

L'HÉPATITE



CE QU'IL FAUT SAVOIR

Inspiré par et dédié à:
l'équipe des bénévoles de la clinique OASIS

Texte: Dre Diana Sylvestre,
Illustrations: Christopher McNeil

Traduction de l'anglais et adaptation
au contexte canadien:
Dr Louis-Christophe Juteau
et Dre Marie-Eve Morin

En collaboration avec:
Laurence Mersilian
Directrice de CAPAHC

Je tiens à ajouter un merci très
spécial au Dr Diana Sylvestre, pour
m'avoir permis de traduire et d'adapter
« Get the facts » pour le Québec et le
Canada. Merci pour cela et pour bien
plus encore.... Merci Chris pour ta
patience avec moi et tes superbes
graphiques. Merci pour l'excellent
travail des traducteurs.

- Laurence Mersilian

Qu'est-ce qu'on retrouve dans ce livre?

1. L'hépatite, qu'est-ce que c'est?
3. À quoi sert le foie?
4. Où se trouve le foie?
6. Qu'est-ce qu'une cirrhose?
7. Comment contracte-t-on l'hépatite C?

10. Existe t-il un traitement?
11. Ma famille et mes amis doivent-ils s'inquiéter?
14. Qu'en est-il des relations sexuelles?
15. Combien de personnes ont l'hépatite C?
16. Combien de temps me reste t-il à vivre?
17. Qu'est-ce qui aggrave l'hépatite C?
19. Tout le monde a t-il besoin d'un traitement?
20. Quels sont les symptômes?

21. Je me sens bien. Est-ce que ça veut dire que mon foie n'est pas atteint?
22. Mes tests de sang sont normaux. Dois-je oublier l'infection?
23. On m'a dit que j'avais l'hépatite A, B et C...
25. Comment savoir si j'ai l'hépatite C?
27. Qu'est-ce que l'ARN viral?
29. Qu'est-ce qu'un génotype?

31. Comment savoir si mon foie est abîmé?
32. La biopsie du foie?
33. À quoi ressemble le traitement?
34. Comment savoir si le traitement fonctionne?
36. J'ai entendu dire qu'il existe de nouveaux traitements pour l'hépatite C.
37. Comment fonctionnent les inhibiteurs de protéases?
38. Est-ce que l'hépatite C peut se guérir?



L'hépatite, qu'est-ce que c'est?

"Hépa"

veut dire

foie

"ite"

veut dire

inflammation



Donc, "hépatite" veut simplement dire

INFLAMMATION du **FOIE**. Tout comme "appendicite"

veut dire inflammation de l'appendice.

Il existe plus de 100 causes d'hépatites, mais l'alcool et l'obésité sont fréquemment en cause au Canada.



Si l'hépatite est causée par un virus, on parle alors d'hépatite virale et on lui donne une lettre comme l'hépatite A, B ou C.

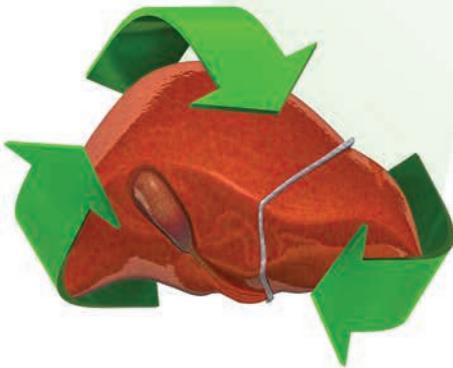
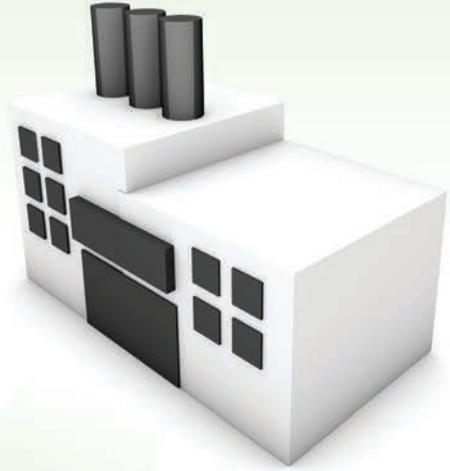


À quoi sert le foie?

