

Episodio 20 – Herpes

Con el Dr. Frank Welch

MÁQUINA GENERADA POR GOOGLE TRANSLATE

Clay (00:00):

Hoy aprenderá todo lo que necesita saber sobre el virus de la culebrilla en un solo lugar, y ese lugar es Vax Matters.

Diane (00:14):

Bueno amigos, hoy escucharán una voz familiar. Si ha estado siguiendo Vax Matters desde el principio, y esperamos que así sea. Nos complace dar la bienvenida nuevamente al Dr. Frank Welch a nuestro programa para que brinde su experiencia a nuestra discusión sobre el virus de la culebrilla. Para aquellos que no saben, el Dr. Welch es un experto en inmunización y exdirector médico de preparación para emergencias en el Departamento de Salud de Louisiana. Muchas gracias por acompañarnos nuevamente, Dr. Welch.

Dr. Welch (00:45):

Gracias por tenerme.

Diane (00:47):

El placer es nuestro. Entonces, supongo que vamos a comenzar con la pregunta obvia. ¿Qué es el herpes zóster, escuchamos mucho al respecto y de dónde proviene esta enfermedad?

Dr. Welch (00:58):

La culebrilla es en realidad algo realmente interesante. Proviene del virus herpes zoster, que la mayoría de la gente conoce como el virus de la varicela. Y, uh, lo que hace el virus cuando tienes varicela, es causar varicela, y luego te recuperas, pero lo divertido es que el virus nunca desaparece por completo de tu cuerpo o muere. De hecho, cuelga en la parte posterior de la médula espinal a lo largo de algunos de los nervios sensoriales. Y luego, a medida que envejecemos, cuando pueden ocurrir otros factores desencadenantes durante su vida, otras cosas que pueden disminuir su sistema inmunológico, o estrés o algo así, parte de ese virus de la varicela decide volver con vida, y dado que está en una raíz nerviosa, se arrastra a lo largo de ese nervio y causa una erupción con ampollas donde tiene ese nervio sensorial. Entonces, realmente, el herpes zóster es la reactivación de la varicela que tuvo cuando era niño.

Diane (02:03):

Entonces, ¿solo las personas que han tenido varicela son las únicas personas que pueden tener culebrilla?

Dr. Welch (02:09):

T-tienes razón. La varicela, o muy, muy rara vez la vacuna contra la varicela, pero solo las personas que tuvieron varicela.

Diane (02:20):

Hm.

Dr. Welch (02:20):

... Puede contraer culebrilla.

Clay (02:22):

Eso es muy interesante. Y w... yo- yo ... encuentro todo el th. ... la conversación sobre la varicela y la culebrilla es fascinante, así que [inaudible 00:02:28], nunca he tenido varicela en toda mi vida.

Diane (02:31):

¿Nunca has tenido varicela?

Clay (02:32):

Nunca tuve varicela.

Diane (02:33):

Guau.

Clay (02:33):

Y no se si eso es bueno o malo-

Dr. Welch (02:35):

(Risas).

Clay (02:35):

... Y la expresión en el rostro de Doc me da un poco de miedo-

Diane (02:38):

(Risas).

Clay (02:38):

... Pero no voy a preguntarle sobre eso ahora (risas). Um, qué -

Diane (02:42):

Guau.

Clay (02:42):

Pero, yo- _

Diane (02:43):

Incluso de bebé sabes que no tuviste-

Clay (02:44):

nunca lo tuve

Diane (02:45):

Bueno.

Clay (02:47):

¿Eso me convierte en una anomalía?

Dr. Welch (02:47):

Uh, ¿puedo hacerte una pregunta rápida allí?

Clay (02:49):

Sí.

Dr. Welch (02:50):

naciste ?

Clay (02:51):

(Risas) Dios mío.

Diane (02:53):

(Risas). Bien, aquí sí vamos.

Clay (02:55):

Digamos... digamos...

Diane (02:55):

La divulgación completa.

Clay (02:55):

... Digamos... allá por los años 70. ¿Está bien? Allá por los años 70.

Dr. Welch (02:58):

Aquí vamos. Iba a decir, ¿fue... fue antes de 1980?

Clay (03:02):

Fue mucho antes de 1980.

Dr. Welch (03:05):

Bueno. Entonces, uh, alrededor del 98% de las personas, ya sea que lo supieras o no, ser... nacido antes de 1980 en realidad tuvo varicela.

Clay (03:14):

Vaya. Eh. Eso es interesante. Así que mencionó el herpes zóster y algunos de los factores que lo exacerbaban después de tener varicela, uno de los cuales, dijo, fue el estrés. ¿Cuál es el impacto del estrés en s... ¿Un brote de culebrilla más tarde en la vida después de tener varicela?

Dr. Welch (03:33):

Bueno, bueno, comencemos con eso primero, en realidad. Su riesgo de contraer culebrilla aumenta a medida que envejece.

Clay (03:40):

Bueno.

Dr. Welch (03:40):

Solo constantemente. Cuanto mayor sea, más probable es que tenga culebrilla.

Clay (03:44):

Bueno.

Dr. Welch (03:44):

De hecho, alrededor de 1,000,000 de personas al año en los Estados Unidos contraen culebrilla. La mayoría de ellos están por encima de los 40.

Clay (03:52):

Bueno.

Dr. Welch (03:53):

Um, así que la edad es lo primero. La segunda cosa es un sistema inmunológico debilitado, ya sea debido a alguna condición médica, como cáncer u otras condiciones inmunosupresoras, o medicamentos que suprimen su sistema inmunológico. Esa es la segunda causa más probable de desencadenar un brote de culebrilla. Pero luego, ya sabes, hay otras cosas. Estrés, um, falta de sueño, uh, uh, algunos factores dietéticos, todo. Descubrimos que las personas que están más estresadas tienen más probabilidades de contraer culebrilla también. Pero ciertamente las razones más comunes son la edad y la inmunosupresión.

Diane (04:32):

Bueno, eso es encantador (risas).

Clay (04:33):

(Risas).

Diane (04:35):

¿no es así? Para aquellos de nosotros en la sala, yo soy el mayor aquí, pero no menos. Entonces, ¿es bastante común, Dr. Welch, el herpes zóster bastante común?

Dr. Welch (04:43):

O- una de cada tres personas en su vida tendrá culebrilla.

