



UK Health  
Security  
Agency

**NHS**

Vakcina, padedanti apsisaugoti nuo skausmo, kurį sukelia

# juostinė pūslelinė



**NHS siūlo vakciną, kuri mažina riziką susirgti juostine pūsleline.**

**Šiame lankstinuke aprašoma nacionalinė juostinės pūslelinės programa, vakcinos nauda ir kas gali būti skiepijamas**

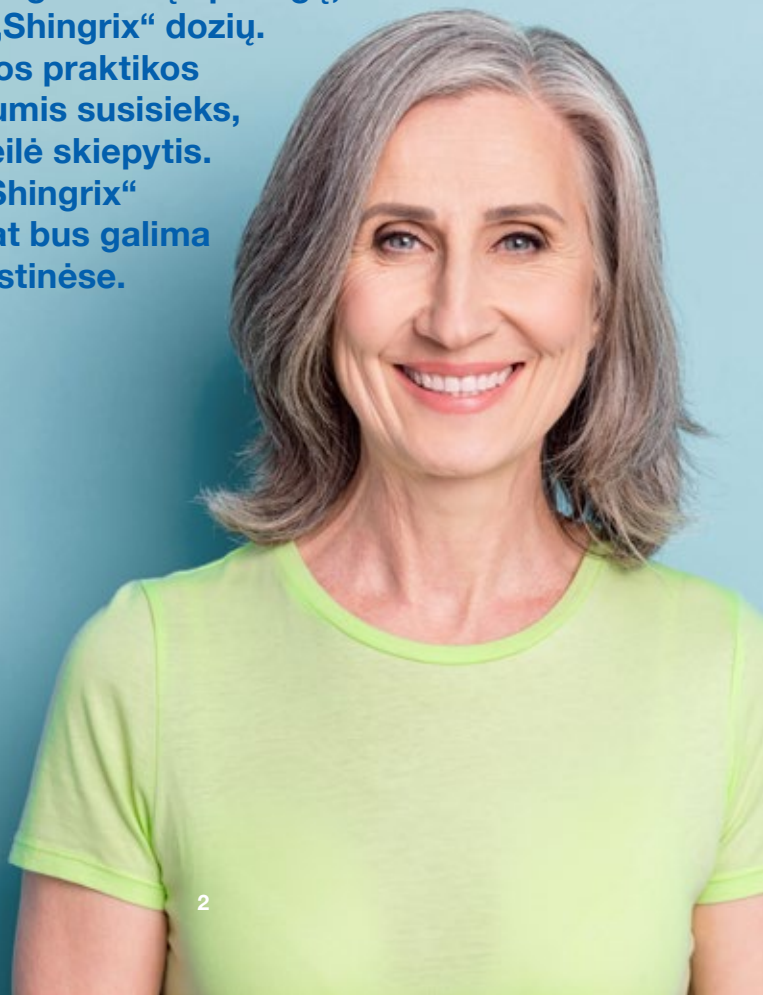
---

**Dabar naudojama vakcina nuo juostinės pūslelinės vadinasi „Shingrix“.**

**Norint užtikrinti geriausią apsaugą, jums reikės 2 „Shingrix“ dozių.**

**Jūsų bendrosios praktikos gydytojas su jumis susisieks, kai ateis jūsų eilė skiepytis.**

**Pasiskiepyti „Shingrix“ vakcina taip pat bus galima kai kuriose vaistinėse.**



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

**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 gaunamo gydymo. Kai kuriems juostinės pūslelinės sukeliamas 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, kurias ilgainiui susitraukia ir užgyja. Šios pūslelės dažniausiai pažeidžia vieną kūno pusę, dažniausiai krūtinę, bet kartais gali pažeisti ir galvą, veidą bei akis.