Le foie est une usine dans le corps humain.

Il fabrique des protéines importantes pour ton corps, comme celles qui font coaguler le sang.

Il recycle d'importantes substances telles que l'hémoglobine.



Et il débarasse ton corps des toxines.

Où se trouve le foie?

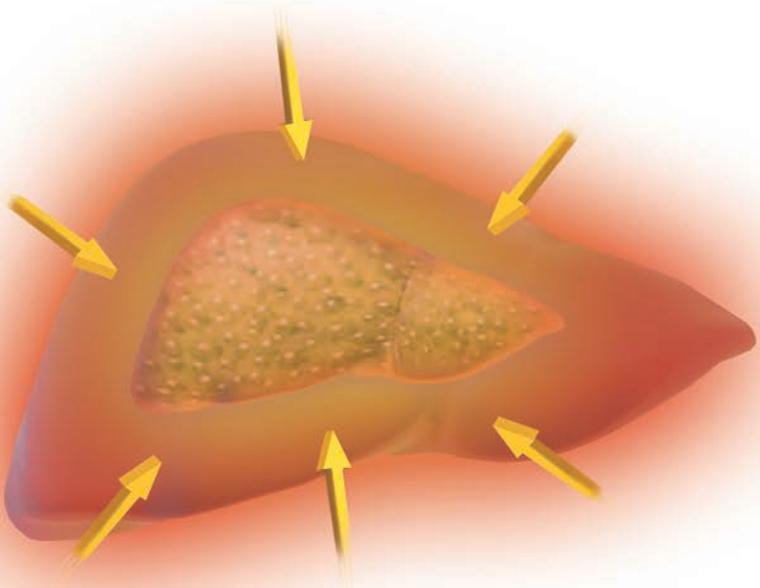
Le **foie** se trouve sous les côtes, du côté droit de ton ventre.

Il a environ la taille d'un ballon de football.



La rate, est le coéquipier du foie, elle est située de l'autre côté de l'estomac, en haut à gauche de ton ventre.

Certaines personnes avec l'hépatite C peuvent avoir le foie enflé et sensible, mais ça n'arrive pas à tout le monde.



Le foie devient plus gros lorsqu'il est inflammé, mais s'il est très abîmé, alors il rapetisse et durci.

Qu'est-ce qu'une cirrhose?

Le mot cirrhose est le terme médical qui indique la présence de cicatrices dans le foie.

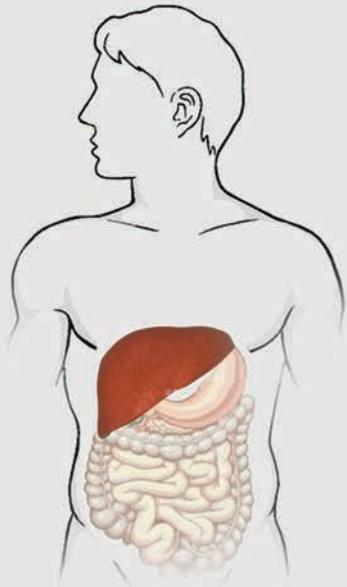
À l'inverse d'un foie en santé qui est lisse et rouge, un foie avec une cirrhose est dur, jaunâtre et avec des bosses.



Lorsque la majorité du foie est remplacé par des cicatrices, il ressemble à du caoutchouc! Donc les personnes avec une cirrhose peuvent tomber malade, car il reste moins de foie en santé pour faire le travail. Si tu as seulement un peu de cicatrices dans ton foie on appelle ça la **FIBROSE**.

Si tu te fais traiter rapidement, les dommages au foie pourront disparaître.

Le foie peut se régénérer!



Comment contracte-t-on
l'hépatite C?

SEULEMENT

par un contact avec du

SANG!



Environ 60 personnes sur 100 se sont infectées avec
des **SERINGUES** souillées.