Diane (04:47):

Bueno.

Dr. Welch (04:48):

Sí.

Diane (04:49):

Así que es, entonces, qué son, qué, cuando hablamos de culebrilla, ¿cómo sabemos los síntomas? Síntomas, y luego después de eso, complicaciones de los mismos.

Dr. Welch (04:57):

Por supuesto. Ahora, la culebrilla comienza como cualquier resfriado. Es posible que tenga dolor de cabeza, malestar estomacal, algunos músculos doloridos. Y luego lo que notará es, en una parte particular de su cuerpo, ahora generalmente en el tronco, más raramente en la cara, pero solo en un lado de su cuerpo, comenzará a sentir un hormiguelo. Y cualquiera que haya tenido herpes labial conoce esa sensación de hormiguelo, ese... ese, "Oh, me va a salir un herpes labial".

Diane (05:25):

Mm-hmm.

Dr. Welch (05:25):

Ese es el mismo tipo de virus que causa la culebrilla. Tendrá una sensación de hormiguelo, y luego, dos o tres días después, tendrá un sarpullido con ampollas, generalmente en... En la mitad de su cuerpo, en el tronco o en la cara, y eso le ampollará exactamente como la varicela. lo hace. Tendrá ampollas, esas ampollas se abrirán, tendrán algo de líquido y luego, en unos cinco a siete a 10 días, se formarán costras y desaparecerán.

Diane (05:56):

Inicialmente, en los primeros días, ¿pueden algunas personas confundirlo con hiedra venenosa si han estado trabajando en su jardín? ¿Hay... como que imita eso, verdad? ¿O no?

Dr. Welch (06:06):

A-absolutamente.

Diane (06:07):

Ah, okey.

Dr. Welch (06:08):

Entonces, tal como mencionaste, la hiedra venenosa es una erupción con ampollas.

Diane (06:11):

Derecha. Derecha.

Dr. Welch (06:11):

... Que normalmente no entiendes. Simplemente lo rozas. Entonces, la razón más común por la que alguien confunde el pollo... lo siento, la culebrilla con otra cosa, es...

Diane (06:22):

Mm-hmm.

Dr. Welch (06:23):

... Algo en lo que se metieron.

Diane (06:24):

Derecha.

Clay (06:24):

Vaya. Solo puedo escuchar a la gente dejar sus McMuffins mientras repasabas la última descripción.

Diane (06:29):

(Risas).

Clay (06:29):

Eh, (risas).

Diane (06:31):

Por cierto.

Clay (06:32):

Sí. Qué, uh, uh, dime sobre la neuralgia posherpética.

Dr. Welch (06:36):

Y, vamos-vamos-

Clay (06:37):

¿Lo entendí bien, por cierto?

Dr. Welch (06:39):

Sí. Lo hiciste.

Clay (06:41):

Bueno. Gracias.

Dr. Welch (06:41):

Post-herp-

Diane (06:41):

Buen trabajo, Clay.

Dr. Welch (06:41):

... Su... Pa... Neuralgia herpética. Y, uh, uh, este también es interesante. Déjame contarte algunas de las otras complicaciones.

Clay (06:47):

Bueno.

Dr. Welch (06:47):

Muy, muy raramente, a causa de la culebrilla, las personas pueden contraer neumonía.

Clay (06:52):

Guau.

Dr. Welch (06:53):

... Las personas pueden contraer encefalitis-

Diane (06:54):

¿En serio?

Dr. Welch (06:54):

... Y la gente puede incluso morir. Pero es muy, muy raro.

Clay (06:58):

Bueno.

Dr. Welch (06:58):

Y, por lo general, las personas que mueren son personas mayores con afecciones inmunitarias. Otra complicación de la culebrilla es que, si tiene culebrilla en la cara y entra en el ojo, uno de los nervios que afectan el ojo, en realidad puede quedar ciego de un lado debido a la culebrilla.

Diane (07:16):

Guau.

Dr. Welch (07:16):

Ahora, de nuevo, todos estos son muy, muy raros, y ciertamente con la intervención médica adecuada, puede disminuir la posibilidad de que contraiga cualquiera de estas cosas. Pero, una cosa, la principal complicación de tener culebrilla, se llama neuralgia posherpética, y una de cada 10 personas hasta dos de cada 10 personas tienen neuralgia posherpética. Y lo que es es que la culebrilla sale y causa un doloroso sarpullido con ampollas, luego el sarpullido se forma una costra y desaparece pero el dolor no. Es... Los-los nervios continúan estando de... Inflamados por un cierto período de tiempo. Pueden ser meses o incluso años, y puede ser bastante debilitante para las personas. Y nuevamente, esto aumenta a medida que las personas envejecen. Um, y- y puede ser una condición increíblemente debilitante.

Diane (08:10):

¿Y eso es diferente del dolor fantasma? Escuchas mucho sobre un dolor fantasma. Algún tiempo. ¿Sería eso... Pero en realidad, esto es parte del.... del, ¿un daño en los nervios? ¿Eso es por... la culebrilla? ¿Está bien?

Dr. Welch (08:24):

Así que es un dolor fantasma.

Diane (08:25):

¿Está? Bueno.

Dr. Welch (08:26):

Solo solo-

Diane (08:27):

Bueno.

Dr. Welch (08:27):

... Como usted está diciendo.

Diane (08:28):

Sí.

Dr. Welch (08:28):

Cuando... cuando miran los nervios, los nervios están perfectamente sanos. Um, son señales continuas de esos nervios a su cerebro de que tiene un dolor intenso a pesar de que la culebrilla desapareció, a veces hace mucho tiempo.

Diane (08:43):

¿Cuánto tiempo puede tener culebrilla? Quiero decir, ¿cuánto tiempo es ... ¿Cuánto tiempo tienes que lidiar con eso?

Dr. Welch (08:48):

Entonces, las tejas...

Diane (08:48):

UH Huh.

Dr. Welch (08:49):

Sólo dura entre siete y 10 días.

Diane (08:51):

Ah, okey.

Dr. Welch (08:53):

Pero la neuralgia posherpética puede durar años.

Diane (08:56):

¿En serio?

Dr. Welch (08:58):

Uh, meses a años. Sí.

Clay (08:58):

Guau. Has hablado sobre la rareza del herpes zóster. ¿Con qué facilidad se puede propagar?

