



## واکسن‌های زونا Shingles Vaccines

چنانچه مایلید که این واکسن توسط پزشک خودتان به شما تزریق شود، از وی بپرسید که آیا این واکسن را دارند یا خیر.

ایمن سازی (واکسیناسیون) بیش از هر اقدام بهداشتی دیگر در 50 سال اخیر در کانادا جان انسان‌ها را حفظ کرده است.

### مزایای واکسن زونا چیست؟

این واکسن بهترین راه برای مراقبت از شما در برابر بیماری زونا می‌باشد. اثبات شده است که واکسن Zostavax® II خطر ابتلا به این بیماری را تا 50%، و واکسن Shingrix® آن را تا 90% کاهش می‌دهد.

اگر فردی بعد از تزریق واکسن، باز هم به زونا مبتلا شود، این واکسن درد را کاهش می‌دهد، از جمله دردی که پس از رفع شدن زونا همچنان تا مدتی دوام دارد.

### واکنش‌های احتمالی پس از دریافت واکسن چیست؟

واکسن‌های زونا بسیار ایمن هستند. واکنش‌های متداول نسبت به واکسن زونا می‌تواند احساس سردرد و نیز درد خفیف، سرخ شدن و تورم در محل تزریق واکسن باشد. خارش یا جوشهای پوستی نیز ممکن است پس از تزریق Zostavax® II روی دهد. سایر واکنش‌هایی که ممکن است پس از تزریق واکسن Shingrix® روی دهند عبارتند از تب، درد ماهیچه‌ها، خستگی، لرز، تهوع، استفراغ و اسهال.

برای تسکین تب یا درد می‌توان از استامینوفن (مانند تایلنول®) یا ایبوپروفن (مانند ادویل®) استفاده کرد. به افراد زیر 18 سال نباید آ.اس.آ (مانند آسپیرین®) داد زیرا خطر بروز سندروم رای وجود دارد.

مهم است که پس از دریافت هر نوع واکسن 15 دقیقه در درمانگاه بمانید، زیرا احتمال بسیار نادری وجود دارد که از هر یک میلیون نفر، یک نفر حساسیتی به نام آنافیلاکسیس نشان دهد که می‌تواند مرگبار باشد. این حساسیت ممکن است به شکل کهیر، دشواری تنفسی یا ورم گلو، زبان یا لب بروز کند. اگر این اتفاق روی دهد، مراقبتگر بهداشتی شما آمادگی درمان آن را خواهد داشت. برای درمان اورژانسی این عوارض، به کودک اپینفرین (آدرنالین) بدهید و او را با آمبولانس به نزدیکترین مرکز اورژانس انتقال دهید. اگر این عوارض پس از ترک درمانگاه روی دهند، به 1-1-9 یا اورژانس محلی زنگ بزنید.

### واکسن زونا چیست؟

دو نوع واکسن به نام‌های Shingrix® و Zostavax® II وجود دارد که افراد را در مقابل بیماری زونا (shingles) مراقبت می‌کنند. زونا با ویروس واریسلا زوستر، که عامل آبله مرغان نیز هست، ایجاد می‌شود. واکسن Zostavax® II حاوی یک گونه‌ی ضعیف از این ویروس است در حالی که واکسن Shingrix® تنها حاوی قسمتهایی از ویروس می‌باشد. این واکسن‌ها به تأیید سازمان بهداشت کانادا رسیده‌اند.

### چه کسانی باید واکسن زونا دریافت کنند؟

واکسن Shingrix® برای بزرگسالان 50 ساله و مسن‌تر توصیه می‌شود. این توصیه هم کسانی که زونا گرفته‌اند و هم کسانی که قبلاً واکسن Zostavax® II زده‌اند را شامل می‌شود. اگر زونا گرفته‌اید یا واکسن Zostavax® II دریافت کرده‌اید، باید قبل از تزریق واکسن Shingrix® یک سال صبر کنید.

واکسن Zostavax® II به بزرگسالان 50 ساله و مسن‌تری داده می‌شود که به دلیل واکنش مهلکی به نوبت قبلی واکسن Shingrix® یا هر یک از اجزاء آن نمی‌توانند آن را دریافت کنند.

### چگونه می‌توانم واکسن زونا را دریافت کنم؟

شما می‌توانید این واکسن را از اکثر داروخانه‌ها و کلینیک‌های مسافرتی بخرید. واکسن Shingrix® در یک سری دو نوبتی داده می‌شود، که به فاصله‌ی 2 تا 6 ماه از یکدیگر تزریق می‌شوند و هزینه‌ی آن 150 دلار برای هر نوبت است. واکسن Zostavax® II در یک نوبت داده می‌شود و هزینه‌ی آن 200 دلار است. برخی از طرح‌های بیمه درمانی ممکن است هزینه این واکسن را تقبل کنند. با مسئول بیمه خود، در این باره صحبت کنید.