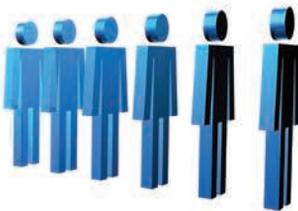
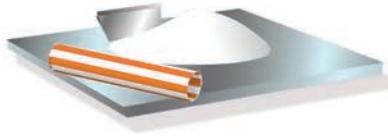
Environ 10 personnes
sur 100 ont été
infectées par des
**TRANSFUSIONS
SANGUINES.**



Les autres facteurs de risque sont les suivants:

Le partage de matériel de consommation de drogue, par exemple:

Les pailles pour sniffer
de la cocaïne
Les pipes à crack



Les relations sexuelles,
particulièrement si:

- Vous avez plusieurs partenaires
- Vous avez une ITSS
- Vous avez des pratiques sexuelles violentes

Le tatouage
Le piercing



La transmission
de la mère
à l'enfant



Malheureusement, au Canada,
nous ne connaissons pas
exactement le pourcentage
de chacun de ces risques.

Existe-t-il un traitement?

Oui!



Le traitement de l'hépatite C comprend une injection par semaine d'**INTERFERON**. Celui-ci aide ton corps à tuer le virus.

Et des comprimés quotidiens de **RIBAVIRINE**, qui aident l'interféron à faire son travail.



Le traitement dure habituellement de 6 à 12 mois.



Les personnes infectées par l'hépatite C de génotype 1 se feront prescrire de nouveaux médicaments appelés **INHIBITEURS DE PROTÉASES**. Ils sont pris en plus de l'**INTERFERON** et de la **RIBAVIRINE** et rendent le traitement encore plus efficace.

Ma famille et mes amis doivent-ils s'inquiéter?

BONNES NOUVELLES!

Il n'y a aucun danger à toucher, serrer la main,
donner un calin ou embrasser un membre de sa famille ou un ami.



De plus, tu peux partager **sans danger** ton verre,
tes ustensiles ou ton assiette



Fais attention au...

SANG

Si tu saignes, nettoie-le!
Mets toujours un pansement
sur tes blessures.

Ne PAS partager:

- Brosse à dents
 - Rasoir
 - Même le coupe-ongle
- ... pour être certain de ne pas transmettre l'infection.



Ne partage JAMAIS:

les aiguilles, les seringues,
les cotons, l'eau avec
laquelle tu rinces, la
cuillère ou le contenant
pour dissoudre ta drogue.

Fais attention à la paille ou aux billets pour "sniffer" ainsi qu'aux pipes à crack. Même si tu n'en vois pas, il peut y avoir assez de sang pour transmettre l'hépatite C.



Qu'en est-il des relations sexuelles?

Utilise des **CONDOMS** si tu as plus d'un partenaire sexuel

ou si tu n'es pas en couple stable.



Si vous êtes en couple depuis longtemps et que vous êtes fidèles, alors les risques de transmission sont très faibles!.



Si tu n'es pas certain, parles-en à ton partenaire.

SOIS PRUDENT!

Combien de personnes ont l'hépatite C? **BEAUCOUP!**

Au Canada, près de 250 000 personnes seraient infectées,
au Québec, 50 000 personnes.

Il y aurait environ 170 millions de cas à travers le monde.



Au Canada, il y a environ **7** cas d'hépatite C
chronique pour 1 seule infection au VIH.

Environ 1 personne sur 100 est présentement
infectée par le virus de l'hépatite C au Canada.

**Soyons francs:
Combien de temps me
reste-t-il à vivre?**



Pas de panique! Pour la plupart des gens, l'hépatite C ne cause pas beaucoup de problèmes avant plusieurs années.



Même après 20 ans, 1 seule personne sur 5 aura une cirrhose!

Qu'est-ce qui aggrave l'hépatite C?

L'ALCOOL

C'est vraiment dangereux pour ton foie.

Boire de l'alcool lorsqu'on a l'hépatite C

c'est comme mettre de l'huile sur le feu.



Il y a aussi d'autres choses qui peuvent augmenter les dommages causés par l'hépatite C:



VIH

HÉPATITE B



CIGARETTES

MARIJUANA



Va consulter régulièrement ton médecin

Tout le monde a t-il besoin d'un traitement?

