



UK Health  
Security  
Agency



有一種疫苗可以幫助您免受

# 帶狀皰疹帶來的疼痛



**NHS 提供一種疫苗，可降低您罹患帶狀皰疹的風險。**

**本傳單介紹了全國帶狀皰疹計劃、疫苗的好處以及誰有資格接種。**

---

**帶狀皰疹 計劃的當前使用疫苗稱為 Shingrix。**

**您需要 2 劑 Shingrix 才能獲得最佳保護。一旦您符合條件，您的全科醫生（GP）診所將與您聯繫。您也可以在某些藥局接種 Shingrix 疫苗。**



**與大多數其他感染不同，您不會從別人那裡感染帶狀皰疹。我們大多數人在年輕時都得過水痘，儘管其中的一些人不會意識到自己得過水痘。**

**得過水痘後，病毒會潛伏在神經中。在您的一生中，您大部分時間都不會意識到這一點，但病毒有時會復發並擴散到皮膚上，導致一種稱為帶狀皰疹的疾病。**

帶狀皰疹可能非常疼痛，隨著年齡的增長，人們會越來越容易患上這種疾病。這可能是因為您的免疫系統因年齡增長、壓力或一系列疾病和治療而變弱。對某些人來說，帶狀皰疹引起的疼痛可能會持續很多年。帶狀皰疹會確實影響您的生活，使您無法做您通常喜歡做的所有事情。

### **帶狀皰疹的病因是什麼？**

帶狀皰疹（也稱為herpes zoster）是由潛伏的水痘病毒擴散到由神經支配的皮膚區域引起的。它會導致成簇的極度疼痛和瘙癢、充滿液體的水泡。這些水泡會破裂並變成瘡，最終結痂並癒合。這些水泡通常會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、臉部和眼睛。

### **帶狀皰疹是什麼樣子的？**



## 它會持續多久，有多嚴重？

帶狀皰疹的最初症狀可能是全身不適，身體一側皮膚區域有刺痛或灼熱感。通常在最初症狀出現幾天後，會出現疼痛的皮疹和充滿液體的水泡。

身體上的帶狀皰疹會引起劇烈疼痛。如果眼睛和眼瞼出現帶狀皰疹，則會導致視力下降，甚至永久性失明。

## 帶狀皰疹有多常見？

大約五分之一的前水痘患者會罹患帶狀皰疹。這意味著每年在英格蘭和威爾士，數以萬計的人會患上帶狀皰疹。雖然帶狀皰疹可能發生在任何年齡，但風險、嚴重程度和併發症都會隨著年齡的增長而增加。

## 帶狀皰疹後神經痛 (PHN)

每年，約有 14,000 人在帶狀皰疹後患上帶狀皰疹後神經痛 (PHN)，而且超過 1,400 人因 PHN 入院。

大多數人在幾週後完全康復，但對於某些人來說，疼痛會持續數月甚至數年 - 這被稱為帶狀皰疹後神經痛 (PHN)。這是一種特別令人不快的狀況，伴隨嚴重的燒灼、悸動或刺痛的神經痛。

年齡越大，越有可能出現長期疼痛。帶狀皰疹疫苗可降低得到帶狀皰疹和帶狀皰疹後遺症的風險。

## 帶狀皰疹會傳染嗎？

帶狀皰疹不像水痘那麼容易傳染，但水泡中的液體含有水痘病毒。因此，對水痘沒有免疫力的人如果接觸到這種液體，可能會感染。

如果您患有帶狀皰疹皮疹，應使用寬鬆的衣服覆蓋皮疹，以降低傳播水痘的風險。未曾患過水痘的孕婦、免疫系統較弱的人和新生兒應避免直接接觸皮疹。

## 誰將可接種此疫苗？

自 2023 年 9 月 1 日起，疫苗接種計畫將提供給以下族群：

1

尚未接種疫苗的 70 至 79 歲健康族群

2

免疫系統嚴重減弱的 50 歲以上族群

3

60 至 70 歲的健康族群在年滿 65 歲或 70 歲時將有資格接種疫苗

您將一直有資格接種帶狀皰疹疫苗，直到您 80 歲生日（除非您的免疫系統減弱<sup>1]</sup>），但您越早接種疫苗，您就會越早受到保護。在計劃前五年可以接種疫苗的人員詳情如圖表所示。

