

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 פּראַקטיסיז
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 אוועק פון דעם, אבער פון צייט צו צייט דער ווירוס קען קומען צוריק און פארשפרייטן צו די הויט, וואס קאזינג א קרענק גערופן שינגלעס.

שינגלעס קענען זיין זייער ווייטיקדיק און טענדז צו ווירקן מענטשן מער קאמאנלי ווען זיי באקומען עלטער. דאס קען זיין ווייל דיין ימיון סיסטעם איז וויקאנד דורך ינקריסינג עלטער, דרוק אדער דורך א קייט פון מעדיציניש באדינגונגען און טריטמאנטן. פאר עטלעכע, די ווייטיק געפירט דורך שינגלעס קענען דויערן פאר פילע יארן. שינגלעס קענען טאקע ווירקן דיין לעבן, סטאפפניג איר פון טאן אלע די זאכן איר יוזשאוואלי הנאה.

וואס ז שינגלעס?

שינגלעס (אויך באקאנט ווי הערפעס זאסטער) איז געפירט דורך די דארמאנט טשיקענפאקס ווירוס ספרעדז צו א געגנט פון הויט סערווירט דורך איינער פון די נערוועס. עס ריזאלטירט אין קלאסטערז פון גאר ווייטיקדיק און יטשי, פליסיק-אנגעפילט בליסטערז. די בליסטערז קענען פלאצן און ווענדן אין געשווירן וואס יוענטשאוואלי סקאריןקע איבער און היילן. די בליסטערז יוזשאוואלי ווירקן א געגנט אויף איין זייט פון דעם גוף, מערסט קאמאנלי די קאסטן, אבער מאל אויך די קאפ, פנים און אויג.

ווי אזוי קוק שינגלעס?



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

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

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

ווי פראָסט 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 שינגלעס קענען פאַסירן אין קיין עלטער, די ריזיקירן, שטרענגקייט און קאמפלאַקיישאַנז 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 וויל פון PHN.

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

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

קענען שינגלעס זיך פאַרשפרייטן?

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 פּראָגראַם איז געפֿינט צו די פאלגענדע:

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

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 געבורטטאָג (סיידן איר האָט אַ וויקאַנד ימיון סיסטעם¹), אָבער די גיכער איר האָבן די וואַקצין, די פריער איר וועט זיין פּראָטעקטעד. דעטאָילס פון ווער קענען באַקומען די וואַקצין אין דער ערשטער פינף יאָר פון דעם פּראָגראַם 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 קאַמפּלאַקיישאַנז פאַרגרעסערן מיט עלטער. יענע מיט סאַווירלי וויקאַנד ימיון סיסטעמען זענען אין אַ העכער ריזיקירן און אַז איז וואָס די וואַקצין איז רעקאַמענדירט 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
רעקאַרד קאַרט מיט דיין נאָמען
און די דאַטע פון דער ווייטער
אָפּווייטונג. 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 נאַרמאַל דאָזע פון פאַראַסעטאַמאָל (נאָכפּאָלגן די עצה אין די פאַקקאָגין) צו העלפן איר פילן בעסער. דו זאלסט נישט נוצן מאשינען אָדער פאַר אויב איר פילן וויילטויק.

איר זאל פילן בעסער נאָך אַ ביסל טעג, אָבער אויב דיין סימפטאָמס אָנהאַלטן פאַר מער, איר זאל דיסקוטירן די מיט דיין GP אָדער פּראַקטיסז 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 אלע לייסאַנסט וואַקסינז, די שינגלעס וואַקצין איז דורכגעקאָכט טעסטעד און טרעפן שטרענג UK זיכערקייט און לייסאַנסטינג באדערפענישן.

עס איז ווייטלי 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 קאנסאַלטיישאַנז פֿאַר שינגלעס פֿאַרבונדענע קרענק און 1,840 ווייניקערע כאַספּיטאַליזאַטיאָנען.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 וואָכן נאָך דאָזע איין.

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

[2] פּראַל פון די הערפעס זאָסטער וואַקסאַניישאַן פּראָגראַם אויף כאַספּיטאַלייזד און גענעראַל פיר קאנסאַלטאַד 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 פראַגראַם, אַלעמען פון 70 צו 79 יאר אַלט איז באַרעכטיגט פֿאַר שינגלעס וואַקצין. דער פראַגראַם איז ביסלעכווייז עקסטענדעד, סטאַרטינג מיט די מערסט ריזיקירן, ווי רעקאָמענדירט דורך די דזשאַינט קאָמיטי וואַקסינאַטיאָן יממוניזאַטיאָן (JCVI). אין די קומענדיקע 10 יאָר, די פראַגראַם וועט יווענטשאַוואַלי אַרײַנגעמען 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 אַפּוינטמאַנט. 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 אַפּרוף צו קיין פון די סאַבסטאַנסיז וואָס אַרײַן 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 ויסשיט, איר קענט רופן NHS 111 אָדער רופן דיין GP פראַקטיסיז פֿאַר עצה.

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

פֿאַר רובֿ 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 פֿאַרענדיקן דעם קורס אין די רעקאָמענדירט צייט. קאָנטאַקט דיין GP פראַקטיסיז צו מאַכן אן אנדער אַפּוינטמאַנט.

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

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

צי ניט פאַרהאַלטן, אויב איר זענט בארעכטיגט, פֿרווּט 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 פּראַקטיסזיז ניאַנע. 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 ימיונאָסאָפּרעסעסעד) איר וועט זיין געפֿינט די שינגלעס וואַקסין פון 50 יאָר אַלט

איר ווערן בארעכטיגט אויף דיין 70^{טע} דיין געבורטאָג

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

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

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

די וואַקצין

איז באטייטיק רידוסינג די נומער פון
קאָסעס



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 פאַלן 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 באריכט סאספעקטיוו
זייט ווירקונג פון וואַקסינז און
מעדיאַסאַנז דורך די געל קאַרד
סקים**

דאָס קען זיין געטאן אַנגליין דורך באזוכן
yellowcard.mhra.gov.uk אָדער
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

וועבזייטל: shinglesupport.org.uk. קאָנפּאָדענטשאַל העלפלינע:
0845 123 2305 אין צייט צווישן 9:00 און 21:00, אָדער **020 7607 9661** מאנטיק
ביז פרייטאג, 12:00 צו 20:00. אָנפּרעג: **0300 030 9333**



פיישאַל פאַלסי

וועבזייטל: facialpalsy.org.uk



ווייטיק קאַנסערנז העלפלינע

טעלעפאָן: **0300 123 0789**, בליצפּאָסט: help@painconcern.org.uk
וועבזייטל: 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