### **Kaip atrodo juostinė pūslelinė?**



## Kiek ji trunka ir kiek rimta gali būti?

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 vėjaraupiais sirgusių žmonių išsivystys juostinė pūslelinė. Tai reiškia, kad kasmet Anglijoje ir Velse dešimtys tūkstančių žmonių susirgs juostine pūsleline. Nors juostinė pūslelinė gali atsirasti bet kokio amžiaus žmogui, jos rizika, sunkumas ir komplikacijos didėja su amžiumi.

## Postherpetinė neuralgija (PHN)

Kasmet apie 14 000 žmonių po juostinės pūslelinės suserga 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 netgi metus – tai vadinama postherpetine neuralgija (PHN). 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 mažina juostinės pūslelinės ir PHN riziką.

## Ar juostinė pūslelinė gali plisti?

Juostinė pūslelinė neplinta taip lengvai kaip vėjaraupiai, tačiau pūslelėse esančiame skystyje yra vėjaraupių viruso. Todėl vėjaraupiams imuniteto neturintis žmogus 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, kai jiems sukaks 65 arba 70 metų

---

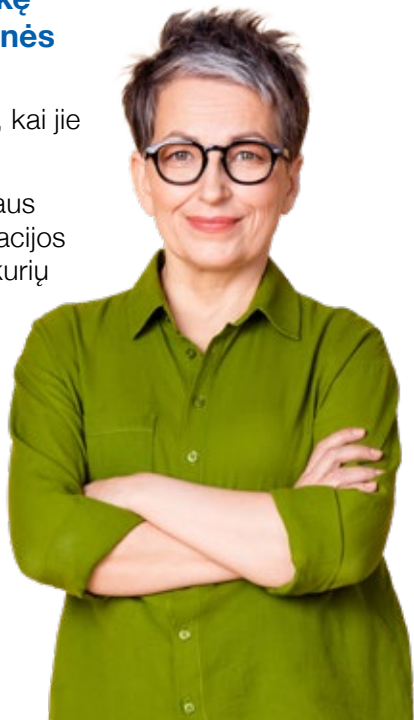
Teisę pasiskiepyti nuo juostinės pūslelinės turėsite iki savo 80 gimtadienio (nebent jūsų imuninė sistema yra nusilpusi<sup>[1]</sup>), tačiau kuo anksčiau pasiskiepysite, tuo anksčiau būsite apsaugoti. Išsami informacija apie tai, kas gali pasiskiepyti vakcina per pirmuosius penkerius programos metus, 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.

[1] Žmonės, kurių imuninė sistema yra labai nusilpusi, ir toliau išsaugo teisę skiepytis.



**Jei pasiskiepsite nuo juostinės pūslelinės, gausite įrašų kortelę su jūsų vardu ir kito vizito data. Prašome ją laikyti saugioje vietoje.**



## **Ar bus šalutinių poveikių?**

„Shingrix“ vakcinės šalutiniai 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. Pailsėkite ir išgerkite įprastą paracetamolio dozę (vadovaukitės pakuotėje pateiktais nurodymais), 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.

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

## **Kiek saugi yra „Shingrix“ vakcina? Ar ji naudojama kitose šalyse?**

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

Pastaruosius kelerius metus ji plačiai naudojama Europoje ir Šiaurės Amerikoje.

## Koks yra vakcinės veiksmingumas?

Pasiskiepiję ženkliai sumažinsite tikimybę susirgti juostine pūsleline.



**Per pirmuosius 5 metus po pirmosios juostinės pūslelinės vakcinacijos programos įvedimo buvo 40 500 mažiau bendrosios praktikos gydytojų konsultacijų dėl su juostine pūsleline susijusių ligų ir 1840 mažiau hospitalizacijų<sup>2</sup>.**

Jei jūs susirgsite juostine pūsleline, simptomai greičiausiai bus lengvesni ir sirgsite trumpiau nei tuo atveju, jei nebūtumėte pasiskiepiję. Įrodyta, kad JK naudojama „Shingrix“ vakcina suteikia gerą apsaugą.

## Kaip ir kada bus suleista vakcina?

Kaip ir daugelis vakcinų, ši vakcina bus suleidžiama į žastą.