NON

Plusieurs personnes vivent des années avec le VHC (virus de l'hépatite C) sans développer beaucoup de dommages au foie. La décision de commencer un traitement devra être prise par ton médecin et toi, ensemble.



Quels sont les symptômes de l'hépatite C?



Beaucoup de gens n'ont pas de symptômes, mais le plus commun est la **FATIGUE**.

Certains auront de la **FIÈVRE**
des douleurs musculaires
ou articulaires.



Des vomissements,
DES NAUSÉES, une
perte d'appétit ou des
troubles digestifs.

Tu peux avoir des symptômes très désagréables et quand même être en santé.

Je me sens bien! Est-ce que ça veut dire que mon foie n'est pas atteint?

Pas toujours. On **NE PEUT PAS ÉVALUER** l'atteinte
de ton foie en fonction de tes symptômes.



Certaines personnes développent une cirrhose provoquée
par le VHC, mais n'ont jamais eu de symptômes.
L'hépatite C peut être sournoise, ne prends pas de risque
et fais-toi tester!

Mes tests de sang sont normaux. Dois-je oublier l'infection?

Il est vrai que si les enzymes de ton foie sont normales, ton foie est probablement encore en santé. Mais tu peux avoir des résultats sanguins normaux même si tu es infecté par le virus de l'hépatite C.



**On m'a dit que j'avais l'hépatite A, B et C...
Maintenant j'ai vraiment peur!**

DU CALME.

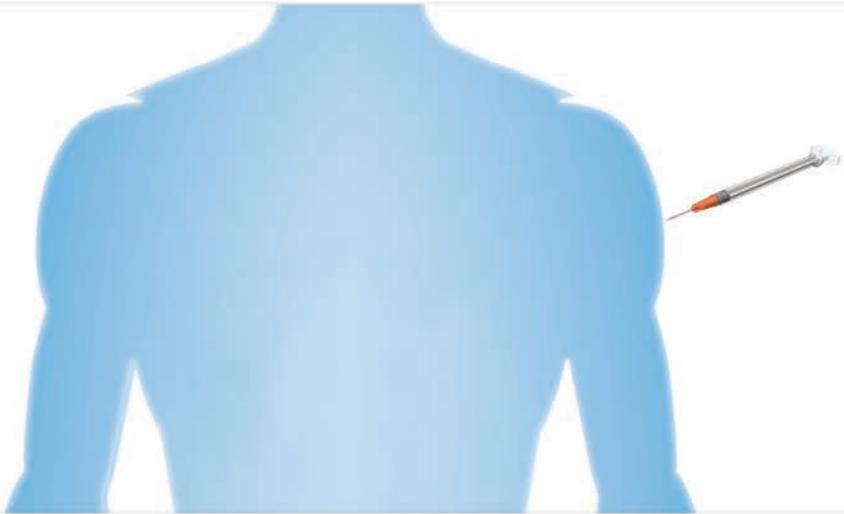
Beaucoup de personnes se font dire ça,
mais habituellement c'est faux!



On aurait plutôt dû te dire que tu as déjà été **EXPOSÉ** aux
trois virus. Donc, tu as sans doute été infecté ou vacciné
dans le passé, et tu as encore des anticorps
dans ton sang qui le prouvent.



Les tests sanguins peuvent rester **POSITIFS** longtemps après que l'infection ait disparu. La plupart des personnes ayant un test positif pour l'hépatite B n'est plus porteuse d'hépatite B. Elles ont été exposées ou vaccinées dans le passé. Demande à ton médecin pour être certain.



C'est important de connaître les résultats de tes tests d'hépatite A et B. **Si tu n'as jamais été infecté dans le passé, alors tu devrais te faire vacciner!**

Comment savoir si j'ai l'hépatite C?

Le test de **DÉPISTAGE** est une recherche des **ANTICORPS**,

Il tente de retrouver des traces de l'hépatite C dans ton sang. Si le test est positif, cela ne veut pas dire que tu as l'hépatite C, car tu pourrais t'en être débarrassé par toi-même!



