UK Health Security Agency

NHS

ካብ ቃንዛ ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ንምክልኻል ዝሕግዘካ

ክታበት ኣሎ

NHS ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ናይ ምምዕባል ንሓደጋኻ ዝቕንስ ክታበት የቕርብ።

እዚ ወረቐት እዚ ብዛዕባ ሃገራዊ መደብ ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት፡ ረብሓታት ናይቲ ክታበትን መን ብቑዕ ምዃኑን ዝገልጽ እዩ።

እቲ ሕጂ ዘሎ ክታበት ናይ መደብ ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት Shingrix ይበሃል።
ዝበለጸ መከላኸሊ ንምርካ 2 መጠን መድሃኒት Shingrix ከድልየካ እዩ። ብቑዕ ምስ ኮንካ ናይ ሓፈሻዊ ሓኪም ትካልካ ክረኽበካ እዩ። ኣብ ዝተወሰኑ ፋርማሲታት'ውን ክታበት Shingrix ክትወስዱ ትኽእሉ ኢኹም።

ዘይከም መብዛሕትኦም ካልኦት ለበዳታት፣ ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ካብ ካልእ ሰብ ኣይለግበካን ኢዩ። ዋላ'ኳ ገሌና ከም ዝሓመምና ዘይንፈልጥ ኔርና እንተኾንና፣ መብዛሕትና ናኣሸቱ ከለና ፍሮማይ ንሓምም ኔርና ኢና።

ፍሮማይ ምስ ሓዘካ፣ እቲ ቫይረስ ኣብ ነርቭታት ዘይንጡፍ ኮይኑ ይጸንሕ። ንመብዛሕትኡ ህይወትካ ነዚ ኣይክትፈልጦን ኢኻ፣ ግን በብእዋኑ እቲ ቫይረስ ተመሊሱ ናብ ቆርበት ክላባዕን ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርብርት ከስዕብን ይኽእል።

ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ኣዝዩ ኣቐንዛዊ ክኸውን ይኽእል እዩ፣ ሰባት እናዓበዩ ምስ ከዱ ድማ ብዝያዳ ከጥቅዖም ይኽእል። እዚ ክኸውን ዝኽእል፣ ስርዓተ ምክልኻልካ ምስ ዕድመ ምውሳኽ፣ ብጭንቀት ወይ ብዝተፈላለየ ሕክምናዊ ኩነታትን ፍወሳታትን ስለ ዝዳኸም ክኸውን ይኽእል። ንገሊኦም፣ እቲ ብሰንኪ ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ዝመጽእ ቃንዛ ንነዊሕ ዓመታት ክጸንሕ ይኽእል። ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ብሓቂ ንህይወትካ ክጸልዎ ይኽእል እዩ፣ ንኹሉ እቲ መብዛሕትኡ ግዜ ተስተማቕሮ ነገራት ካብ ምግባር ክዓግተካ ይኽእል።

ጠንቂ ናይ ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት እንታይ እዩ?

ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት (ሀርፐስ ዞስተር ተባሂሉ ውን ይፍለጥ) ብዘይንጡፍ ቫይረስ ናይ ፍሮማይ ናብቲ ብሓደ ካብቶም መትንታት ዘገልግል ክፋል ቆርበት ዝዝርጋሕ ዝመጽእ እዩ። ሳዕቤኑ ድማ ኣዝዩ ቃንዛን ሰሓን ዘለዎ ፈሳሲ ዝመልአ እኩብ ማይ ዝሞዓኈ ዕንፉሩር እዩ። እዞም ማይ ዝሞዓጉ ዕንፉሩር እዚኣቶም ክፈንጀሩን ናብ ቁስሊ ክቕየሩን ይኽእሉ፣ ኣብ መወዳእታ ድማ ብድርዒ ቆርበት ተሸፊኖም ክሓውዩ ይኽእሉ። እዞም ማይ ዝሞዓጉ ዕንፉሩር መብዛሕትኡ ግዜ ኣብ ሓደ ወገን ኣካላትና ዝርከብ ከባቢ፣ መብዛሕትኡ ግዜ ኣብ ኣፍልቢ፣ ሓደ ሓደ ግዜ ድማ ኣብ ርእሲ፣ ገጽን ዓይንን የጥቅዑ።

ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት እንታይ ይመስል?