Dr. Welch (09:05):

No es muy fácil.

Clay (09:06):

Bueno.

Dr. Welch (09:06):

Pero, pero déjame decirte por qué es eso. Um, no puedes darle herpes zóster a otra persona. Recuerde, la culebrilla proviene de un virus que ya está en su cuerpo. Sin embargo, si no ha tenido varicela y nunca se ha vacunado contra la varicela, alguien con culebrilla podría contagiarle la varicela.

Clay (09:26):

UH oh.

Dr. Welch (09:27):

Entonces estaría preparado para tener herpes zóster más adelante en su vida, eh, eh, por contraer varicela.

Diane (09:33):

Espéralo con ansias, Clay.

Dr. Welch (09:33):

Pero de nuevo, no puedes-

Diane (09:33):

(Risas).

Clay (09:34):

[inaudible 00:09:34].

Dr. Welch (09:36):

Sí. (Risas). Su-

Clay (09:36):

Gracias, gracias, gracias Doc, se lo agradezco.

Dr. Welch (09:37):

Sí (risas).

Clay (09:38):

Me alegro de haber ofrecido esa información.

Dr. Welch (09:40):

Sí (risas).

Clay (09:40):

Eh, (risas)...

Dr. Welch (09:42):

Ahora ahí... Sin embargo, tengo una solución para ti.

Clay (09:44):

Bueno.

Dr. Welch (09:46):

Sí, ponte la vacuna contra la culebrilla.

Clay (09:48):

Oh, no te preocupes por eso (risas).

Diane (09:49):

(Risas). Sí. Sabe, Dr. Welch, he tenido amigos que han tenido culebrilla y dijeron que es el peor dolor que han tenido que soportar. Y estos son, ya sabes, estas son personas... Una era una compañera de trabajo, y eso incluía el parto cuando hablaba del peor dolor...

Clay (10:07):

Guau.

Diane (10:07):

... Con culebrilla. Y luego otro compañero de trabajo dijo: "Diane, saldría y me quitaría la camisa..." Fue en verano. "Quítame la camisa y solo trata de refrescarme... Enfriar mi cuerpo. El... O... Incluso el viento", dijo, irritando su piel. Él dijo: "No le deseo esto a nadie". Él dijo: "Fue realmente malo".

Dr. Welch (10:28):

Sí. Yo-es-es realmente, realmente desafortunado. Muy doloroso y, afortunadamente, ahora en su mayoría prevenible.

Clay (10:35):

Bueno, usted se refirió a la vacuna. ¿Cuándo se creó por primera vez?

Dr. Welch (10:41):

Bueno. Así que vamos a hablar brevemente sobre... uh, uh, y una vacuna más antigua que ya no se usa...

Clay (10:46):

Bueno.

Dr. Welch (10:47):

... En los Estados Unidos llamado Zostavax. Y esa fue una vacuna de virus vivo que comenzó en 2005 pero se suspendió en 2020.

Clay (10:58):

Bueno.

Dr. Welch (10:58):

Y esa fue una sola inyección que recibió para personas mayores de 50 años o personas mayores de 19 años con condiciones inmunológicas, eh, eh, que estaban en riesgo de herpes zóster. Ahora, hay una vacuna más nueva llamada Shingrix que es una vacuna de dos dosis, pero el tecnicismo con la vacuna anterior es que era un virus vivo... vacuna. Así que no querrías dárselo a personas con problemas del sistema inmunológico. Y como ya he descrito, las personas con problemas del sistema inmunitario tienen una alta probabilidad de contraer culebrilla. Entonces, la vacuna realmente no funcionó en el mismo grupo de personas que realmente la necesitaban. Así que con la vacuna más nueva, Shingrix, se llama... vacuna recombinante a-adyuvante. Y todo lo que eso significa es que tomaron algunas de las proteínas en el exterior del virus que su cuerpo puede reconocer y agregaron una pequeña otra proteína que a su cuerpo realmente no le gusta y simplemente le inyectaron esas dos cosas. Ahora, esta vacuna, Shingrix, obtienes tus dos dosis, y las recibes con dos a seis meses de diferencia, y es una vacuna muy, muy efectiva para prevenir el herpes zóster.

Diane (12:15):

Tengo que decirle, Dr. Welch, he tenido ambos. Tenía las dos vacunas. Obtuve el primero cuando mis compañeros de trabajo... Quiero decir, estaba aterrorizado.

Clay (12:24):

Mm-hmm.

Diane (12:24):

Cuando... Luego, a- y luego, por supuesto, mi cerebro comienza a funcionar. Cada vez que tenía que rascarme ... me picaba y me rascaba , "Dios mío, Dios mío. Es culebrilla". Y no fue-

Clay (12:31):

Mm-hmm.

Diane (12:31):

... Pero eso llevó mi trasero al médico para obtener la primera vacuna. Y luego algunos años más tarde con el Shingrix... por supuesto, eso fue, como dijiste, las dos- las dos dosis. Y fue... Quiero decir que salió, tal vez a principios de 2017, '18, en algún lugar de ese vecindario. Y al principio, era difícil de encontrar.

Clay (12:52):

Eh.

Diane (12:52):

Así que recuerdo, llamé a mi médico y me dijeron: "Tienes que conseguir un", ya sabes, "Ir a", ya sabes, "A tu", eh, "A una farmacia-"

Clay (12:58):

UH Huh.

Diane (12:58):

"... A, ya sabes, Walgreens, CVS, o donde sea". Entonces, Dios los ame , creo que la gente de Walgreens pensó que los estaba acosando.

Clay (13:05):

(Risas).

Diane (13:05):

Literalmente, iría allí (risas) al farmacéutico y obtendría mi primera dosis.

Clay (13:10):

¿Entonces te lo dieron allí?

Diane (13:11):

Sí. Allí me lo dieron. Recibí mi primera dosis allí, pero nuevamente, tiene que ser... La segunda dosis debe administrarse dentro de un período de tiempo determinado. Y estaba aterrizado de no poder recibir mi segunda dosis en el tiempo asignado. Así que iría todas las semanas. Y finalmente, dijeron: "Señorita Deaton, tenemos una oportunidad para usted". Y estaban tan felices de deshacerse de mí-

Clay (13:33):

Sí.

Dr. Welch (13:33):

(Risas).

