с рекомендациями Объединенного комитета по вакцинации и иммунизации Соединенного Королевства (JCVI). В течение следующих 10 лет программа охватит всех людей в возрасте от 60 лет.

Лица в возрасте 50 лет и старше с сильно ослабленной иммунной системой уже имеют право на получение вакцины Shingrix.

Нужно ли мне что-то предпринять, чтобы поставить вакцину?

Когда вы получите право на участие в программе вакцинации против опоясывающего лишая, ваш врач общей практики (GP) свяжется с вами по поводу записи на прием. Однако если вы беспокоитесь по поводу этого заболевания, обратитесь за консультацией к врачу общей практики (GP).

Есть ли люди, которым не следует делать вакцину?

В Соединенном Королевстве используются 2 вакцины против опоясывающего лишая — Zostavax и Shingrix. Zostavax содержит ослабленную версию живого вируса опоясывающего лишая.

Людам с сильно ослабленным иммунитетом (например, из-за лечения рака) этот препарат не рекомендуется; им следует выбрать инактивированную вакцину Shingrix. Ваш врач общей практики (GP) или медсестра подскажут, распространяется ли данное исключение на вас.

Если у вас была серьезная реакция на какое-либо из веществ, входящих в состав вакцины, ставить этот препарат не следует. Опять же, ваш врач общей практики (GP) даст необходимые разъяснения.

Живая вакцина против опоясывающего лишая, предлагаемая в Соединенном Королевстве лицам в возрасте 70 лет и старше, содержит свиной желатин. Некоторые люди могут не захотеть использовать эту вакцину, но она является рекомендуемой для всех — кроме лиц с ослабленной иммунной системой.



Могу ли я заболеть опоясывающим лишаем в результате вакцинации?

Заболеть опоясывающим лишаем в результате вакцинации Shingrix невозможно. В редких случаях вакцина Zostavax может вызывать легкую форму этого заболевания — например, сыпь, обычно вокруг места инъекции. Если у вас появилась сыпь, позвоните в службу NHS 111 или обратитесь за консультацией к врачу общей практики (GP).

Что будет, если я пропущу вакцинацию? Можно ли сделать вакцину позже?

Для большинства людей вакцинация против опоясывающего лишая будет доступна до тех пор, пока им не исполнится 80 лет. Однако если у вас сильно ослаблена иммунная система, вакцину можно ставить до достижения любого возраста.

Для лучшей защиты вам следует поставить вакцину или пройти курс вакцинации в рекомендованное время. Обратитесь к врачу общей практики (GP), чтобы назначить еще один прием.

Имею ли я право на вакцинацию препаратом Shingrix, если мне ранее ввели Zostavax?

Если вам ввели препарат Zostavax в рамках программы плановой иммунизации, когда вам было от 70 до 79 лет, никакие дополнительные дозы вакцин против опоясывающего лишая вам не нужны.

Проводить вакцинацию 2 дозами Shingrix уже не следует.

Могу ли я выбрать вакцину против опоясывающего лишая?

Нет, ваш врач общей практики (GP) или медсестра предложит вакцину, которая вам рекомендована. Вы получаете право на вакцинацию против опоясывающего лишая по программе NHS в зависимости от вашего возраста и текущей истории болезни.



Не откладывайте вакцинацию, если вы отвечаете критериям для участия в программе, постарайтесь сделать ее как можно скорее

Помните, что когда вы получите право на иммунизацию, следует записаться на прием для получения вакцины как можно скорее, чтобы обеспечить себе наилучшую защиту.