## 未達帶狀皰疹疫苗接種年齡的人怎麼辦？

年齡較小的人將在達到接種年齡後獲得疫苗。

帶狀皰疹可能發生在任何年齡，但風險、嚴重程度和併發症會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，這就是為什麼建議在較早的年齡接種疫苗。

[1] 免疫系統嚴重衰弱的人保有接種疫苗資格。





**如果您接種了帶狀皰疹疫苗，您將獲得一張記錄卡，上面寫著您的姓名和下次預約日期。請將其保存在安全的地方。**



## **會不會有副作用？**

疫苗的副作用通常很輕微，不會持續很久。最常見的副作用（每 10 人中至少有 1 人發生）是注射部位疼痛和發紅、全身肌肉疼痛和頭痛。

接種 Shingrix 疫苗後，您可能會感到疲倦和發燒。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）以幫助您感覺好些。如果您感覺不適，請不要使用機器或開車。

幾天後您應該會感覺好些，但如果您的症狀持續更長時間，您應該與您的全科醫生或診所護士討論這些問題。

您可以使用MHRA 的黃卡計劃([yellowcard.mhra.gov.uk](https://yellowcard.mhra.gov.uk))報告任何副作用- 詳情請參閱本傳單背面。

## **Shingrix 疫苗有多安全？是否已在其他國家使用？**

與所有獲得許可的疫苗一樣，帶狀皰疹疫苗經過了全面測試，符合英國嚴格的安全和許可要求。

過去幾年，它已在歐洲和北美廣泛使用。

## 疫苗的效果如何？

接種疫苗後，您將大大降低帶狀皰疹的幾率。



**在第一個帶狀皰疹疫苗接種計劃推出後的前 5 年內，全科醫生就診帶狀皰疹相關疾病的次數減少了 40,500 次，住院次數減少了 1,840 次<sup>2</sup>。**

如果您確實患上了帶狀皰疹，症狀可能會比未接種疫苗時更輕微，病程也更短。英國使用的 Shingrix 疫苗已被證明可以提供良好的保護。

## 如何及何時接種疫苗？

與大多數疫苗一樣，疫苗將以注射的方式注射到您的上臂。

Shingrix 是一種非活性疫苗，您需要 2 劑才能為您提供最佳的長期保護。

對於大多數人來說，第二劑 Shingrix 將在第一次注射後約 6 個月提供。如果您的免疫系統嚴重衰弱，則應更早接種第二劑 Shingrix，但至少在第一劑接種 8 週後。

您的全科醫生會告訴您何時預約第二劑。

[2] 帶狀皰疹疫苗接種計劃在英格蘭推出 5 年後向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)

## 為什麼我現在不能打疫苗？

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。該計劃正在逐步擴大，首先從風險最高的人群開始，這是聯合疫苗免疫委員會 (JCVI) 的建議。在接下來的 10 年裡，該計劃最終將涵蓋所有 60 歲以上的人。

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

## 我需要做什麼才能接種疫苗？

當您有資格接種帶狀皰疹疫苗時，您的全科醫生診所會與您聯繫以預約。但是，如果您擔心帶狀皰疹，則應聯絡您的全科醫生診所尋求建議。

## 哪些人不應該接種 Shingrix 疫苗？

如果您對疫苗中的任何物質有嚴重反應，則可能無法接種。您的全科醫生診所會為您提供建議。

## 接種疫苗會讓我罹患帶狀皰疹嗎？

疫苗不會讓您患上帶狀皰疹。如果您出現皮疹，可以撥打 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？我可以稍後再接種嗎？

