

עס איז אַ וואַקצין צו באַשיצן איר פון די ווייטיק פון

שינגלעס



די NHS אָפּפּערס אַ וואַקצין וואָס ראָדוסאַז דיין
ריזיקירן פֿון אַנטוויקלען שינגלעס.

דער בלאַט באשרייבט די נאַשאַנאַל שינגלעס
פּראָגראַם, די בענעפיץ פֿון די וואַקסאַניישאַן און ווער
איז בארעכטיגט.

די יעצטיגע וואקסין פאר די שינגלעס
פראגראם הייסט Shingrix.
איר וועט דאַרפֿן 2 דאָסעס פֿון Shingrix
פֿאַר בעסטער שוץ. דיין GP פּראָקטיסיז
וועט קאָנטאַקט איר אַמאָל איר זענט
בארעכטיגט. איר קען אויך זיין
ביכולת צו האָבן דיין Shingrix
וואַקסינז אין עטלעכע פּאַרמאַסיז.



ניט ענלעך רוב אנדערע ינפעקשאנז, איר טאן ניט כאפן שינגלעס פון עמעצער אנדערש. רוב פון אונדז האבן טשיקענפאקס ווען מיר זענען יונג, כאטש עטלעכע פון אונדז וועלן נישט וויסן אז מיר האבן עס.

נאך איר האבן טשיקענפאקס, דער ווירוס בלייבט דארמאנט לעבעדיק אין די נערוועס. פאר רוב פון דיין לעבן איר וועט נישט זיין אַווער פון דעם, אָבער פון צייט צו צייט דער ווירוס קען קומען צוריק און פארשפרייטן צו די הויט, וואָס קאָזינג אַ קרענק גערופֿן שינגלעס.

שינגלעס קענען זיין זייער ווייטיקדיק און טענדז צו ווירקן מענטשן מער קאמאנלי ווען זיי באַקומען עלטער. דאָס קען זיין וויל דיין ימיון סיסטעם איז וויקאנד דורך ינקריסינג עלטער, דרוק אָדער דורך אַ קייט פון מעדיציניש באדינגונגען און טריטמאנט. פֿאַר עטלעכע, די ווייטיק געפֿירט דורך שינגלעס קענען דויערן פֿאַר פילע יאָרן. שינגלעס קענען טאַקע ווירקן דיין לעבן, סטאַפּינג איר פון טאן אַלע די זאכן איר יוזשאַוואַלי הנאה.

וואָס ז שינגלעס?

שינגלעס (אויך באקאנט ווי הערפעס זאָסטער) איז געפֿירט דורך די דאָרמאַנט טשיקענפאָקס ווירוס ספרעדז צו אַ געגנט פון הויט סערווירט דורך איינער פון די נערוועס. עס ריזאלטיד אין קלאַסטערז פון גאַר ווייטיקדיק און יטשי, פליסיק-אַנגעפילט בליסטערז. די בליסטערז קענען פלאַצן און ווענדן אין געשווירן וואָס יווענטשאַוואַלי סקאַרינקע איבער און היילן. די בליסטערז יוזשאַוואַלי ווירקן אַ געגנט אויף איין זייט פון דעם גוף, מערסט קאמאנלי די קאָסטן, אָבער מאל אויך די קאָפּ, פנים און אויג.

ווי אַזוי קוק שינגלעס?



ווי לאנג טוט עס געדויערן און ווי ערנסט קען עס זיין?

דער ערשטער וואונדער פון שינגלעס קענען זיין א געפיל פון טינגלינג אדער ברענען אין א הויט געגנט אויף איין זייט פון דעם גוף. א ווייטיקדיק ויסשיט מיט פליסיק-אנגעפילט בליסטערז יוזשאַוואַלי דערשיינען אַ ביסל טעג נאָך די ערשט סימפטאָמס.

שינגלעס אויף דעם גוף קענען אַנמאָכן שטרענג ווייטיק. אויב שינגלעס דעוועלאָפּ אין די אויג און לעדל, עס קענען פירן צו דיקריסט זעאונג אדער אפילו שטענדיק בלינדקייט אין דעם אויג.

ווי פראַסט איז שינגלעס?

בערערך 1 אין 5 מענטשן וואָס האָבן טשיקענפּאָקס וועט אַנטוויקלען שינגלעס. דאס מיינט אז יעדעס יאר אין ענגלאנד און וויילס וועלן צענדליגער טויזענטער מענטשן האבן שינדלען. כאָטש שינגלעס קענען פאַסירן אין קיין עלטער, די ריזיקירן, שטרענגקייט און קאָמפּלאַקייטשאַנד פון שינגלעס אַלע פאַרגרעסערן מיט עלטער.