„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, tačiau turi būti praėjusios mažiausiai 8 savaitės po pirmosios dozės.

Bendrosios praktikos klinika jums praneš, kada užsiregistruoti 2 dozei.

[2] 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 padaryti, 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, kurie neturėtų skiepytis „Shingrix“ vakcina?**

Jei esate turėję sunkią reakciją į bet kurią iš vakcinoje esančių medžiagų, neturėtumėte ja skiepytis. Pasitarkite su savo bendrosios praktikos gydytoju.

## **Ar vakcina gali sukelti juostinę pūslelinę?**

„Shingrix“ vakciną negali įsū užkrėsti juostine pūsleline. 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 vakcina nuo juostinės pūslelinės bus siūloma iki 80 metų. 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 skiepijau „Zostavax“?

Jei pagal įprastą skiepų programą jums buvo suleista „Zostavax“ vakcina, kai buvote 70 - 79 metų, dabar jums nereikia skiepytis 2 „Shingrix“ vakcinų dozėmis.



**Nedelskite. Jei jums priklauso vakcina, pasiskiepykite kuo greičiau.**



**Atminkite, kad kai ateis jūsų eilė pasiskiepyti, turėtumėte kuo greičiau užsiregistruoti skiepų vizitui, kad užsitikrintumėte geriausią apsaugą.**


## Daugiau informacijos

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


Norėdami paskaityti apie „Shingrix“<sup>®</sup> vakciną nuo juostinės pūslelinės, apsilankykite [www.medicines.org.uk/emc/product/12054/pil](http://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	PROGRAMOS PRADŽIOS DATA	PROGRAMOS METAI
 <b>70</b>	1953 m. rugsėjo 1 d. - 1954 m. rugpjūčio 31 d.	2023 m. rugsėjo 1 d.	1 metai
	1954 m. rugsėjo 1 d. - 1955 m. rugpjūčio 31 d.	2024 m. rugsėjo 1 d.	2 metai
	1955 m. rugsėjo 1 d. - 1956 m. rugpjūčio 31 d.	2025 m. rugsėjo 1 d.	3 metai
	1956 m. rugsėjo 1 d. - 1957 m. rugpjūčio 31 d.	2026 m. rugsėjo 1 d.	4 metai
	1957 m. rugsėjo 1 d. - 1958 m. rugpjūčio 31 d.	2027 m. rugsėjo 1 d.	5 metai

### Teisę pasiskiepyti įgyjate sulaukę 65 metų

GALITE PASISKIEPYTI NUO (JŪSŲ GIMTADIENIS)	GIMIMO DATOS	PROGRAMOS PRADŽIOS DATA	PROGRAMOS METAI
 <b>65</b>	1958 m. rugsėjo 1 d. - 1959 m. rugpjūčio 31 d.	2023 m. rugsėjo 1 d.	1 metai
	1959 m. rugsėjo 1 d. - 1960 m. rugpjūčio 31 d.	2024 m. rugsėjo 1 d.	2 metai
	1960 m. rugsėjo 1 d. - 1961 m. rugpjūčio 31 d.	2025 m. rugsėjo 1 d.	3 metai
	1961 m. rugsėjo 1 d. - 1962 m. rugpjūčio 31 d.	2026 m. rugsėjo 1 d.	4 metai
	1962 m. rugsėjo 1 d. - 1963 m. rugpjūčio 31 d.	2027 m. rugsėjo 1 d.	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.



**Skiepijimas 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 internetu apsilankę **yellowcard.mhra.gov.uk** 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: **shinglessupport.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 2024  
Product code: C24SGX1LI Lithuanian  
1p 100K OCT 2024 (APS)  
UK Health Security gateway number: 2024635  
Larger font for accessibility

If you would like to order more copies of this leaflet, or another format such as large print, braille or as a translated copy please visit **www.healthpublications.gov.uk** or phone: 0300 123 1002, Minicom: 0300 123 1003 (8am to 6pm, Monday to Friday).

**www.nhs.uk/vaccinations**