UK Health
Security
Agency

NHS

Abẹrẹ ajẹsara kan wa lati ṣe iranlọwọ idaabobo kuro lọwọ inira

aarun Shingles

NHS npese abẹrẹ ajẹsara kan ti ndin ewu idagbasoke aarun shingles ku.

Iwe pelebe yii nsapejuwe eto shingles gbogbogbo, awọn anfaani abẹrẹ ajẹsara naa ati ẹniti o le gbaa.

Abẹrẹ ajẹsara isisiyi fun eto aarun shingles ni a n pe ni Shingrix.
O ma nilo abẹrẹ Shingrix 2 fun aabo to dara julọ. GP rẹ yoo kan si ọ lọgan ti o ba yẹ. O tun le gba awọn abẹrẹ ajẹsara Shingrix ni ile ìta oogun kọọkan.

Yatọ si ọpọ awọn aarun aranmọ yooku, o ko le ko aarun shingles lati ọdọ ẹlomiran. Ọpọ wa ni aarun chickenpox nigbati a keere, biotilẹjẹpe diẹ ninu wa ko le mọ wipe a ti ni ri.

Lẹyin igbati o ni aarun ṣọ̀pọ̀nná, aarun aifojuri naa ti ku sinu isan. Fun ọpọ igbeaye rẹ o ko ni mọ nipa eyi, sugbọn lati igba de igba aarun aifojuri naa le pada wa ki o si fọnka gbogbo ara ti o fa aarun ti a npe ni shingles.

Aarun shingles le nira pupọpupọ o si le fẹ koba awọn eniyan l'ọpọ igba bi wọn ṣe ndagba. Eyi le ri bẹ nitoripe eto imudara ara ti saarẹ nipa ọjọ-ori ti ndagba, nipa wahala tabi awọn ipo tabi itọju ilera kan. Fun awọn miran, inira ti aarun shingles nfa le pẹ fun ọpọlọpọ ọdun. Aarun shingles le ṣe akoba aye rẹ gidigidi, dida ọ duro lati ṣe gbogbo nkan to ma nsaba gbadun.

Kini o nfa aarun shingles?

Aarun shingles (ti a tun npe ni herpes zonter) waye nipa aarun chickenpox to ti d'oku ti o ntanka ibi ara kan ti awọn isan ara sopọ mọ. O nyọri si awọn agbegbe ara to nira gidigidi ti o si nhun ni, awọn ara bibo to di omi sinu. Awọn ara bibo wọnyi le bẹ ki o si yọri si egbo ti yo pada jina ati sàn. Awọn ara bibo wọnyi ma nsaba koba ibi kan ni ẹgbẹ ara kan, paapa julọ aya, sugbọn nigba miran pẹlu nibi ori, oju ati ẹyinju.

Bawo ni aarun shingles ṣe ri?

Bawo ni o ṣe pẹ si ati wipe bawo ni o ṣe le gboro si?

Awọn aami aarun akọkọ shingles le jẹ nini imọlara ara ti ko da pẹlu nini imọlara ara riro tabi ara gbigbona ni ibi ẹgbẹ ara kan. Ara sisu to nira pẹlu ara bibo to di omi sinu ma nsaba yọju ni awọn ọjọ diẹ lẹyin ibẹrẹ awọn aami aarun.

Aarun shingles to wa lara le fa inira pupọ. Bi shingles ba dagba ninu ẹyinju ati ipenpeju, o le yọri si iriran to dinku tabi ifọju patapata ninu ẹyinju naa.

Bawo ni shingles ṣe wọpọ si?

Bii eniyan 1 si 5 to le ni aarun chickenpox yoo ni shingles. Eyi tumọsi wipe gbogbo ọdun ni England ati Wales, ọkẹ aimọye eniyan yoo ni shingles. Biotilẹjẹpe aarun shingles le waye ni eyikeyi ọjọ-ori, ewu, bi o ṣe le si ati awọn idiju aarun shingles ma ngberu si pẹlu ọjọ-ori.

Post-herpetic neuralgia (PHN)

L'ọdun kọọkan, bii eniyan 14,000 lo ma nlọ lati ṣe idagbasoke post-herpetic neuralgia (PHN) lẹyin aarun shingles ati ju iye eniyan 1,400 la gba silẹ si ile iwosan nitori PHN.