Diane (13:33):

... Y estaba tan feliz de recibirla, y terminé con eso, pero tengo que decirle, Dr. Welch, fue esa segunda vacuna contra la culebrilla, o la inyección... Me enfermó tanto con eso una. Y ese fue un poco mi punto de referencia-

Clay (13:47):

Mm-hmm.

Diane (13:47):

... En cuanto a la vacuna de COVID, a ver qué tan enfermo estaría por eso, porque nunca he tenido una reacción de ningún tipo ... con ninguna vacuna hasta que tuve esa segunda.

Clay (13:56):

Tu-tuviste-

Diane (13:56):

Pero-

Clay (13:56):

... ¿Una reacción a la vacuna COVID?

Diane (13:58):

Tengo sí. La segunda- la segunda vacuna-

Clay (14:00):

Bueno.

Diane (14:00):

... Hice. Pero no estaba tan enfermo con el COVID como lo estaba con el herpes zóster. Pero, yo sabía lo que era.

Clay (14:05):

Sí.

Diane (14:06):

Yo sabía lo que era. Y yo estaba... Estaba bien. Me alegré de tenerlo.

Clay (14:09):

Sí.

Diane (14:09):

Pero mi pregunta después de eso yo... (risas) después de todo eso-

Clay (14:12):

Por supuesto.

Diane (14:12):

... Sí ... Para divagar un momento, ¿qué tan importante es obtener la vacuna Shingrix, en esa cantidad asignada, en esa cantidad de tiempo asignada, dentro de los seis meses? ¿Qué pasa si esperas o te olvidas y pasan más de seis meses desde el primero? ¿Tienes que empezar el proceso de nuevo?

Dr. Welch (14:32):

Entonces, en realidad voy a responder dos preguntas allí.

Diane (14:35):

Bueno.

Dr. Welch (14:35):

Y la primera es, para aquellas personas que recibieron Zostavax, al igual que tú:

Diane (14:39):

Bueno. Derecha. Sí.

Dr. Welch (14:40):

... Y la recomendación es, sí, hazte una serie de inyecciones de Shingrix. Y la razón de eso es que Zostavax fue una muy buena vacuna. Previno el herpes zóster en aproximadamente el 70% de las personas. Sin embargo, Shingrix en adultos saludables puede tener una efectividad del 95 al 99 %. Entonces, la respuesta a la primera pregunta es sí, incluso si ha tenido Zostavax, queremos que se vacune con Shingrix.

Dr. Welch (15:10):

Y luego, uh, la- la segunda parte de eso. Si ha tomado su primera dosis-

Diane (15:16):

Sí.

Dr. Welch (15:17):

... Le recomendamos que reciba su segunda dosis entre dos y seis meses después de su primera dosis. Sin embargo, si pierde ese intervalo de seis meses, no tiene que volver atrás y empezar de nuevo.

Diane (15:30):

Así que no lo haces.

Dr. Welch (15:30):

Te queremos-

Diane (15:31):

Bueno. Bueno.

Dr. Welch (15:31):

Sí.

Clay (15:32):

Sí.

Dr. Welch (15:32):

Para ir entre dos y seis meses, pero no hay que repetir. Por lo tanto, si pierde esa ventana de seis meses, programe una cita, Shingrix ahora está ampliamente disponible .

Diane (15:42):

Derecha.

Dr. Welch (15:42):

... Ve por esa segunda dosis.

Diane (15:44):

Derecha.

Dr. Welch (15:44):

Y lo interesante de sus efectos secundarios en eso es que algunas personas reaccionan a la primera dosis y no a la segunda, algunas personas reaccionan a ambas y luego algunas personas reaccionan a la segunda. Pero recuerde, esos dos o tres días en los que no se siente bien, tal vez con malestar estomacal y dolor de cabeza, y tal vez algunos escalofríos, dos o tres días de incomodidad es mucho mejor que meses o incluso años.

Diane (16:09):

Vaya.

Dr. Welch (16:09):

... De neuralgia post-herpética.

Diane (16:10):

Oh-oh amén. Estoy de acuerdo con eso. Y sabes, la cosa es que solo estuve realmente enferma al día siguiente, a la mañana siguiente... Mi... Como, medio día. Pero yo sabía lo que era-

Clay (16:19):

Derecha.

Diane (16:19):

... Y después de que... Ya sabes, fui a trabajar, y yo... Porque no esperaba nada. Y luego... me sentí como si me hubiera atropellado un camión. Quiero decir, fue realmente (risas) así de significativo.

Clay (16:29):

Guau.

Diane (16:29):

Pero de nuevo, sabía lo que era. Y luego, cuando se hizo, se hizo. Se terminó.

Clay (16:33):

Mm.

Diane (16:33):

¿Sabes? Y yo estaba tan contento-

Dr. Welch (16:36):

Bueno, tu-

Clay (16:36):

(Risas).

Diane (16:37):

... Porque no quería tener que hacer el [inaudible 00:16:37] -

Dr. Welch (16:37):

Y tú- tú - ciertamente sabes que tu cuerpo tenía un saludable-

Diane (16:39):

Vaya-

Dr. Welch (16:39):

... Reacción inmune al disparo-

Diane (16:40):

... Mi cuerpo. Sí (risas).

Dr. Welch (16:40):

... Cual es-

Diane (16:40):

Sí.

Dr. Welch (16:40):

... Lo que nosotros queremos.

Diane (16:43):

Sí. Sí.

Clay (16:44):

Entonces, a propósito de lo que, eh, Diane estaba hablando, para las personas que no lo han tenido, A, creo que lo que entiendo ahora es que es más fácil conseguir...

Diane (16:53):

Sí.

Clay (16:53):

... De lo que era en aquel entonces cuando el herpes zoster-

Diane (16:55):

Recién salió por primera vez. Sí.

Clay (16:57):

Cuando salió por primera vez-

Diane (16:57):

Sí. Mm-hmm.

Clay (16:57):

... Y te tomaste los dos tragos en la farmacia.

Diane (17:01):

Hice. Sí. Sí.

Clay (17:01):

No tenía que ir a ver a su médico de atención primaria.

Diane (17:03):

Ahora, así era entonces. Supongo que sigue siendo el mismo.

Clay (17:06):

¿Es lo mismo ahora, Doc?

Dr. Welch (17:07):

Absolutamente sí. Cualquier farmacéutico en el estado de Luisiana que tenga cierto certificado puede darle una vacuna Shingrix.