Un test de recherche des **ANTICORPS** peut seulement te dire si le virus a déjà été dans ton corps, mais ne peut pas te dire si tu es infecté **MAINTENANT**.

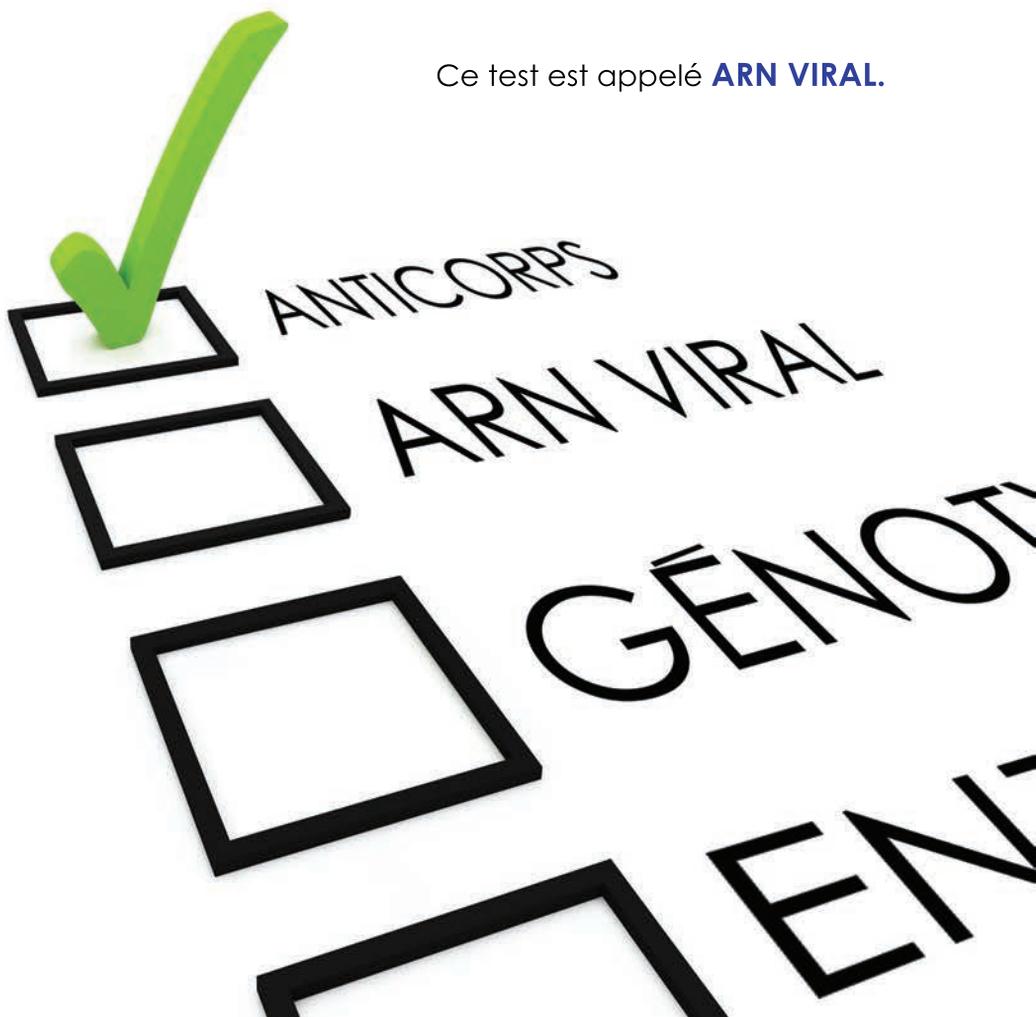
Environ **1** personne sur **4**

se débarrassera du virus par elle-même!