ክሳብ ክንደይ ይጸንሕ፣ ክሳብ ክንደይ ከ ከቢድ ክኸውን ይኽእልን?

እቶም ቀዳሞት ምልክታት ናይ ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ብሓፈሻ ኣብ ሓደ ወገን ኣካላትና ኣብ ዝርከብ ከባቢ ቆርበት ጸላዕላዕ ዘብል ስምዒት ወይ ዘቃጽል ስምዒት ናይ ሕማም ክኾኑ ይኽእሉ። ኣቕንዛዊ ዕንፉሩር ምስ ማይ ዝሞዓኈ ዕንፉሩር መብዛሕትኡ ግዜ ድሕሪ ሒደት መዓልታት ካብቲ ናይ መጀመርታ ምልክታት ይረአ።

ኣብ ኣካላትና ዝፍጠር ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ከቢድ ቃንዛ ከስዕብ ይኽእል። ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ኣብ ዓይንን ሽፋን ዓይንን እንተተኸሲቱ፣ ኣብታ ዓይኒ ናይ ምርኣይ ክእለት ምንካይ ወይ ነባሪ ዓይነ ስውርነት ከይተረፈ ከስዕብ ይኽእል።

ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ክሳብ ክንደይ ልሙድ እዩ?

ካብ 5 ፍሮማይ ዝነበሮም ሰባት ኣስታት 1 ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት የማዕብል። እዚ ማለት ኣብ ዓዲ እንግሊዝን ዌልስን ዓመት ዓመት ዓሰርተታት ኣሽሓት ሰባት ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ይህልዎም። ዋላ እኳ ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ኣብ ዝኾነ ዕድመ ክኽሰት ይኽእል እንተኾነ፣ ሓደጋ፣ ከቢድነትን ተደራቢ ሕማምን ናይ ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ብሓፈሻ ምስ ዕድመ ይውስኹ።

ድሕረ-ብቫይረስ ዝመጽእ ቆርበት ዘቑስል ሕማም ዝስዕብ ቃንዛ መትኒ (PHN)

ኣብ ነፍሲ ወከፍ ዓመት፣ ኣስታት 14,000 ሰባት ድሕሪ ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ድሕረ-ብቫይረስ ዝመጽእ ቆርበት ዘቑስል ሕማም ዝስዕብ ቃንዛ መትኒ (PHN) ከምኡ ውን ልዕሊ 1,400 ብሰንኪ PHN ኣብ ሆስፒታል ይኣትዉ።

መብዛሕትኦም ሰባት ድሕሪ ገለ ሰሙናት ምሉእ ብምሉእ ይሓውዩ፣ ንገሊኦም ግን፣ እቲ ቃንዛ ንሓያሎ ኣዋርሕ ወይ ዓመታት ከይተረፈ ይቕጽል - እዚ ድሕረ-ብቫይረስ ዝመጽእ ቆርበት ዘቑስል ሕማም ዝስዕብ ቃንዛ መትኒ (PHN) ይበሃል። እዚ ብፍላይ ከቢድ ምቅጻል፣ ተረግ ተረግ ዝብል ህርመት ወይ ሸቕ ሸቕ ዘብል ቃንዛ መትኒ ዘለዎ ደስ ዘየብል ኩነታት እዩ።

ብዕድመ ብዝዓበኻ መጠን፣ ንነዊሕ እዋን ዝጸንሕ ቃንዛ ናይ ምህላው ተኽእሎኻ ይዓቢ። እቲ ናይ ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ክታበት ብቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበትን PHNን ናይ ምልካፍ ሓደጋ ይንክዮ።

ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ክላባዕ ይኽእል ድዩ?

ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ከም ፍፎማይ ብቐሊሉ ኣይላባዕን እዩ፣ እንተኾነ ግን እቲ ኣብቲ ማይ ዝሞዓኈ ዘሎ ፈሳሲ ናይ ፍሮማይ ቫይረስ ዝሓዘ እዩ። ስለዚ ሓደ ካብ ፍሮማይ ነጻ ዘይኮነ ሰብ ምስዚ ፈሳሲ እንተተራኺቡ እቲ ለብዒ ክሕዞ ይኽእል።

ናይ ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ዕንፉሩር እንተሃልዩካ፣ ፍሮማይ ናይ ምልባዕ ሓደጋ ንምንካይ ነቲ ዕንፍሩር ብሉስሉስ ጨርቂ ክትሸፍኖ ኣለካ። ፍሮማይ ዘይነበረን ነፍሰጾራት ደቂ ኣንስትዮ፣ ድኹም ስርዓተ ምክልኻል ሕማም ዘለዎም ሰባት ከምኡ ውን ሓደስቲ ዝተወልዱ ህጻናትን ምስቲ ዕንፉሩር ቀጥታዊ ርክብ ወይ ምትንኻፍ ምግባር ከወግዱ ይግባእ ።

ንመን እዩ እቲ ክታበት ዝወሃብ?

ካብ ዕለት 1 መስከረም 2023 ጀሚሩ መደብ ክታበት ነዞም ዝስዕቡ ይቐርብ ኣሎ፤

1. ካብ 70 ክሳብ 79 ዓመት ዝዕድሜኦም ጥዑያት ሰባት ግን ክሳብ ሕጂ ዘይተኸተቡ
2. ካብ 50 ዓመት ዝዕድሜኦም ኣዝዩ ዝደኸመ ስርዓተ ምክልኻል ሕማም ዘለዎም ሰባት
3. ካብ 60 ክሳብ 70 ዓመት ዝዕድሚኦም ጥዑያት ሰባት ዕድሚኦም 65 ወይ 70 ዓመት ምስ መልኡ ነቲ ክታበት ብቑዓት ክኾኑ እዮም።

ክሳብ መበል 80 ዓመት ልደትካ ንኽታበት ናይ ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ብቑዕ ኮይንካ ክትጸንሕ ኢኻ (ዝደኸመ ስርዓተ ምክልኻል እንተዘይሃልዩካ[1])፣ እንተኾነ ግን ቀልጢፍካ እቲ ክታበት ብዝረኸብካዮ መጠን ኣቐዲምካ ክከላኸለልካ ኢዩ። ኣብተን ቀዳሞት ሓሙሽተ ዓመታት ናይቲ መደብ መን ክታበት ክወስድ ከም ዝኽእል ዝርዝር ሓበሬታ ኣብቲ ሰንጠረዥ ተገሊጹ ኣሎ።

ትሕቲ 75 ዓመት ዝዕድሚኦም ሰባትከ

መንእሰያት ኣብቲ ብቑዕ ዕድመ ምስ በጽሑ እቲ ክታበት ክወሃቦም እዩ።

ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ኣብ ዝኾነ ዕድመ ክኽሰት ይኽእል እዩ ግን እቲ ሓደጋ፣ ከቢድነቱን ናይ ተደራቢ ሕማም ጸገማትን ምስ ዕድመ ይውስኽ። እቶም ብኸቢድ ዝደኸመ ናይ ምክልኻል ዓቕሚ ዘለዎም ሰባት፡ ዝለዓለ ሓደጋ ስለዘለዎም ድማ እዩ እቲ ክታበት ኣብ ንኡስ ዕድመ ክውሃብ ዝምከር።

[1] ኣዝዩ ዝደኸመ ስርዓተ ምክልኻል ዘለዎም ሰባት ነቲ ክታበት ብቑዓት ኮይኖም ይቕጽሉ።

ክታበት ናይ ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት እንተሃልዩካ፣ ስምካን ዝኽጽል ቆጸራ ዝግበረሉ ዕለትን ዝሓዘ ናይ መዝገብ ካርድ ይወሃበካ። በጃኹም ኣብ ውሑስ ቦታ ኣቐምጥዎ።

ዝኾነ ጐድናውያን ሳዕቤናት ኣለውዎ ዶ?