اگر این واکسن را از یک کلینیک مسافرتی بخرید، یک پزشک یا پرستار در محل می‌تواند آن را به شما تزریق کند. همچنین اکثر داروخانه‌ها در بریتیش کلمبیا نیز می‌توانند آن را به شما تزریق نمایند.

مهم است که هر گونه واکنش جدی یا غیرمنتظره‌ی بدن به واکسن را به مراقبتگر بهداشتی خود گزارش کنید.

### چه کسانی نباید واکسن زونا را دریافت کنند؟

اگر واکسن Shingrix® دریافت می‌کنید، چنانچه واکنش مهلکی به نوبت قبلی این واکسن یا هر یک از اجزاء آن داشته‌اید، با مراقبتگر بهداشتی خود صحبت کنید.

اگر واکسن Zostavax® II دریافت می‌کنید، در صورت مشاهده‌ی موارد زیر، با مراقبتگر بهداشتی خود صحبت کنید:

- در مقابل هر یک از اجزای تشکیل دهنده واکسن مانند ژلاتین یا نئومایسین، واکنش مرگباری داشته‌اید
- بر اثر بیماری یا درمان پزشکی، سیستم ایمنی بدنتان ضعیف شده است
- مبتلا به سل فعال و درمان نشده هستید
- باردار هستید یا قصد دارید باردار شوید. زنان تا سه ماه بعد از تزریق واکسن Zostavax® II نباید باردار شوند

نیازی نیست که به دلیل سرماخوردگی یا دیگر بیماری‌های خفیف، تزریق واکسن را به تأخیر بیندازید. اما با این وجود، در صورت وجود نگرانی، با مراقبتگر بهداشتی خود صحبت کنید.

### زونا چیست؟

زونا، جوشهای (بثورات) پوستی دردناک همراه با تاول است که از ویروس واریسلا زوستر که عامل آبله مرغان نیز هست، ناشی می‌شود. در بعضی از کسانی که قبلاً آبله مرغان داشته‌اند، این ویروس مجدداً فعال می‌شود و باعث بروز زونا می‌شود. تقریباً از هر سه نفر، یک نفر در طول عمر خود مبتلا به زونا می‌شود.

زونا معمولاً در افراد بالای 50 سال یا در افرادی که بر اثر دارو یا بیماری، سیستم ایمنی بدنشان ضعیف شده است، شایع‌تر است.

معمولاً زونا به صورت ضایعات پوستی در یک طرف صورت یا بدن ظاهر می‌شود و ممکن است دو تا چهار هفته طول بکشد. قبل از ظاهر شدن این ضایعات، ممکن است

بعضی از مردم دچار درد، خارش یا سوزن-سوزن شدن پوست شوند. سایر علائم اولیه زونا عبارتند از تب، سردرد، حالت تهوع و لرز است. شایع‌ترین علامت زونا درد است که می‌تواند شدید باشد.

تقریباً از هر پنج نفری که زونا می‌گیرند ممکن است درد شدیدی داشته باشند که حتی پس از برطرف شدن جوشهای پوستی نیز تا ماهها یا سالها ادامه داشته باشد. به این حالت، نورالژی (درد عصبی) پس از هرپس گفته می‌شود.

عوارض نادر زونا عبارتند از سینه پهلو (پنومونی)، از دست دادن شنوایی یا بینایی، جای زخم، التهاب مغزی (آنسفالیت) یا مرگ.

احتمال گرفتن زونا از کسی که مبتلا به آن است وجود ندارد. اما احتمال دارد که کسی که آبله مرغان نگرفته یا واکسن آن را دریافت نکرده است، از کسی که زونا دارد آبله مرغان بگیرد. این امر زیاد پیش نمی‌آید و نیاز به تماس مستقیم با مایعات ناشی از تاولهای زونا دارد. برای آگاهی بیشتر در باره‌ی آبله مرغان و واکسن آن، پرونده‌های [HealthLinkBC File #44a نکاتی در باره آبله مرغان و](#) [HealthLinkBC File #44b واکسن آبله مرغان \(واریسلا\)](#) را ببینید.

برای آگاهی در باره‌ی ایمن‌سازی، از وبسایت ایمن‌سازی بی‌سی دیدن کنید: <https://immunizebc.ca/>