Ọpọ awọn eniyan gbadun patapata lẹyin ọsẹ diẹ, sugbọn fun awọn kan, inira naa lọ fun ọpọlọpọ osu tabi ọdun gan - eyi ni a npe ni post-herpetic neuralgia (PHN). Eyi jẹ ipo ti ko mayọ wa pẹlu inira isan to nta, gbọ̀n tabi dun ni gidigidi.

Bi o ba ṣe dagba si, lo seeṣe si lati ni inira to pẹ ju si. Abẹrẹ ajẹsara shingles ma ndin ewu nini shingles ati PHN ku.

Njẹ shingles le tanka?

Shingles kii tanka bii chickenpox, sugbọn awọn omi to di sinu ara bibo ni aarun ailefojuri chickenpox. Nitorinaa ẹniti ko tii gba agbẹrẹ ajẹsara chickenpox le ni aarun naa bi wọn ba ni ifarakinra pẹlu omi yii.

Bi o ba ni ara susu shingles o gbọdọ bo ara susu naa pẹlu asọ ti ko fun lati din ewu titan chickenpox ka. Awọn obinrin oloyun ti ko tii ni chickenpox, awọn eniyan pẹlu imudara ara to rẹwẹsi ati awọn ọmọ ikoko gbọdọ yago fun ifarakinra pẹlu ara susu naa.

Tani yoo gba abẹrẹ ajẹsara?

Lati ọjọ kinni Osun Kẹsan ọdun 2023 eto abẹrẹ ajẹsara ni a fun awọn wọnyi:

1	awọn eniyan ti ara wọn da ti ọjọ-ori wọn jẹ 70 si 79 ti wọn ko tii gba abẹrẹ ajẹsara
2	awọn eniyan lati ọjọ-ori 50 to ni iṣẹ imudara ara to rẹwẹsi
3	awọn eniyan ti ara wọn da ti ọjọ-ori wọn jẹ 60 si 70 yoo le gba abẹrẹ ajẹsara naa nigbati wọn ba pe ọdun 65 tabi 70

O si ye lati gba abẹrẹ ajẹsara shingles titi ọjọ-ibi ọdun 80 rẹ (ayafi bi o ba ni eto imudara to rẹwẹsi[1]), sugbọn bi o ba ṣe tete gba abẹrẹ ajẹsara si ni o ṣe tete laabo. Awọn alaye ẹniti o le gba abẹrẹ ajẹsara ni ọdun marun akọkọ eto naa ni a ti s'afihan rẹ lori aworan.

Awọn eniyan ti ko tii pe ọjọ-ori fun gbigba abẹrẹ ajẹsara shingles nkọ?

Awọn eniyan to keere yoo gba abẹrẹ ajẹsara nigbati wọn ba de ọjọ-ori to le gbaa.

Aarun shingles le waye ni eyikeyi ọjọ-ori, ewu, bi o ṣe le si ati awọn idiju aarun shingles ma ngberu si pẹlu ọjọ-ori. Awọn to ni awọn eto imudara ara to rẹwẹsi wa ni ewu to ga julọ eyi si ni idi ti a fi daba gbigba abẹrẹ ajẹsara naa ni aarọ ọjọ.

[1] Awọn eniyan pẹlu eto imudara ara to rẹwẹsi si le gba abẹrẹ ajẹsara.

Bi o ti gba abẹrẹ ajẹsara shingles ó gba kaadi akọsilẹ kan pẹlu orukọ rẹ ati ọjọ ipade to kan. Jọwọ fi pamọ sinu ibi to laabo.

Njẹ awọn idiju kankan yoo wa?

Awọn idiju lati awọn abẹrẹ ajẹsara Shingrix ki nsaba le wọn kii si wa fun igba pipẹ. Awọn idiju to wọpọ julọ (to waye ni o keere tan ẹnikan ninu eniyan mẹwa) ni irora ati oju abẹrẹ pipọn, awọn isan riro ati ori fifọ.