Дополнительная информация

Чтобы получить дополнительную информацию до или после вакцинации, обратитесь к своему врачу общей практики (GP) или медсестре. Вы также можете посетить веб-сайт NHS по адресу: www.nhs.uk/shingles


Информация о вакцине против опоясывающего лишая Zostavax® представлена на веб-сайте

www.medicines.org.uk/emc/product/6101/pil


Сведения о вакцине против опоясывающего лишая Shingrix® доступны по ссылке www.medicines.org.uk/emc/product/12054/pil

Если у вас сильно ослабленная иммунная система (сильная иммуносупрессия), вам предложат поставить вакцину против опоясывающего лишая по достижении 50 лет

Вы получаете право на участие в программе в свой 70-й день рождения

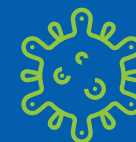
ПРАВО НА УЧАСТИЕ (ВАШ ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ)	ДАТА РОЖДЕНИЯ	ГОД ПРОГРАММЫ ДАТА НАЧАЛА ПРОГРАММЫ	ГОД ПРОГРАММЫ
	1 сентября 1953 г. — 31 августа 1954 г.	1 сентября 2023 г.	1-й год
	1 сентября 1954 г. — 31 августа 1955 г.	1 сентября 2024 г.	2-й год
	1 сентября 1955 г. — 31 августа 1956 г.	1 сентября 2025 г.	3-й год
	1 сентября 1956 г. — 31 августа 1957 г.	1 сентября 2026 г.	4-й год
	1 сентября 1957 г. — 31 августа 1958 г.	1 сентября 2027 г.	5-й год

Вы получаете право на участие в программе в свой 65-й день рождения

ПРАВО НА УЧАСТИЕ (ВАШ ДЕНЬ РОЖДЕНИЯ)	ДАТА РОЖДЕНИЯ	ГОД ПРОГРАММЫ ДАТА НАЧАЛА ПРОГРАММЫ	ГОД ПРОГРАММЫ
	1 September 1958 - 31 August 1959	1 сентября 2023 г.	1-й год
	1 September 1959 - 31 August 1960	1 сентября 2024 г.	2-й год
	1 September 1960 - 31 August 1961	1 сентября 2025 г.	3-й год
	1 September 1961 - 31 August 1962	1 сентября 2026 г.	4-й год
	1 September 1962 - 31 August 1963	1 сентября 2027 г.	5-й год

Опоясывающий лишай

является распространенным заболеванием, которое способно вызывать длительную сильную боль



проявляется как сильная зудящая сыпь с пузырьками



может возникнуть в любом возрасте, но риск, степень тяжести и осложнения ухудшаются с возрастом



Вакцина

значительно сокращает количество случаев заболевания



уменьшает выраженность симптомов у вакцинированных людей, если у них разовьется заболевание



широко применяется в других странах, таких как США и Канада



Плановая вакцинация против опоясывающего лишая — отличный способ позаботиться о своем здоровье, чтобы вы могли наслаждаться жизнью без боли.

Вы можете сообщить о предполагаемых побочных эффектах вакцин и лекарств в рамках программы «Желтая карточка» (Yellow Card Scheme)

Это можно сделать через веб-сайт **yellowcard.mhra.gov.uk** или позвонив на горячую линию Yellow Card по телефону **0800 731 6789**. Вы также можете использовать QR-код или загрузить приложение Yellow Card.



Общество поддержки больных опоясывающим лишаем (Shingles Support Society)

Веб-сайт: **shinglessupport.org.uk**. Анонимная горячая линия: **0845 123 2305** ежедневно с 9:00 до 21:00 или **020 7607 9661** с понедельника по пятницу с 12:00 до 20:00. Телефон для справок: **0300 030 9333**



Паралич лицевого нерва

Веб-сайт: **facialpalsy.org.uk**



Горячая линия по вопросам боли (Pain Concern Helpline)

Телефон: **0300 123 0789**, эл. почта: **help@painconcern.org.uk**
Веб-сайт: **www.painconcern.org.uk**



© Crown copyright 2023
Product code: C23SGX1RU Russian
Ip 100K (APS) MAY 2023
UK Health Security Agency Gateway number: 2023-124

Более крупный шрифт для людей с ограниченными возможностями

Если вы хотите заказать больше экземпляров этой брошюры или копии другого формата, например, с крупным шрифтом, шрифтом Брайля или перевод на другой язык, посетите веб-сайт **www.healthpublications.gov.uk**

или позвоните по телефону: 0300 123 1002, Minicom: 0300 123 1003 (с понедельника по пятницу с 8:00 до 18:00)

www.nhs.uk/vaccinations