פאַסטן-הערפעטיק נעוראָליאַ (PHN)

יעדער יאָר, וועגן 14,000 מענטשן פאַרזעצן צו אַנטוויקלען פאַסטן-הערפעטיק נעוראָליאַ (PHN) נאָך שינגלעס און איבער 1,400 זענען אַדמיטאַד צו שפיטאַל ווייל פון PHN.

רובֿ מענטשן צוריקקריגן גאָר נאָך אַ ביסל וואָכן, אָבער פֿאַר עטלעכע, דער ווייטיק האלט פֿאַר עטלעכע חדשים אדער אפילו יאָרן - דאָס איז גערופן פאַסטן-הערפעטיק נעוראָליאַ (PHN). דאָס איז דער הויפט פּריקער צושטאַנד מיט שטרענג ברענען, טהראָבבינג אדער סטאַבינג נערוו ווייטיק.

די עלטער איר זענט, די מער מסתמא איר האָבן לאַנג-בלייביק ווייטיק. די שינגלעס וואָקצין ראָדוסאַז די ריזיקירן פון שינגלעס און PHN.

קענען שינגלעס זיך פאַרשפּרייטן?

שינגלעס פארשפרייט זיך נישט אזוי לייכט ווי טשיקענפּאָקס, אבער די פליסיק אין די בליסטערז כולל די טשיקענפּאָקס ווירוס. אַזוי עמעצער וואס איז נישט ימיון קעגן הינדל פאָקס קענען כאַפן די ינפּעקציע אויב זיי זענען אין קאָנטאַקט מיט דעם פליסיק.

אויב איר האָבן אַ שינגלעס ויסשיט איר זאָל דעקן די ויסשיט מיט פריי קליידער צו רעדוצירן די ריזיקירן פון פארשפרייטן טשיקענפּאָקס. שוואַנגער וואָמען וואָס האָבן נישט געהאט טשיקענפּאָקס, מענטשן מיט אַ וויקאַנד ימיון סיסטעם און נייע געבוירן בייביז זאָל ויסמיידן דירעקט קאָנטאַקט מיט די ויסשיט.

ווער וועט באַקומען די וואַקצין?

פֿון 1 סעפטעמבער 2023 די וואַקצין פראַגראַם איז געפֿינט צו די פאלגענדע:

געזונטע מענטשן צווישן 70 און 79 יאָר וואָס האָבן נאָך נישט וואַקסאַנייט

1

מענטשן פֿון 50 יאָר אַלט מיט אַ שטרענג וויקאַנד ימיון סיסטעם

2

געזונטע מענטשן צווישן 60 און 70 יאָר וועלן זיין באַרעכטיגט צו די וואַקסאַניישאַן ווען זיי ווערן 65 אָדער 70 יאָר אַלט

3

איר וועט בלייבן באַרעכטיגט פֿאַר די שינגלעס וואַקצין ביז דיין 80סטן דיין געבורסטאָג (סיידן איר האָט אַ וויקאַנד ימיון סיסטעם¹), אָבער די גיכער איר האָבן די וואַקצין, די פריער איר וועט זיין פראַטעקטעד. דעטאַילס פון ווער קענען באַקומען די וואַקצין אין דער ערשטער פינף יאָר פון דעם פראַגראַם זענען געוויזן אין די טשאַרט.

וואָס וועגן מענטשן וואָס זענען אונטער די גערעכט עלטער פֿאַר שינגלעס וואַקצין?

יינגער מענטשן וועלן זיין געפֿינט די וואַקצין ווען זיי דערגרייכן די פּאַסיק עלטער.

שינגלעס קענען פּאַסירן אין קיין עלטער, אָבער די ריזיקירן, שטרענגקייט און קאָמפּלאַקייטשאַנז פאַרגרעסערן מיט עלטער. יענע מיט סאַווירלי וויקאַנד ימיון סיסטעמען זענען אין אַ העכער ריזיקירן און אַז איז וואָס די וואַקצין איז רעקאָמענדירט אין אַ פריער עלטער.



[1] מענטשן מיט אַ שווער וויקאַנד ימיון סיסטעם בלייבן באַרעכטיגט פֿאַר וואַקסאַניז.