O le rẹ ọ o si le ni iba lẹyin abẹrẹ ajẹsara Shingrix. O le sinmi kí o sì lo òògùn paracetamol (tẹ̀lé ìmọ̀ràn abẹ́rẹ́ nínú àpamọ́ náà) láti ràn ọ́ lọ́wọ́ kí o gbádùn dáradára. Maṣe lo awọn ẹrọ tabi wakọ bi ara rẹ ko ba ya.

O yẹ ki o gbadun daradara lẹyin ọjọ diẹ sugbọn bi awọn aami aarun rẹ ba lọọgun fun igba pipẹ, o yẹ ki o jiroro rẹ pẹlu GP tabi nọọsi rẹ.

O le jabọ awọn eyikeyi okunfa idiju nipa lilo eto kaadi Yellow lati MHRA (**yellowcard.mhra.gov.uk**) – wo ẹyin oju-ewe iwe pelebe yii fun awọn alaye.

Bawo ni abẹrẹ ajẹsara Shingrix ṣe laabo si, njẹ wọn ti loo ni awọn orilẹ-ede miiran?

Gẹgẹbi awọn abẹrẹ ajẹsara ti a faṣẹ si, a ti yẹ abẹrẹ ajẹsara shingles wo gidigidi o si ba awọn amuyẹ aabo UK ati ifasẹsi mu.

Wọn ti lo gidigidi ni Europe ati ariwa Amerika ni awọn ọdun diẹ sẹyin.

Bawo ni gbigba abẹrẹ ajẹsara naa ṣe munadoko si?

Nipa gbigba abẹrẹ ajẹsara naa o ma din aaye idagbasoke shingles ku gidigidi.

Ni awọn ọdun 5 akọkọ lẹyin isafihan eto gigba abẹrẹ ajẹsara shingles awọn akọṣẹmọṣẹ GP diẹ 40,500 lo wa fun awọn aarun to niiṣe pẹlu shingles ati awọn igbanisile iwosan diẹ 1,840[2].

Bi o ba tẹsiwaju lati ṣe igbelarugẹ fun awọn aami aarun shingles le seeṣe ki o ma le ki aisan naa si keere ju bi o ti le gba abẹrẹ ajẹsara. Awọn abẹrẹ ajẹsara Shingles ti a lo ni UK ni a ti safihan lati pese aabo didara.

Bawo ati nigbawo ni abẹrẹ ajẹsara naa ṣe le jẹ gbigba?

Gẹgẹbi ọpọlọpọ awọn eto gbigba abẹrẹ ajẹsara, awọn abẹ́rẹ́ àjẹsára naa ni a fún ọ gẹgẹbi abẹ́rẹ́ sí oke apa rẹ.

Shingrix jẹ abẹrẹ ajẹsara ti kiiṣe aaye ati wipe o ma nilo abẹrẹ meji lati fun ọ ni aabo pipẹ to gun julọ.

Fun ọpọlọpọ awọn eniyan abẹrẹ Shingrix keji ni a o funni lati bii osu 6 lẹyin abẹrẹ akọkọ. Bi o ba ni eto imudara ara to rẹwẹsi gidigidi o gbọdọ tete gba abẹrẹ Shingrix rẹ keji, sugbọn o keere tan ọsẹ mẹjọ lẹyin abẹrẹ akọkọ.

GP rẹ yo jẹki o mọ igbati o yẹ ki o forukọ silẹ fun abẹrẹ keji.

[2] Ipa eto gbigba abẹrẹ ajẹsara herpes zoster lori gbigbanisilẹ ni ile iwosan ati iṣe gbogbogbo kansi herpes zoster ni ọdun marun lẹyin isafihan rẹ ni England: iwadii lori iye eniyan - PubMed (nih.gov)

Kini idi ti un ko fi le gba abẹrẹ ajẹsara nisisiyi?

Labẹ eto isisinyi, gbogbo eniyan lati ọjọ-ori 70 si 79 yẹ fun gbigba abẹrẹ ajẹsara shingles. Eto naa ni a ti faagun lẹsẹẹsẹ, bẹrẹ pẹlu awọn ewu to ga julọ, gẹgẹbi a ti damọran rẹ nipa Igbimọ Apapọ Eto Gbigba Abẹrẹ Ajẹsara (JCVI). Ni iwọn ọdun mẹwa to nbọ, eto naa yoo pada pẹlu gbogbo awọn ti ọjọ-ori wọn bẹrẹ lati 60.