Clay (17:15):

Entonces, ¿cuál es el proceso? ¿Simplemente llama a su farmacéutico local y les pregunta, eh, sobre cómo obtener la vacuna y luego hace una cita para ir y recibirla?

Diane (17:22):

O simplemente acecharlos. Su pareja hace eso-

Clay (17:23):

(Risas).

Diane (17:23):

(Risas) ¡Es fácil!

Dr. Welch (17:26):

(Risas). Sí. Entonces, uh, especialmente con ellos dando vacunas COVID, siempre recomiendo llamar antes. Um, su médico de atención primaria puede tenerlo, una farmacia puede tenerlo, una salud pública tiene ... Unidad lo tendrá.

Clay (17:37):

Mm.

Dr. Welch (17:37):

Entonces, Shingrix está ampliamente disponible ahora.

Clay (17:41):

Es, eh, es interesante y, como dijiste, no es tan común como algunas de estas otras cosas de las que hemos oído hablar, pero tú no, esa es la cuestión, no escuchas mucho sobre culebrilla ahora como, supongo que con todo lo demás que está pasando. Um, eh, hable un poco sobre eso y por qué es tan importante que lo mantengamos en el radar de las personas.

Dr. Welch (18:00):

Sí. Lo- lo bueno es que ahora que los niños están vacunados contra... la varicela-

Clay (18:06):

Mm-hmm.

Dr. Welch (18:07):

... Existe un riesgo increíblemente reducido de que contraigan herpes zóster por el virus de la vacuna... que es de donde lo obtendrían, aunque sucede. Sin embargo, si contraen culebrilla después de haber sido vacunados y [inaudible 00:18:21], tiende a ser un caso muy leve de culebrilla. Um, entonces, uh, aunque la... estadística que olvidamos es que una de cada tres personas tendrá culebrilla en su vida. Y por supuesto, estas son personas de nuestra edad que nunca se vacunaron contra la varicela. Y entramos en esos grupos de mayor edad donde las personas probablemente tienen otras condiciones de salud. Entonces, si le da herpes zóster a alguien que está empezando a estar... Enfermo o con otras afecciones médicas, ese es solo un problema médico más que puede conducir al empeoramiento de otros problemas médicos. Y ciertamente, tener neuralgia posherpética...

Diane (19:05):

Mm.

Dr. Welch (19:05):

... Escuchamos historias todo el tiempo de personas que estaban trabajando hasta que obtuvieron esto y luego ya no pudieron trabajar. Hay gente que tiene hobbies y, eh, otros intereses, jugar al tenis, eh, yo- leí una historia sobre una mujer que era arpista, eh, que ya no puede hacer estas actividades después de sufrir una neuralgia posherpética. . Y ahí es cuando se supone que debes estar disfrutando de tu vida.

Diane (19:28):

Exactamente.

Dr. Welch (19:29):

Entonces, realmente queremos mantener esto en el radar de las personas, porque en realidad, esta vacuna tiene una efectividad de más del 90-95%.

Clay (19:38):

Sí.

Dr. Welch (19:38):

Eso es... ya sabes, uh, uh, una persona de cada 20 aún podría contraerlo, pero las otras 19 no, que lo hubieran recibido anteriormente.

Diane (19:48):

Sin embargo, ¿aún puede tener un caso leve de culebrilla incluso después de recibir la vacuna? Quiero decir, no es... Quiero decir, yo - todavía sucede. ¿Es eso correcto, Dr. Welch? O no.

Dr. Welch (19:59):

Tú- tienes razón, pero típicamente-

Diane (20:00):

Sí.

Dr. Welch (20:00):

... Si ha recibido la vacuna y le da culebrilla es un caso mucho más leve.

Diane (20:04):

Derecha. Derecha. ¿Hay alguien que no deba vacunarse?

Clay (20:08):

Mm.

Dr. Welch (20:09):

Absolutamente sí. Así que déjame guiarte a través de eso.

Diane (20:11):

bueno.

Dr. Welch (20:12):

Entonces, cualquiera que haya tenido una reacción alérgica a su primera dosis...

Diane (20:15):

Mm.

Dr. Welch (20:15):

De Shingrix no debe recibir otra dosis. Las mujeres embarazadas no deberían recibir una dosis de Shingrix. Y luego cualquier persona con inmunosupresión severa debe consultar con su médico antes de recibir Shingrix. Ahora, muchas de estas personas serán recomendadas, pero usted quiere estar bajo el cuidado de un médico especial en lugar de solo su farmacéutico.

Diane (20:36):

Derecha.

Dr. Welch (20:36):

... Si tiene condiciones inmunocomprometidas graves.

Clay (20:39):

Mencionaste antes, y quería... solo aclarar. Cuando hablé sobre algunas de las cosas que las personas no pudieron hacer después de haber tenido herpes zóster, ¿quiere decir que ya se hicieron? ¿El arpista no podría volver a hacer eso o la persona que juega al tenis? ¿Es esta una condición temporal después de haberla tenido o es algo que decías que ya no podían hacer?

Dr. Welch (21:03):

Entonces, es debido a la neuralgia posherpética.

Clay (21:06):

Bueno.

Dr. Welch (21:06):

El- el dolor y la inflamación... Justo como se describió antes. Es como si estuviera en llamas.

Barro (21:12):

Mm-hmm.

Dr. Welch (21:13):

Es un dolor ardiente que te acompaña todo el tiempo. Y así, las personas que antes disfrutaban de otras actividades ahora están consumidas por este dolor. A veces simplemente se consume con tratar el dolor, con, um, uh, ya sabes, tratando de hacer cosas para minimizarlo, y ya no, uh, ay, puede disfrutar de las cosas en su vida que hacía antes debido a esta enfermedad post-herpética neuralgia.

Diane (21:39):

¿Hemos hablado del tratamiento? Hemos-

Clay (21:41):

Sí.

Diane (21:41):

... ¿Hemos dicho algo en absoluto?

Clay (21:42):

Um-

Diane (21:42):

... Aproximadamente una vez que haces-

Clay (21:43):

UH Huh.

Diane (21:43):

... ¿Tiene herpes zoster? Sabes, sé que hay diferentes momentos en los que tengo un poco de esto o aquello, solo pongo calamina lo... La loción de calamina es como una cinta adhesiva.