ካብ ክታበት Shingrix ዝመጽእ ጎናዊ ሳዕቤናት መብዛሕትኡ ግዜ ኣዝዩ ፈኩስ ኮይኑ ብዙሕ ግዜ ኣይጸንሕን'ዩ። እቶም ዝበዝሑ ጎናዊ ሳዕቤናት (ብውሑዱ ካብ ነፍሲ ወከፍ 10 ሰባት ኣብ 1 ዝኸሰቱ) ኣብቲ መርፍእ ዝተወግአሉ ቦታ ቃንዛን ምቅያሕን፣ ሓፈሻዊ ቃንዛ ጭዋዳታትን ሕማም ርእስን እዮም።

ድሕሪ ክታበት Shingrix ምውሳድካ ድኻም ክስምዓካን ረስኒ ክህልወካን ይኽእል እዩ። ንኽሕሸኩም፡ ኣዕሪፍኩም ንቡር መድሃኒታዊ ዓቐን ፓራሴታሞል ክትወስዱ ትኽእሉ ኢኹም (ኣብ ባኮ ናይ`ዚ መድሃኒት ንዝርከብ ምኽሪ ኣተግብሩ ኢኹም)። ጽቡቕ እንተዘይተሰሚዕካ ማሽናት ኣይትጠቐም ወይ መኪና ኣይትዝውር።

ድሕሪ ቁሩብ መዓልታት ዝሓሸ ክስምዓካ ኣለዎ፣ ምልክታትካ ንነዊሕ እዋን እንተቐጺሉ ግን ነዚኦም ምስ ሓፈሻዊ ሓኪምካ ወይ ናይ ልምምድ ነርስ ክትዘራረብ ኣለካ።

ዝኾነ ጎናዊ ሳዕቤናት ብመገዲ ስርዓተ ብጫ ካርድ ካብ MHRA (**yellowcard.mhra.gov.uk**) ክትሕብሩ ትኽእሉ ኢኹም – ዝርዝር ሓበሬታ ኣብ ግልባጥ ገጽ ናይዚ ወረቐት ተመልከቱ።

ክታበት Shingrix ክሳብ ክንደይ ውሑስ እዩ፣ ኣብ ካልኦት ሃገራት ኣብ ጥቕሚ ውዒሉ ይፈልጥ ድዩ?

ከም ኩሎም ፍቓድ ዘለዎም ክታበታት፣ ክታበት ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ብኹለንትናኡ ተፈቲኑን ነቲ ጽኑዕ ናይ ዓባይ ብሪጣንያ ናይ ድሕነትን ፍቓድን ረቛሒታት ዘማልእ እዩ።

ንዝሓለፉ ሒደት ዓመታት ኣብ ኤውሮጳን ሰሜን ኣመሪካን ብሰፊሑ ኣብ ጥቕሚ ይውዕል ኔሩ።

እቲ ክታበት ማዕረ ክንደይ ውጺታዊ ኢዩ?

እቲ ክታበት ብምውሳድ ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ናይ ምምዕባል ዕድልካ ብዓቢኡ ክትቅንሶ ኢኻ።

ኣብተን ቀዳሞት 5 ዓመታት ድሕሪ ምትእትታው ናይ መጀመርታ መደብ ክታበት ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ካብ 40,500 ዝውሕድ ምኽሪ ሓፈሻዊ ሓኪም ምስ ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ዝተኣሳሰር ሕማምን 1,840 ዝውሕዱ ሓብ ሆስፒታል ምእታውን ነይሩ[2]።

ቀጺልካ ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት እንተ ኣጋጢሙካ፣ እቲ ምልክታት ካብቲ ክታበት እንተዘይወሲድካሉ ዝነበርካ ንላዕሊ ቅልል ዝበለን እቲ ሕማም ዝሓጸረን ክኸውን ተኽእሎ ኣሎ። ኣብ ዓባይ ብሪጣንያ ኣብ ጥቕሚ ዝውዕል ዘሎ ክታበት Shingrix ጽቡቕ መከላኸሊ ከም ዝህብ ተረጋጊጹ ኣሎ።

እቲ ክታበት ብኸመይን መዓስን ይወሃብ?