Onikuluku ti ọjọ-ori wọn jẹ 50 tabi ju bẹẹ lọ pẹlu eto imudara ara to rẹwẹsi gidigidi ti yege lati gba abẹrẹ ajẹsara Shingrix.

Njẹ mo nilo lati ṣe nkankan lati gba abẹrẹ ajẹsara?

Nigbati o ba yẹ lati gba abẹrẹ ajẹsara shingles rẹ GP alabẹ rẹ yoo kansi ọ lati forukọsilẹ fun ipade kan. Ẹwẹ, bi o ba paya nipa shingles o gbọdọ kansi GP alabẹ rẹ fun imọran.

Njẹ awọn eniyan ti ko gbọdọ gba abẹrẹ ajẹsara wa?

Bi o ba ti ni aibaramu lile si eyikeyi awọn ohun ti o wa ninu abẹrẹ ajẹsara naa, o le ma le gbaa. GP rẹ yoo gba ọ nimọran.

Njẹ abẹrẹ ajẹsara naa le fun mi shingles?

Abẹrẹ ajẹsara Shingrix ko le fun ọ ni shingles. Bi o ba ni ara susu o le pe NHS 111 tabi pe GP rẹ fun imọran.

Bi mo ba padanu abẹrẹ ajẹsara nkọ? Njẹ mo le gba to ba ya?

Fun ọpọlọpọ eniyan abẹrẹ ajẹsara shingles yoo gbaa titi wọ yoo fi pe ọdun 80. Ẹwẹ, bi o ba ni eto imudara ara to rẹwẹsi lile, a le fun ọjọ-ori yoowu ni abẹrẹ ajẹsara naa.

Fun aabo to dara julọ o gbọdọ gba abẹrẹ ajẹsara tabi pari gbigba ni akoko ti a gbimọran rẹ. Kan si GP rẹ lati ṣe ipade miran.

Nję mo le gba abęrę ajęsara Shingrix bi mo ba ti gba Zostavax tęlę?

Bi o ba ti gba Zostavax gęgębi ara agbekalę eto gbigba abęrę ajęsara nigbati o ba wa laarin ọjọ-ori 70 si 79 nigba naa o ko nilo abęrę ajęsara shingles 2 nisisyi.

Maşe jafara, bi o ba yę, gbiyanju lati gba abęrę ajęsara rę laipę lai jina.

Ranti, nigbati o yẹ fun abẹrẹ ajẹsara o yẹ ki o ṣeto ipade kan lati gba abẹrẹ ajẹsara rẹ ni kiakia lati rii daju wipe o gba aabo to dara julọ.

Ìwífún síwájú síi

Bi o ba ma niifẹsi iwifun sii saaju tabi lẹyin ti o ba gba abẹrẹ ajẹsara, ba GP tabi nọọsi rẹ sọrọ. O tun le sabẹwo si oju ewe ayelujara NHS ni **www.nhs.uk/shingles**

Lati ka nipa abẹrẹ ajẹsara Shingrix® ṣe abẹwo si **www.medicines.org.uk/emc/product/12054/pil**

Bi o ba ni eto imudara ara to rẹwẹsi lile (immunosuppressed to le) a o fun ọ ni abẹrẹ ajẹsara shingles lati ọjọ-ori 50

O yẹ ni ọjọ ibi ọdun 70 rẹ

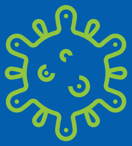
TI O YẸ LATI (ỌJỌ IBI RẸ)	ỌJỌ IBI	ỌJỌ TI ETO BẸRẸ	ỌDUN ETO
Ọdun 70	**Ọjọ 1 Osu Kẹsan Ọdun 1953 - ọjọ 31 Osun Kẹjọ Ọdun 1954**	**ọjọ 1 osu kẹsan ọdun 2023**	**Ọdun 1**
	ọjọ 1 osu Kẹsan **ọdun 1954** - ọjọ 31 osu Kẹjọ **ọdun 1955**	ọjọ 1 osu kẹsan **ọdun 2024**	Ọdun 2
	ọjọ 1 osu Kẹsan **ọdun 1955** - ọjọ 31 osu Kẹjọ **ọdun 1956**	ọjọ 1 osu kẹsan **ọdun 2025**	Ọdun 3
	ọjọ 1 osu Kẹsan **ọdun 1956** - ọjọ 31 osu Kẹjọ **ọdun 1957**	ọjọ 1 osu kẹsan **ọdun 2026**	Ọdun 4
	ọjọ 1 osu Kẹsan **ọdun 1957** - ọjọ 31 osu Kẹjọ **ọdun 1958**	ọjọ 1 osu kẹsan **ọdun 2027**	Ọdun 5