**אויב איר האָט אַ שינגלעס
וואַקצין איר וועט באַקומען אַ
רעקאָרד קאַרט מיט דיין נאָמען
און די דאַטע פון דער ווייטער
אַפּוינטמאַנט. ביטע האַלטן עס
אויף אַ זיכער אָרט.**

וועט עס זיין קיין זייט יפעקס?

די זייט יפעקס פון די Shingrix וואַקצין זענען יוזשאַוואַלי גאַנץ מילד און דויערן
נישט זייער לאַנג. די מערסט פּראָסט זייט יפעקס (אַקערז אין לפחות 1 פון
יעדער 10 מענטשן) זענען ווייטיק און רעדנאָס אויף די ינדזשעקשאַן פּלאַץ,
גענעראַל מוסקל ייקס און קאָפּווייטיק.

איר קען פילן מיד און האָבן אַ היץ נאָך Shingrix וואַקצין. איר קענען רוען
און נעמען די נאָרמאַל דאָזע פון פאַראַסטעטאַמאָל (נאָכפּאָלגן די עצה אין די
פאַקקאָגין) צו העלפן איר פילן בעסער. דו זאלסט נישט נוצן מאשינען אָדער
פאַר אויב איר פילן ווילטויק.

איר זאָל פילן בעסער נאָך אַ ביסל טעג, אָבער אויב דיין סימפטאָמס אָנהאַלטן
פאַר מער, איר זאָל דיסקוטירן די מיט דיין GP אָדער פּראַקטיסיז ניאָניע.

איר קענט באַריכט קיין זייט ווירקונג ניצן די געל קאַרט סכעמע פון די
MHRA (yellowcard.mhra.gov.uk) - זען צוריק בלאַט פון דעם בלאַט פאַר
דעטאַילס.

ווי זיכער איז די Shingrix וואַקצין, איז עס געניצט אין אנדערע לענדער?

ווי אַלע לייסאַנסט וואַקסינז, די שינגלעס וואַקצין איז דורכגעקאָכט טעסטעד און
טרעפן שטרענג UK זיכערקייט און לייסאַנסינג באדערפענישן.

עס איז ווידלי געניצט אין אייראָפּע און צפון אַמעריקע פאַר די לעצטע יאָרן.

ווי עפעקטיוו איז די וואַקסינאַטיאָן?

דורך וואַקסאַניישאַן איר וועט באטייטיק רעדוצירן דיין געלעגנהייט צו אַנטוויקלען שינגלעס.

אין דער ערשטער 5 יאָר נאָך דער ערשטער שינגלעס וואַקסאַניישאַן פּראָגראַם איז געווען ינטראָדוסט, עס זענען געווען 40,500 ווייניקערע GP קאַנסאַלטיישאַנז פֿאַר שינגלעס פֿאַרבונדענע קרענק און 1,840 ווייניקערע כאַספּיטאַלאַזיישאַנז ².



אויב איר פּאַרזעצן צו אַנטוויקלען שינגלעס, די סימפטאָמס זענען מסתמא צו זיין מילדער און די קראַנקייט קירצער ווי אויב איר האָט נישט געהאט די וואַקסאַניישאַן. די Shingrix וואַקצין געניצט אין די UK איז געוויזן צו צושטעלן אַ גוט שוץ.

ווי און ווען איז די וואַקצין געגעבן?

ווי רובֿ וואַקסאַניישאַנז, די וואַקסאַניישאַן וועט זיין געגעבן ווי אַ ינדזשעקשאַן אין דיין אויבערשטער אַרעם.

Shingrix איז אַ ניט-לעבן וואַקצין און איר וועט דאַרפֿן 2 דאָסעס צו געבן איר די בעסטער שוץ פֿאַר מער בלייביק.

פֿאַר רובֿ מענטשן, די רגע דאָזע פון Shingrix וועט זיין געפֿינט וועגן 6 חדשים נאָך דער ערשטער דאָזע. אויב איר האָבן אַ סאַווירלי וויקאַנד ימיון סיסטעם, דיין רגע דאָזע פון Shingrix זאָל זיין געגעבן פריער, אָבער אין מינדסטער 8 וואַכן נאָך דאָזע איין.

דיין GP פּראָקטיסיז וועט לאָזן איר וויסן ווען צו בוך פֿאַר די רגע דאָזע.

[2] פּראָל פון די הערפעס זאָסטער וואַקסאַניישאַן פּראָגראַם אויף כאַספּיטאַלייזד און גענעראַל פיר קאַנסאַלטיאָד הערפעס זאָסטער אין די 5 יאָר נאָך זיין הקדמה אין ענגלאַנד: אַ באַפעלקערונג-באזירט לערנען - PubMed (nih.gov)

פארוואס קען איך איצט נישט באַקומען די וואַקצין?