Clay (21:51):

Oh sí.

Diane (21:51):

... En- en la vida. ¿Sabes?

Clay (21:51):

Sí.

Diane (21:52):

Se encarga de todo. Hay... ¿Cuáles son los tratamientos para la culebrilla, doctor?

Dr. Welch (21:58):

Por lo tanto, existen varios tratamientos para el herpes zóster. Los medicamentos antivirales más comunes, hielo... aciclovir, otros así. Obviamente, estos medicamentos deben tomarse como s... Cuanto antes... mejor.

Diane (22:12):

Mm-hmm.

Dr. Welch (22:12):

Por lo tanto, si sospecha que tiene culebrilla o que se está presentando, comuníquese con su médico de inmediato. Hay medicamentos antivirales que son útiles. Um, ahora, también dicen tomar un- un baño, ya sea con avena, avena triturada y-

Diane (22:28):

Mm-hmm.

Dr. Welch (22:28):

... Agua calmante, también hay loción de calamina que se puede tomar. Sin embargo, lo más importante que puede hacer si tiene una erupción de herpes zóster es asegurarse de que la erupción esté cubierta.

Clay (22:38):

Bueno.

Diane (22:38):

Oh, es-

Dr. Welch (22:38):

Porque ciertamente no quieres difundirlo-

Diane (22:39):

... Cubierto. Bueno.

Dr. Welch (22:39):

... A-

Diane (22:40):

Sí.

Dr. Welch (22:40):

... Una mujer embarazada -

Clay (22:41):

Mm. Mm-hmm.

Dr. Welch (22:41):

... A un niño, a alguien que no ha tenido varicela.

Clay (22:44):

Guau. Así que usted puede... Si se ha vacunado y ya ha tenido culebrilla y varicela, ¿podría volver a recibirla?

Dr. Welch (22:51):

La mayoría de las personas, la gran mayoría de las personas que contraen culebrilla solo la contraen una vez.

Diane (22:55):

Mm.

Dr. Welch (22:56):

Pero es posible conseguirlo de nuevo. Por lo tanto, recomendamos que incluso las personas que han tenido culebrilla se vacunen solo para evitar que se vuelvan a vacunar. Pero también, recuerde, digamos que tuvo culebrilla cuando tenía 50 años y se recuperó, si vuelve a tener culebrilla cuando tenga 75 años, es mucho más probable que sea más grave y cause neuralgia posherpética. Entonces, incluso si ha tenido culebrilla, le recomendamos que se vacune contra la culebrilla.

Diane (23:20):

Bueno. Entonces eso me lleva a mi pregunta. ¿Necesito conseguir un refuerzo? ¿Hay refuerzos por ahí? Qué... Ya sabes, porque obtuve ambos, ya sabes, el primero, luego el Shingrix, y... no fue... no fue hace tanto tiempo, pero ¿necesito obtener un refuerzo? ¿Necesitaré un refuerzo, Doc? Estoy muy, estoy bastante bien de salud.

Dr. Welch (23:38):

Sí.

Diane (23:38):

Yo no, eh, ya sabes. Estoy... muy bien de salud. Así que yo solo... simplemente no sabía cuál es el pensamiento, uh, sobre un... un refuerzo.

Dr. Welch (23:45):

No todavía.

Diane (23:46):

Bueno.

Dr. Welch (23:47):

Pero-

Diane (23:47):

(Risas).

Dr. Welch (23:47):

... Déjame caminar contigo-

Diane (23:47):

Sí. Bueno.

Dr. Welch (23:47):

... A través de eso.

Diane (23:48):

Bueno.

Dr. Welch (23:48):

Entonces (risas), los únicos datos médicos que tenemos se basan en el hecho de que lo hemos estado usando desde 2018.

Diane (23:57):

Bueno. No tan largo. Sí.

Dr. Welch (23:57):

Pero lo que sabemos hasta ahora es que es muy, muy efectivo durante cuatro años.

Diane (24:03):

Bueno. (Risas).

Dr. Welch (24:03):

Al menos.

Clay (24:07):

Bueno.

Dr. Welch (24:08):

Entonces ellos son-

Diane (24:08):

Así que estoy [inaudible 00:24:08]

Dr. Welch (24:08):

... haciendo estudios como nosotros-

Diane (24:08):

... La marca de cuatro años.

Dr. Welch (24:08):

... Nosotros-

Diane (24:08):

Bueno. Gracias.

Dr. Welch (24:08):

(Risas).

Diane (24:08):

(Risas).

Clay (24:09):

¿Ver? No soy el único que se asusta-

Diane (24:11):

Si, vale. (Risas).

Clay (24:11):

... En este podcast de hoy. Así que aquí hay una pregunta. Digamos que tienes, tuviste varicela, luego te vacunaron, pero no has tenido culebrilla. ¿Cuál es la probabilidad de que le dé culebrilla i ... ahora que está vacunado?

Dr. Welch (24:26):

Entonces d... Uh, s... Supongo que quiere decir que se vacunó...

Clay (24:29):

Así que no lo has hecho, tú... has tenido...

Dr. Welch (24:30):

Con la vacuna contra la culebrilla.

Clay (24:30):

... La varicela antes-

Dr. Welch (24:30):

Vaya.

Clay (24:31):

... Recibió la vacuna contra la culebrilla y aún no ha tenido culebrilla. Um, ¿cuál es la probabilidad de que lo consigas?

Dr. Welch (24:37):

Muy improbable.

Clay (24:38):

Bueno.

Dr. Welch (24:39):

Uh, dependiendo de su estado de salud-

Clay (24:41):

(Risas).

Dr. Welch (24:41):

... Esta vacuna tiene una efectividad superior al 95-98%-

Clay (24:46):

Bueno.

Dr. Welch (24:46):

... En personas sanas.

Diane (24:47):

Sí.

Dr. Welch (24:47):

Es decir, en la vacuna... Yo... Lo siento. En las personas que habrían contraído culebrilla, protege a 98 de cada 100 personas.

Clay (24:55):

Guau.

Dr. Welch (24:55):

... De contraer culebrilla. Ahora, eso se reduce un poco para las personas que tienen condiciones inmunocomprometidas. A medida que envejeces, la eficacia de la vacuna se reduce a alrededor del 90 %, pero seguirá protegiendo a 90 de cada 100 personas, y aquellas personas que contraigan culebrilla serán un caso más débil.