O yẹ ni ọjọ ibi 65 rẹ

TI O YẸ LATI (ỌJỌ IBI RẸ)	ỌJỌ IBI	ỌJỌ TI ETO BẸRẸ	ỌDUN ETO
Ọdun 65	**Ọjọ 1 osu Kẹsan ọdun 1958 - ọjọ 31 osu Kẹjọ ọdun 1959**	**ọjọ 1 osu kẹsan ọdun 2023**	**Ọdun 1**
	ọjọ 1 osu Kẹsan **ọdun 1959** - ọjọ 31 osu Kẹjọ **ọdun 1960**	ọjọ 1 osu kẹsan **ọdun 2024**	Ọdun 2
	ọjọ 1 osu Kẹsan **ọdun 1960** - ọjọ 31 osu Kẹjọ **ọdun 1961**	ọjọ 1 osu kẹsan **ọdun 2025**	Ọdun 3
	ọjọ 1 osu Kẹsan **ọdun 1961** - ọjọ 31 osu Kẹjọ **ọdun 1962**	ọjọ 1 osu kẹsan **ọdun 2026**	Ọdun 4
	ọjọ 1 osu Kẹsan **ọdun 1962** - ọjọ 31 osu Kẹjọ **ọdun 1963**	ọjọ 1 osu kẹsan **ọdun 2027**	Ọdun 5

Aarun Shingles

jẹ aarun ti o wọpọ eyiti o le fa irora ọlọjọ pipẹ, lile

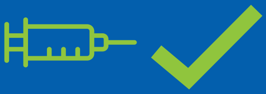


le fa ara susu ti nhun ni gidigidi pẹlu ara bibo

le waye ni ọjọ-ori yoowu sugbọn ewu, bi o ṣe le si ati awọn idiju ma ngberu si pẹlu ọjọ-ori

Abẹrẹ Ajẹsara naa

ndin iye awọn iṣẹlẹ ku gidigidi



yoo din awọn aami aarun lile ninu awọn eniyan to ti gba abẹrẹ ajẹsara bi wọn ba ni aarun

ti jẹ lilo gidigidi ni awọn orilẹ-ede bii US ati Canada

Ninu gbigba abẹrẹ ajẹsara shingles rẹ jẹ ọna kan to dara lati maa tọju ilera rẹ ki o ba le tẹsiwaju pẹlu gbigbadun aye laisi inira shingles.

O tun le jábọ̀ àwọn ìdíjú abẹ́rẹ́ àjẹsára àti òògun tí o furasí nípasẹ̀ Ètò Yellow Card

Eyi le jẹ siṣe lori ayelujara nipa sisabẹwo si **yellowcard.mhra.gov.uk** tabi nipa pipe nọmba Yellow Card lori **0800 731 6789**. O si tun le lo kodu QR tabi nipa gbigba apuu Yellow Card sori fonu.

Awujọ Iranlọwọ Shingles

Oju-ewe Ayelujara. **shinglessupport.org.uk**. Opo ipe Idakọnkọ: **0845 123 2305** nigba miran laarin agogo 9 owurọ ati 9 alẹ, tabi **020 7607 9661** Ọjọ Aje si ọjọ Ẹti, agogo 12 ọsan si 8 alẹ. Ibeere si: **0300 030 9333**

Ailera Oju

Oju-ewe Ayelujara: **facialpalsy.org.uk**

Opo ipe Nipa Ifoya Inira

Ẹrọ Ibaraẹnisọrọ: **0300 123 0789**, imeeli: **help@painconcern.org.uk**
Website: **www.painconcern.org.uk**

© Crown copyright 2024
Product code: C24SGX1YO Yoruba
1p 100K OCT 2024 (APS)
UK Health Security gateway number: 2024646

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