אונטער דעם קראַנט פראָגראַם, אַלעמען פון 70 צו 79 יאר אַלט איז באַרעכטיגט פֿאַר שינגלעס וואַקצין. דער פראָגראַם איז ביסלעכווייז עקסטענדעד, סטאַרטינג מיט די מערסט ריזיקירן, ווי רעקאָמענדיד דורך די דזשאַינט קאָמיטי וואַקסינאַטיאָן יממוניזאַטיאָן (JCVI). אין די קומענדיקע 10 יאָר, די פראָגראַם וועט יווענטשאַוואַלי אַרייַננעמען אַלע יענע פֿון 60 יאָר אַלט.

מענטשן אַלט 50 יאָר אָדער עלטער מיט אַ שטרענג וויקאַנד ימיון סיסטעם זענען שוין באַרעכטיגט פֿאַר די Shingrix וואַקצין.

צי איך דאַרפֿן צו טאָן עפעס צו באַקומען די וואַקסאַניישאַן?

ווען איר ווערן באַרעכטיגט פֿאַר דיין שינגלעס וואַקצין, דיין GP כירורגיע וועט קאָנטאַקט איר צו בוך אַ אַפּווינטמאַנט. אָבער, אויב איר זענט באַזאָרגט וועגן שינגלעס, איר זאָל קאָנטאַקט דיין GP סערדזשערי פֿאַר עצה.

זענען דאָרט מענטשן וואָס זאָל נישט האָבן די Shingrix וואַקסאַניישאַן?

אויב איר האָט אַ שטרענג אָפרוף צו קיין פון די סאַבסטאַנסיז וואָס אַרייַן די וואַקצין, איר קען נישט זיין ביכולת צו האָבן עס. דיין GP פראַקטיסיז וועט איר רעקאָמענדירן.

קען די וואַקסאַניישאַן מיר געבן שינגלעס?

Shingrix וואַקסינז קענען נישט געבן איר שינגלעס. אויב איר אַנטוויקלען אַ ויסשׂיט, איר קענט רופן NHS 111 אָדער רופן דיין GP פראַקטיסיז פֿאַר עצה.

וואָס אויב איך פעלן מיין וואַקסאַניישאַן? קענען איך האָבן עס שפּעטער?

פֿאַר רוֹב מענטשן די שינגלעס וואַקצין וועט זיין געפֿינט ביז זיי ווערן 80 יאר אַלט. אָבער, אויב איר האָט אַ שווער וויקאַנד ימיון סיסטעם, די וואַקצין קענען זיין געגעבן ביז קיין עלטער.

פֿאַר דער בעסטער שוץ איר זאָל האָבן די וואַקצין אָדער פאַרענדיקן דעם קורס אין די רעקאָמענדיד צייט. קאָנטאַקט דיין GP פראַקטיסיז צו מאַכן אן אנדער אַפּווינטמאַנט.

בין איך בארעכטיגט פֿאַר Shingrix וואַקצין אויב איך האָבן געהאַט Zostavax פֿריער?

אויב איר האָט באַקומען Zostavax ווי אַ טייל פֿון די רוטיין ימיונאַזיישאַן פֿראַגראַם ווען איר געווען צווישן 70 און 79 יאָר אַלט, איר טאָן ניט דאַרפֿן 2 דאָסעס פֿון די Shingrix וואַקסאַנישאַן איצט.

צי ניט פֿאַרהאַלטן, אויב איר זענט בארעכטיגט, פֿרוואַס צו האָבן דיין וואַקצין ווי באַלד ווי מעגלעך.



געדענקט, ווען איר ווערט בארעכטיגט פאר אימיוניזאציע, זאלט איר מאכן א אפוינטמענט צו האבן דיין וואקסין אזוי שנעל ווי מעגליך, כדי צו פארזיכערן אז איר האט די בעסטע שוץ.