對大多數人來說，將一直提供帶狀皰疹疫苗到他們年滿 80 歲。但是，如果您的免疫系統嚴重衰弱，則可以在任何年齡放棄接種疫苗。

為了獲得最佳保護，您應該在建議的時間接種疫苗或完成療程。聯絡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 歲之間接種了 Zostavax 作為常規免疫計劃的一部分，那麼您現在就不需要接種 2 劑 Shingrix 疫苗。



**不要拖延，如果您符合條件，請盡快接種疫苗。**



**請記住，當您符合免疫接種條件時，您應該盡快預約接種疫苗，以確保您獲得最佳保護。**

## 更多資訊

如果您想在接種疫苗之前或之後了解更多信息，請諮詢您的全科醫生或診所護士。您也可以造訪 NHS 網站

[www.nhs.uk/shingles](http://www.nhs.uk/shingles)

要了解有關帶狀皰疹疫苗 Shingrix® 的信息，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 歲開始接種帶狀皰疹疫苗**

## 您在 70 歲生日時開始有資格接種

從（您的生日）開始有資格接種	出生日期	計劃開始日期	計劃年份
 <b>70歲</b>	<b>1953年9月1日 - 1954年8月31日</b>	<b>2023年9月1日</b>	<b>第1年</b>
	1954年 <b>9月1日</b> - 1955年8月31日	2024年9月1日	第2年
	1955年 <b>9月1日</b> - 1956年8月31日	2025年9月1日	第3年
	1956年 <b>9月1日</b> - 1957年8月31日	2026年9月1日	第4年
	1957年 <b>9月1日</b> - 1958年8月31日	2027年9月1日	第5年

## 您將在 65 歲生日時獲得資格

資格開始日期 （您的生日）	出生日期	計劃開始日期	計劃年份
 <b>65歲</b>	<b>1958 年 9 月 1 日 - 1959 年 8 月 31 日</b>	<b>2023年9月1日</b>	<b>第1年</b>
	1959年9月1日 - 1960 年 8 月 31 日	2024年9月1日	第2年
	1960年9月1日 - 1961 年 8 月 31 日	2025年9月1日	第3年
	1961 年 9 月 1 日 - 1962 年 8 月 31 日	2026年9月1日	第4年
	1962年9月1日 - 1963 年 8 月 31 日	2027年9月1日	第5年

## 帶狀疱疹

是一種常見疾病，可引起長期劇烈疼痛 是一種常見疾病，會引起長期劇烈疼痛



可引起嚴重的搔癢性皮疹和水泡



可發生在任何年齡，但風險、嚴重程度和併發症會隨著年齡的增長而增加



## 此疫苗

正在顯著減少病例數



將降低接種疫苗的人患上該疾病後的症狀嚴重程度 您也可以使用二維碼或下載Yellow Card應用程式。



已在美國和加拿大等其他國家廣泛使用



**定期接種帶狀疱疹疫苗是照顧健康的好方法，這樣您就可以繼續享受生活而不受帶狀疱疹的痛苦。**

**您還可以透過黃卡計劃  
(Yellow Card scheme)  
報告疫苗和藥物的疑似副  
作用。**

可透過造訪 **yellowcard.mhra.gov.uk** 線上填寫報告，或撥打黃卡熱線 **0800 731 6789** 進行報告。您也可以使用二維碼或下載 Yellow Card 應用程式。



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

網址: **shinglessupport.org.uk**。保密求助專線：0845 123 2305  
上午 9 點至晚上 9 點，或 020 7607 9661 或週一至週五中午 12 點  
至晚上 8 點。諮詢: 0300 030 9333



**顏面神經麻痺 (Facial Palsy)**

網址: **facialpalsy.org.uk**



**疼痛問題幫助熱線 (Pain Concern)**

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



© Crown copyright 2024  
Product code: C24SGX1CHT Chinese Traditional  
1p 100K OCT 2024 (APS)  
UK Health Security gateway number: 2024627  
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**