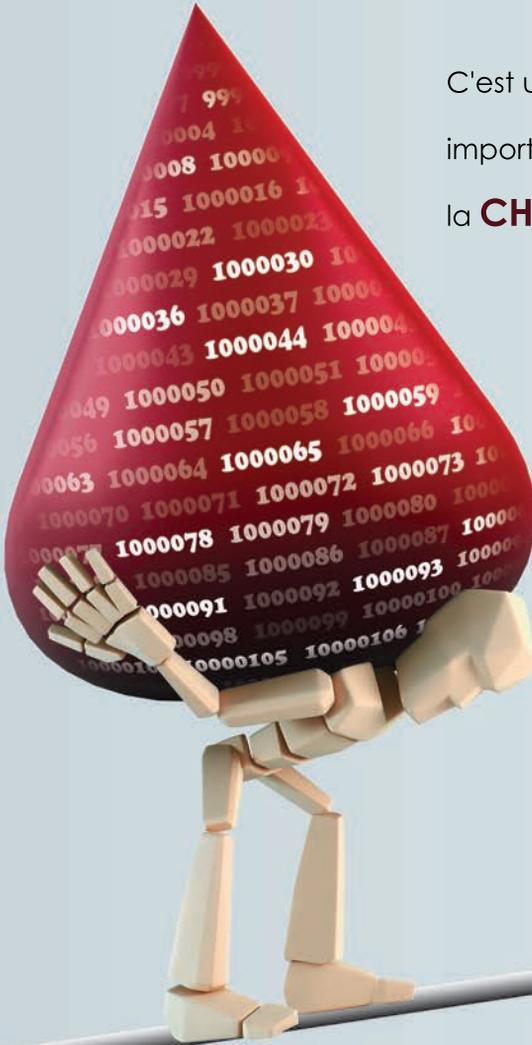
Pour elles le virus est parti! Elles n'ont donc pas l'hépatite C,
mais le test de dépistage restera positif.

Pour savoir si tu as vraiment l'hépatite C, tu dois
faire une deuxième prise de sang.

Ce test est appelé **ARN VIRAL**.



Qu'est-ce que l'ARN viral?



C'est un test sanguin très important qu'on appelle aussi la **CHARGE VIRALE**

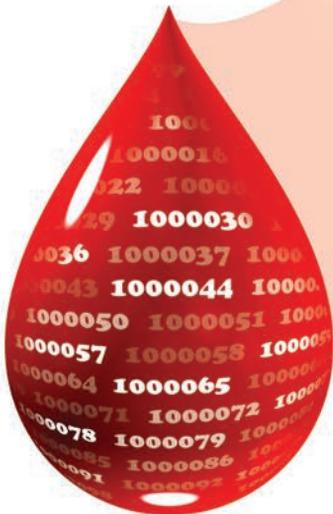
C'est le test qui te dit si tu a encore du virus dans ton sang
... ou si tu t'en es débarrassé.

Les personnes infectées ont souvent
des MILLIONS de virus dans leur sang,

NE T'AFFOLE PAS!

Un nombre élevé de virus dans le
sang ne veut pas dire qu'il y a
plus de dommage à ton foie.

Ne t'inquiète pas trop pour ça!



La charge virale se compte
souvent en million et
n'indique pas si ton foie est
abîmé ou non. Tu as besoin
d'un autre test pour le savoir.

Qu'est-ce qu'un génotype?

Une autre prise de sang sera nécessaire.

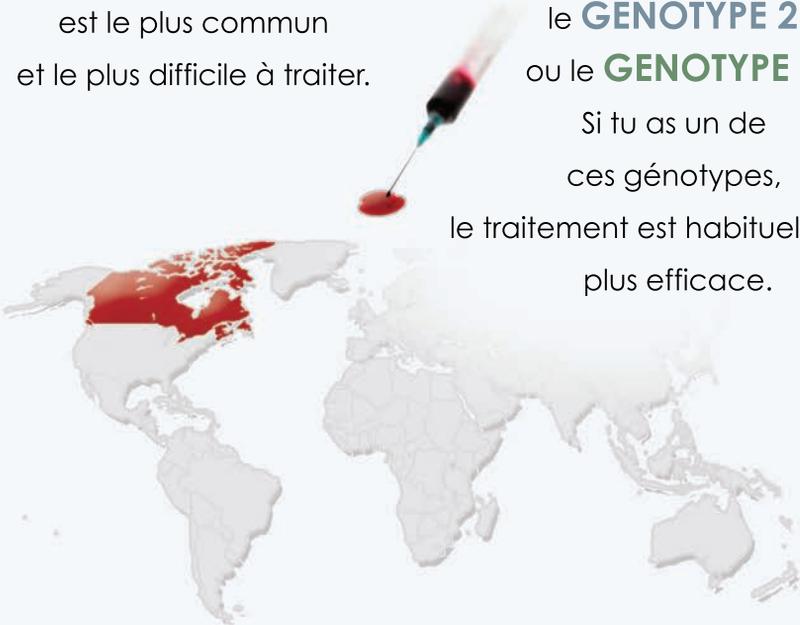
Les génotypes sont les différentes **sortes** de virus de l'hépatite C. Tous les génotypes ont le même effet sur le foie, mais certains sont plus faciles à traiter que d'autres.