Clay (25:13):

Y, eh, solo para nuestra audiencia que no puede vernos, Diane estaba levantando los puños...

Diane (25:17):

(Risas).

Clay (25:18):

... Como si acabara de ganar la Copa Stanley.

Diane (25:18):

Sí. Me encanta.

Clay (25:18):

Entonces (risas)-

Diane (25:21):

Entonces, está bien. Volvamos a mis cuatro años después (risas)... Llevo cuatro años, ¿vale? Entonces, ¿qué pasará después? ¿Doctora Welch? Sólo esperamos a ver si hay algo más... Pero ahora mismo estoy bien. Di que estoy bien. Di que estoy bien.

Dr. Welch (25:33):

Ab- absolutamente sí.

Clay (25:33):

(Risas).

Diane (25:34):

Di que estoy bien. Bueno. Bueno.

Dr. Welch (25:35):

Están- están haciendo estudios en personas y- y observando a personas que han recibido la vacuna contra la culebrilla-

Diane (25:41):

Sí.

Dr. Welch (25:41):

Y ver cuántas de esas personas tienen culebrilla. Ahora estamos viendo que brinda una muy buena protección de cuatro años, pero la única manera de saber si la protección disminuye es si pasa el tiempo.

Diane (25:52):

Entonces, si tengo herpes zóster, te llamo (risas) y te aviso.

Clay (25:54):

(Risas).

Diane (25:55):

... ¿Qué pasó después de cuatro años? Espero no tener que hacer nunca esa llamada, Dr. Welch, solo voy a decir.

Dr. Welch (25:59):

(Risas).

Diane (25:59):

Bueno. (Risas).

Clay (26:00):

Sabes, creo que de manera informativa, sin embargo, la forma en que lo has descrito...

Diane (26:04):

Mm.

Clay (26:04):

... El impacto que tiene en una persona, la - la viabilidad de - de, o la efectividad de la vacuna si la obtienes, lo- lo hace... Quiero decir, puedes entenderlo, lo hace realmente fácil de saber. Si te vacunas, te vacunas, es muy poco probable que tengas culebrilla si no la has tenido. Quiero decir,

es muy simple de entender. ¿Hay algo más sobre esto de lo que hemos hablado, que no has podido decir que queremos que la audiencia escuche?

Dr. Welch (26:31):

Solo, realmente simple, creo... que... Um, la única pregunta que recibo sobre el herpes zóster es, si un niño es vacunado contra la varicela, ¿qué probabilidades hay de que tenga herpes zóster o varicela más adelante en su vida?

Clay (26:51):

Bueno.

Dr. Welch (26:51):

Y, nuevamente, la vacuna contra la varicela es muy, muy efectiva, pero es posible contraer... varicela después de vacunarse, y es posible contraer culebrilla después de eso.

Clay (27:03):

Mm-hmm.

Dr. Welch (27:04):

Así que... Aunque la gran mayoría de los niños vacunados contra la varicela... nunca contraerán la culebrilla... recomendamos que se vacunen contra la culebrilla si están en riesgo solo para estar seguros.

Clay (27:19):

Guau. Fantástico.

Diane (27:21):

Y de nuevo, Dr. Welch, ¿usted decía eso antes de, qué, 1980? Eso aproximadamente, qué, 98, 99% de las personas en Estados Unidos tenían varicela. ¿Está bien?

Dr. Welch (27:34):

Estás en lo correcto.

Diane (27:34):

Sí. Así que fue bonito... Sabes, crecimos un poco ... Fue una enfermedad infantil.

Clay (27:39):

Mm-hmm.

Diane (27:39):

Y era bastante común. Y lo sé, no lo recuerdo, pero mi mamá, y... Sabes, mi mamá sí, lo tenía cuando era un bebé.

Clay (27:45):

Mm-hmm.

Diane (27:45):

Y, yo ... Ya sabes, simplemente, lo tenías, lo enfrentaste, lamento que nunca lo hayas hecho-

Clay (27:49):

Oh, no. Esta bien.

Diane (27:49):

... Clay, pero es (risas)-

Clay (27:50):

Es, uh, no, me voy a vaciar .

Diane (27:54):

Sí.

Clay (27:54):

Uh, Shingrix está en mi futuro.

Diane (27:54):

Eso... Sí.

Clay (27:54):

No te preocupes por eso.

Diane (27:54):

Tal vez este fin de semana, de hecho. Sí.

Clay (27:55):

Oh, tal vez esta tarde-

Diane (27:56):

(Risas).

Clay (27:56):

... Si puedo evitarlo.

Dr. Welch (27:56):

(Risas).

Diane (27:58):

Pero en cualquier caso, es solo una buena información para saber, eh, lo que fue en nuestro pasado...

Clay (28:03):

Mm-hmm.

Diane (28:03):

... Y ahora lo que está en nuestro futuro-

Clay (28:04):

Oh sí.

Diane (28:05):

... Y cómo podemos ayudarnos unos a otros. Y esto no es algo que venga en familias, Dr. Welch-

Clay (28:09):

Derecha.

Diane (28:09):

... Esto es sólo un... Algo que simplemente sucede.

Barro (28:11):

Pero ya sabes la m... La increíble-

Dr. Welch (28:12):

Estás en lo correcto.

Clay (28:13):

... Lo asombroso de dialogar sobre esto, y estoy seguro de que para la innumerable cantidad de personas que están escuchando-

Diane (28:17):

Sí.

Clay (28:18):

... No puedo ser la única persona en esa circunstancia-

Diane (28:21):

Absolutamente.

Barro (28:21):

... Así que mucha gente está escuchando esto diciendo, "Guau".

Diane (28:22):

Sí.

Clay (28:23):

Y es una cosa simple.

Diane (28:24):

Mm-hmm.

Clay (28:24):

Solo ve a vacunarte. Es por eso que esta conversación, estas conversaciones, son tan ricas en proteínas.

Diane (28:29):

Sí.

Clay (28:29):

... Porque hay información que te ayudará a evitar el dolor en el futuro. ¿Derecha? Y, uh, creo, Doc, que dialogar sobre estas cosas tiene una ventaja asimétrica, un gran valor para el público.