ከም መብዛሕትኡ ክታበት፣ እቲ ክታበት ብመርፍእ ኣብ ላዕለዋይ ክፋል ቅልጽምካ ክወሃብ እዩ።

Shingrix ታህዋሲያን ዘይብሉ ክታበት ኮይኑ ዝበለጸ ነዊሕ ዝጸንሕ መከላኸሊ ንኽህበካ 2 መጠን መድሃኒት ከድልየካ እዩ።

ንመብዛሕትኦም ሰባት ካልኣይ መጠን መዳህኒት Shingrix ካብ ኣስታት 6 ወርሒ ድሕሪ ቀዳማይ መጠን መድሃኒት ክቐርብ እዩ። ኣዝዩ ዝደኸመ ስርዓት ምክልኻል እንተሃልዩካ ካልኣይ መጠን መድሃኒት Shingrix ኣቐዲሙ ክወሃበካ ኣለዎ፡ እንተኾነ ግን እንተወሓደ ድሕሪ 8 ሰሙን ድሕሪ መጠን መድሃኒት ሓደ።

ናይ ሓፈሻዊ ሓኪም ትካልካ መዓስ ንኻልኣይ መጠን ክታበት ቆጸራ ክትሕዝ ከም ዘለካ ክሕብረካ እዩ።

[2] ጽልዋ መደብ ክታበት ሀርፐስ ዞስተር ኣብ ሆስፒታልን ሓፈሻዊ ልምምድ ዝተማኸረን ሀርፐስ ዞስተር ኣብ ዓዲ እንግሊዝ ድሕሪ ምትእትታዉ ኣብ ዝነበረ 5 ዓመታት፣ ኣብ ህዝቢ ዝተመርኮሰ መጽናዕቲ – PubMed (nih.gov)

ስለምንታይ ሕጂ ክታበት ክወስድ ዘይክእል?

ብመሰረት እዚ ሕጂ ዝካየድ ዘሎ መደብ፣ ካብ 70 ክሳብ 79 ዓመት ዝዕድሚኡ ኩሉ ሰብ ክታበት ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ክረክብ ብቑዕ እዩ። እቲ መደብ ከምቲ ብሓባራዊ ኮሚቴ ክታበት ብየና (JCVI) ዝመኸሮ ካብቶም ዝለዓለ ሓደጋ ዘለዎም ጀሚርካ በብቑሩብ ይናዋሕ ኣሎ። ኣብ ዝቕጽሉ 10 ዓመታት እቲ መደብ ኣብ መወዳእታ ንኹሎም ካብ 60 ዓመት ዝዕድሚኦም ሰባት ዘጠቓልል ክኸውን እዩ።

ዕድሚኦም 50 ዓመትን ልዕሊኡን ዝኾኑ ውልቀሰባት ብኸቢድ ዝደኸመ ስርዓተ ምክልኻል ሕማም ድሮ ክታበት Shingrix ብቑዓት እዮም።

እቲ ክታበት ንምርካብ ዝኾነ ነገር ክገብር ኣለኒ ድዩ?

ንኽታበት ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ብቑዕ ምስ ኮንካ፣ ናይ መጥባሕቲ ሓፈሻዊ ሓኪምካ ቆጸራ ንምሓዝ ክረኽበካ እዩ። እንተኾነ ግን ብዛዕባ ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት እንተተጨኒቕካ ምኽሪ ንምርካብ ምስ ሓፈሻዊ መጥባሕቲ ክትራኸብ ኣለካ።

ክታበት Shingrix ክወስዱ ዘይግባእ ሰባት ኣለዉ ድዮም?

ኣብ ዝኾነ ካብቶም ናብቲ ክታበት ዝኣትዉ ንጥረ ነገራት ከቢድ ግብረ መልሲ እንተ ኣጋጢሙካ፣ ክትወስዶ ኣይክእልን'ዩ። ናይ ሓፈሻዊ ሓኪም ትካልካ ክመኽረካ እዩ።

እቲ ክታበት ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ክህበኒ ይኽእል ድዩ?

እቶም ክታበታት Shingrix ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ክህበካ ኣይክእልን እዩ። ዕንፉሩር እንተ ኣማዕቢልካ ናብ NHS 111 ክትድውል ትኽእል ወይ ድማ ምኽሪ ንምርካብ ናብ ናይ ሓፈሻዊ ሓኪምካ ክትድውል ትኽእል ኢኻ።

ክታበተይ እንተ ኣምሊጡኒ ኸ? ዳሕራይ ክኽተብ ይኽእል ድየ?