מער אינפֿארמאציע

אויב איר ווילט מער אינפֿארמאציע איידער אָדער נאָך איר האָבן די וואַקסאַניישאַן, רעדן צו דיין GP אָדער פּראָקטיסיז ניאַניע. איר קענט אויך באַזוכן די NHS וועבזייטל אויף www.nhs.uk/shingles צו לייענען וועגן די שינגלעס וואַקסאַניישאַן Shingrix® באַזוכן www.medicines.org.uk/emc/product/12054/pil

אויב איר האָט אַ שטרענג וויקאַנד ימיון סיסטעם (שטרענג ימיונאָסופּרעסעסעד) איר וועט זיין געפֿינט די שינגלעס וואַקסין פון 50 יאָר אַלט

איר ווערן בארעכטיגט אויף דיין 70^{טע} געבורטאָג

פראַגראַם יאָר	פראַגראַם אָנהייב דאַטע	דאַטעס פון געבורט	פאסיק פון (דיין דיין געבורטאָג)
יאָר 1	1 סעפטעמבער 2023	1 סעפטעמבער 1953 - 31 אויגוסט 1954	70 ^{טע} 
יאָר 2	1 סעפטעמבער 2024	1 סעפטעמבער 1954 - 31 אויגוסט 1955	
יאָר 3	1 סעפטעמבער 2025	1 סעפטעמבער 1955 - 31 אויגוסט 1956	
יאָר 4	1 סעפטעמבער 2026	1 סעפטעמבער 1956 - 31 אויגוסט 1957	
יאָר 5	1 סעפטעמבער 2027	1 סעפטעמבער 1957 - 31 אויגוסט 1958	

איר וועט זיין בארעכטיגט אויף דיין 65^{טע} געבורטאָג

פראַגראַם יאָר	פראַגראַם אָנהייב דאַטע	דאַטעס פון געבורט	פאסיק פון (דיין דיין געבורטאָג)
יאָר 1	1 סעפטעמבער 2023	1 סעפטעמבער 1958 - 31 אויגוסט 1959	65 ^{טע} 
יאָר 2	1 סעפטעמבער 2024	1 סעפטעמבער 1959 - 31 אויגוסט 1960	
יאָר 3	1 סעפטעמבער 2025	1 סעפטעמבער 1960 - 31 אויגוסט 1961	
יאָר 4	1 סעפטעמבער 2026	1 סעפטעמבער 1961 - 31 אויגוסט 1962	
יאָר 5	1 סעפטעמבער 2027	1 סעפטעמבער 1962 - 31 אויגוסט 1963	

די וואַקצין

איז באטייטיק רידוסינג די נומער פון קאַסעס



וועט רעדוצירן די שטרענגקייט פון די סימפטאָמס אין וואַקסאַנייטד מענטשן אויב זיי אַנטוויקלען די קרענק

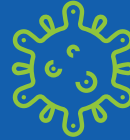


איז וויידלי געניצט אין אנדערע לענדער אַזאַ ווי US און קאַנאַדע



שינגלעס

איז אַ פּראָסט קרענק אַז קענען אַנמאַכן לאַנג-בלייביק, שטרענג ווייטיק



קענען גרונט אַ שטרענג יטשי ויסשיט מיט בליסטערז



קענען פאלן אין קיין עלטער אָבער די ריזיקירן, שטרענגקייט און קאַמפּלאַקיישאַנז פאַרגרעסערן מיט עלטער



וואַקסאַניישאַן פון דיין רוטין שינגלעס איז אַ גוט וועג צו זאָרגן פֿאַר דיין געזונט אַזוי אַז איר קענען פאַרזעצן צו הנאה לעבן אַן די ווייטיק פון שינגלעס.



**איר קענט באַריכט סאַספּעקטִיד
זײַט ווירקונג פון וואַקסינז און
מעדאַסאַנז דורך די געל קאַרד
סקים**

דאָס קען זיין געטאן אַנליין דורך באזוכן
yellowcard.mhra.gov.uk
דורך רופן די Yellow קאַרד אויף
0800 731 6789. איר קענט אויך נוצן
די QR קאָד אָדער דאָונלאָדינג די געל
קאַרד אָפּ.

שינגלעס סופּפּאָרט געזעלשאפט

וועבזײַטל: **shinglessupport.org.uk**. קאָנפּאַדענטשאַל העלפּלינע:
0845 123 2305 אין צײַט צווישן 9:00 און 21:00, אָדער **020 7607 9661** מאַנטיק
ביז פּרייטאָג, 12:00 צו 20:00. אָנפּרעג: **0300 030 9333**



פּיישאַל פּאַלסי

וועבזײַטל: **facialpalsy.org.uk**



ווייטיק קאַנסערנז העלפּלינע

טעלעפּאָן: **0300 123 0789**, בליצפּאַסט: **help@painconcern.org.uk**
וועבזײַטל: **www.painconcern.org.uk**



© Crown copyright 2024

Product code: C24SGX1YI Yiddish

(APS) 1p 100K OCT 2024

UK Health Security gateway number: 2024678

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