Dr. Welch (28:42):

Saben, eh, lo interesante de eso es que mis padres no recuerdan que haya tenido varicela, aunque, como todos ustedes han mencionado, cuando éramos niños, solían tener fiestas de varicela.

Clay (28:54):

Mm.

Diane (28:54):

Vaya.

Dr. Welch (28:54):

... Porque realmente querías que los niños tuvieran varicela-

Diane (28:56):

Derecha. Sí.

Dr. Welch (28:57):

... Tan joven como sea posible-

Clay (28:58):

Derecha.

Diane (28:58):

Mm-hmm.

Dr. Welch (28:59):

... Porque a medida que envejeces, la varicela empeora cada vez más. Pero nadie recuerda que haya tenido varicela, así que lo creas o no, no quiero presumir aquí, pero cuando recibí mi serie Shingrix, incluso olvidé que la tenía.

Clay (29:12):

Guau.

Dr. Welch (29:12):

Recibí la inyección un viernes y el lunes alguien me preguntó cómo estaba y no tuve absolutamente ningún problema.

Clay (29:20):

¿Qué tal eso, Diane?

Diane (29:20):

Uh, no, q-

Dr. Welch (29:21):

Asi que-

Diane (29:21):

De ninguna manera. Esperar.

Clay (29:21):

(Risas).

Diane (29:21):

Esperar.

Dr. Welch (29:22):

(Risas).

Diane (29:22):

¿Para los dos? ¿No tuviste ninguna reacción en absoluto?

Dr. Welch (29:23):

Para ambos.

Diane (29:23):

Oh, eso no es justo.

Clay (29:23):

(Risas).

Diane (29:23):

(Risas).

Dr. Welch (29:23):

(Risas).

Diane (29:23):

Oh, eso no es justo.

Dr. Welch (29:28):

Y- y tú- te preguntas, sin embargo-

Diane (29:29):

Sí.

Dr. Welch (29:29):

... Yo... ¿Era yo una de esas personas que no tenían varicela?

Diane (29:33):

Vaya.

Clay (29:36):

ah

Dr. Welch (29:36):

Asique-

Diane (29:36):

Ahora la luz se enciende.

Dr. Welch (29:36):

... No tengo ni idea.

Clay (29:36):

¿Ver?

Diane (29:37):

Sí. Sí.

Dr. Welch (29:37):

(Risas).

Diane (29:37):

Ahora la luz se enciende.

Dr. Welch (29:38):

Sí. N-No tengo idea. Pero [inaudible 00:29:40]-

Clay (29:40):

Y tampoco has tenido culebrilla, ¿verdad?

Dr. Welch (29:42):

Y no he tenido ni culebrilla ni varicela.

Diane (29:44):

Oh, buen trato.

Clay (29:44):

Así que podríamos estar en el mismo barco aquí, Doc.

Dr. Welch (29:47):

Sí. Entonces, su viaje por la vacuna puede ser bastante fácil si, si el mío es algo...

Clay (29:51):

Sí. [inaudible 00:29:51]-

Diane (29:51):

voy a sacar la lengua -

Dr. Welch (29:51):

... Cualquier indicación.

Diane (29:52):

... Ahora mismo, Clay.

Clay (29:54):

(Risas). Escucha, mi viaje de vacunas-

Diane (29:55):

(Risas).

Clay (29:57):

... Comenzará y terminará hoy. (Risas). No te preocupes por eso. (Risas).

Diane (29:59):

Buen negocio. Así que hablamos con Clay, estamos hablando con muchos otros oyentes.

Clay (30:02):

Eso es exa- eso exactamente correcto.

Diane (30:03):

... Entonces, es un- es un buen negocio. Su-

Clay (30:03):

(Risas).

Diane (30:04):

... Todo un buen trato. Dr. Welch, cualquier otra cosa mientras cerramos nuestro... Venga al último de nuestro podcast de hoy, ¿algo más que le gustaría mencionar?

Dr. Welch (30:10):

Uh, yo- Yo lo haría, en realidad. Sólo me gustaría compartir una historia personal. Um, mi madre tuvo culebrilla cuando tenía unos 76 años. Y, uh, ella estaba relativamente sana, todavía caminaba todos los días, ocasionalmente jugaba al golf. Um-

Diane (30:31):

Guau.

Dr. Welch (30:31):

... Pero después de esa experiencia, fue víctima de una neuralgia posherpética que la mantuvo con dolor todos los días por el resto de su vida.

Diane (30:41):

Dios mío

Dr. Welch (30:42):

Entonces, desafortunadamente-

Diane (30:43):

Lo siento mucho.

Dr. Welch (30:43):

... Mi madre... Uh, esto fue- esto fue un poco antes de la actual vacuna contra la culebrilla, y, uh, no pudo vacunarse, y solo quiero enfatizar a las personas antes de que suceda lo debilitante y que altera la vida, y un poco perjudicial para la calidad de vida... post-herpeje... La neuralgia herpética puede ser. Entonces, al recibir una sola serie de dos dosis de una vacuna que, sí, puede causarle dolor de cabeza y un poco... no muy agradable durante las 24 horas posteriores a ambas inyecciones, puede prevenir años de dolor. Así que realmente quiero enfatizar lo importante que es esto.

Diane (31:23):

Y sabes, eso es-

Clay (31:24):

Guau.

Diane (31:24):

... Un maravilloso ejemplo. Una vez más, gracias por compartir su vida personal, Dr. Welch. Pero muchas veces las personas escuchan el herpes zóster y se encogen de hombros.

Clay (31:32):

Sí.

Diane (31:32):

"Oh, no es gran cosa".

Clay (31:33):

Derecha.

Diane (31:33):

"No es la gran cosa." Gracias-

Clay (31:34):

Es un gran problema.

Diane (31:34):

... Porque puede ser un gran problema. Gracias.

Clay (31:37):

Bueno, apreciamos mucho, um, Dr. Welch, sus contribuciones para ayudar al público a comprender, y luego la motivación para ir y ser proactivo para que pueda evitar el impacto de la neuralgia posherpética, y lo que puede hacer, no solo a ti, pero estoy seguro de que los miembros de la familia que te rodean. Muchas gracias por acompañarnos en este episodio de Vax Matters.

Dr. Welch (31:57):

Gracias por tenerme.

Clay (31:58):

Así que gracias a todos por escuchar el programa de hoy. Esperamos que se una a nosotros la próxima vez para Vax Matters.