ንመብዛሕትኦም ሰባት እቲ ክታበት ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ክሳብ 80 ዓመት ዝዕድሚኦም ክቐርብ እዩ። ይኹን እምበር፣ ኣዝዩ ዝደኸመ ናይ ምክልኻል ዓቕሚ እንተሃልዩካ፣ እቲ ክታበት ክሳብ ዝኾነ ዕድመ ክወሃብ ይኽእል።

ንዝበለጸ መከላኸሊ ክታበት ክህልወካ ወይ ድማ ኣብቲ ዝተመኸረ ግዜ ነቲ ዙርያ ክትውድኦ ይግባእ። ካልእ ቆጸራ ንምሓዝ ምስ ናይ ሓፈሻዊ ሓኪም ትካልካ ተራኸብ።

ቅድሚ ሕጂ Zostavax ዝወሰድኩ እንተኾይኑ ንኽታበት Shingrix ብቑዕ ድየ?

ካብ 70 ክሳብ 79 ዓመት ኣብ ዝነበርካሉ እዋን ከም ኣካል ናይቲ ስሩዕ መደብ ክታበት Zostavax እንተተዋሂቡካ ሕጂ 2 መጠን መድሃኒት ናይቲ ክታበት Shingrix ኣየድልየካን እዩ።

ኣይትደንጉዩ፣ ብቑዓት እንተኾንኩም፣ ብዝተኻእለ መጠን ቀልጢፍኩም ክታበትኩም ክትወስዱ ፈትኑ።

ዘክር፣ ንኽታበት ብቑዕ ምስ ኮንካ፣ ዝበለጸ መከላኸሊ ከም ዘለካ ንምርግጋጽ ንክታበትካ ኣብ ዝሓጸረ ግዜ ቆጸራ ክትሕዝ ኣለካ ።

ተወሳኺ ሓበሬታ

ቅድሚ ወይ ድሕሪ ክታበትካ ተወሳኺ ሓበሬታ እንተደሊኻ፣ ምስ ሓፈሻዊ ሓኪምካ ወይ ናይ ልምምድ ነርስካ ተዘራረብ። ብተወሳኺ ኣብ መርበብ ሓበሬታ NHS ኣብ **www.nhs.uk/shingles** ክትበጽሑ ትኽእሉ ኢኹም።

ብዛዕባ ክታበት ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት Shingrix ንምንባብ® ኣብ **www.medicines.org.uk/emc/product/12054/pil** ተወከሱ

ኣዝዩ ዝደኸመ ስርዓተ ምክልኻል ሕማም እንተሃልዩካ (ብኸቢድ ናይ ምክልኻል ዓቕሚ ዝተዓፈነ) ካብ 50 ዓመት ዕድመኻ ጀሚርካ ክታበት ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ክወሃበካ እዩ።

ኣብ መበል 70 ዓመት ልደትካ ብቑዕ ትኸውን

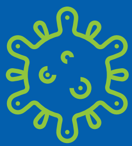
ቅጥዒ ብቑዕነት (ዕለተ ልደትካ)	ዕለተ ልደት	መደብ ዝጅምረሉ ዕለት	ናይቲ መደብ ዓመት
መበል 70ዓመት	**1 መስከረም 1953 - 31 ነሓሰ 1954**	**1 መስከረም 2023**	**ዓመት 1**
	1 መስከረም 1954 - 31 ነሓሰ 1955	ካብ መስከረም 2024	ዓመት 2
	1 መስከረም 1955 - 31 ነሓሰ 1956	ካብ መስከረም 2025	ዓመት 3
	1 መስከረም 1956 - 31 ነሓሰ 1957	ካብ መስከረም 2026	ዓመት 4
	1 መስከረም 1957 - 31 ነሓሰ 1958	ካብ መስከረም 2027	ዓመት 5

ኣብ መበል 65 ልደትካ ብቑዕ ትኸውን

ቅጥዒ ቡቑዕነት (ዕለተ ልደትካ)	ዕለታት ልደት	መደብ ዝጅምረሉ ዕለት	ናይቲ መደብ ዓመት
መበል 65ዓመት	**1 መስከረም 1958 - 31 ነሓሰ 1959**	**1 መስከረም 2023**	**ዓመት 1**
	1 መስከረም 1959 - 31 ነሓሰ 1960	1 መስከረም 2024	ዓመት 2
	1 መስከረም 1960 - 31 ነሓሰ 1961	1 መስከረም 2025	ዓመት 3
	1 መስከረም 1961 - 31 ነሓሰ 1962	1 መስከረም 2026	ዓመት 4
	1 መስከረም 1962 - 31 ነሓሰ 1963	1 መስከረም 2027	ዓመት 5

ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት

ንነዊሕ እዋን ዝጸንሕን ከቢድ ቃንዛ ከስዕብ ዝኽእል ልሙድ ሕማም እዩ።

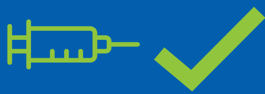


ከቢድ ሰሓ ዘለዎ ዕንፍሩር ምስ ማይ ዝሞዓጐ ዕንፍሩር ከስዕብ ይኽእል።

ኣብ ዝኾነ ዕድመ ክኽሰት ይኽእል እዩ ግን እቲ ሓደጋ፣ ጽንኩርነትን ጸገማትን ምስ ዕድመ ይውስኽ

እቲ ክታበት

ቁጽሪ ሕሙማት ብዓቢኡ ይቕንስ ኣሎ።



ዝተኸተቡ ሰባት እቲ ሕማም እንተ ኣማዕቢሎም ንኽብደት ምልክታት ከጉድል ይኽእል።

ኣብ ካልኦት ሃገራት ከም ኣመሪካን ካናዳን ብሰፊሑ ኣብ ጥቕሚ ውዒሉ እዩ።

ስሩዕ ክታበት ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ምውሳድካ፣ ብዘይ ቃንዛ ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት ህይወት ከተስተማቕር ምእንቲ ክትቅጽል፣ ጥዕናኻ ክትከናኸነሉ እትኽእል ጽቡቕ መገዲ እዩ።

ብመገዲ ውጥን ብጫ-ካርድ (Yellow Card scheme) ብዛዕባ እትጥርጥርዎም ጐድናዊ ሳዕቤናት ክታበታትን መድሃኒታትን ሓበሬታ ከተመሓላልፉ ትኽእሉ ኢኹም።

እዚ ብኢንተርነት ክግበር ይከኣል ኣብ **yellowcard.mhra.gov.uk** ብምብጻሕ ወይ ድማ ናብ መስመር ቴሌፎን ብጫ ካርድ ብምድዋል **0800 731 6789**። እቲ QR ኮድ ወይ ድማ Yellow Card app ብምውራድ እውን ክትጥቀመሉ ትኽእል ኢኻ።

ማሕበር ደገፍ ቫይረሳዊ ነድሪ ቆርበት

መርበብ ሓበሬታ፤ **shinglessupport.org.uk**።ምስጢራዊ መስመር ሓገዝ፤ **0845 123 2305** ኣብ እዋናት ሰዓት 9 ንግሆ ክሳብ ሰዓት 9 ምሸት፣ ወይ **020 7607 9661** ካብ ሰኑይ ክሳብ ዓርቢ፣ ካብ ሰዓት 12 ድሕሪ ቀትሪ ክሳብ ሰዓት 8 ድሕሪ ቀትሪ። ሕቶታት፤ **0300 030 9333**

ናይ ገጽ መልመስቲ

መርበብ ሓበሬታ፤ **facialpalsy.org.uk**

ናይ ቃንዛ ስክፍታ መስመር ሓገዝ

ስልኪ፤ **0300 123 0789**፣ ኢመይል፤ **help@painconcern.org.uk**
መርበብ ሓበሬታ፤ **www.painconcern.org.uk**

© Crown copyright 2024
Product code: C24SGX1TIG Tigrinya
1p 100K OCT 2024 (APS)
UK Health Security gateway number: 2024643

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