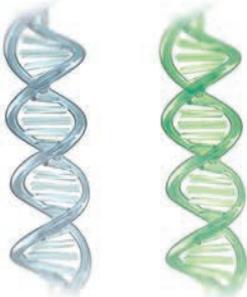
Au Canada, le **GENOTYPE 1** est le plus commun et le plus difficile à traiter.

Presque toutes les autres personnes infectées ont le **GENOTYPE 2** ou le **GENOTYPE 3**.

Si tu as un de ces génotypes, le traitement est habituellement plus efficace.



Le **GENOTYPE 1** nécessite de 6 à 12 mois de traitement. Avec les nouveaux médicaments, presque 3 personnes sur 4 se débarrasseront virus.



Le **GENOTYPE 2** et le **GENOTYPE 3** ont besoin de 6 mois de traitement seulement et environ 80% des gens traités seront guéris.



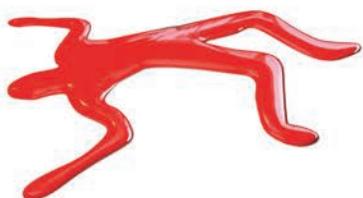
IMPORTANT:

TOUS les génotypes causent le même degré de dommage au foie.

Tu n'as pas plus de risque de développer une cirrhose que tu aies un génotype 1, 2 ou 3.

Comment savoir si mon foie est abîmé?

On ne peut pas toujours le savoir avec les prises de sang!



Les prises de sang nous donnent seulement une idée générale sur l'état de ton foie, mais ne nous permettent pas de savoir si tu as besoin d'un traitement.

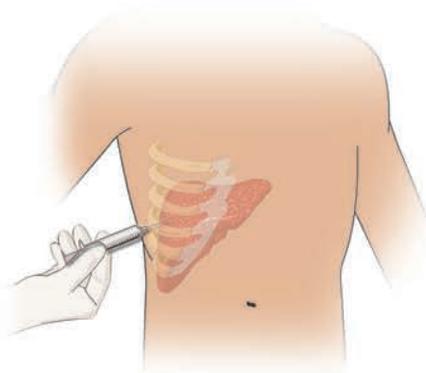
Et comme ces tests sont dans le sang et non directement sur le foie, ils peuvent parfois être trompeurs!



Avant, la biopsie était le seul moyen de le savoir. Maintenant, il existe aussi un test sans aiguille qui mesure l'élasticité de ton foie: le FibroScan®. Ça ressemble à une échographie et ne cause pas de douleur!

La biopsie du foie? Ouch!

Plus rarement, la biopsie est encore nécessaire pour différentes raisons.



Une biopsie du foie se fait en passant une aiguille à travers ta peau pour aller chercher un petit morceau de ton foie. La plupart des gens qui ont eu une biopsie ont trouvé l'examen moins pénible qu'ils ne l'imaginaient.

Ne t'en fais pas: ta peau sera gelée avant!

La biopsie elle-même ne prend que quelques minutes. La plupart des gens disent que la biopsie ne fait pas vraiment mal, mais que leur côté droit était sensible pour quelques jours. Le prélèvement sera examiné au microscope à la recherche d'inflammation et de cicatrices.



Rassure-toi, tout le monde n'en a pas besoin et la biopsie est de plus en plus rare au Canada grâce à la disponibilité grandissante du FibroScan®.

À quoi ressemble le traitement de l'hépatite C?



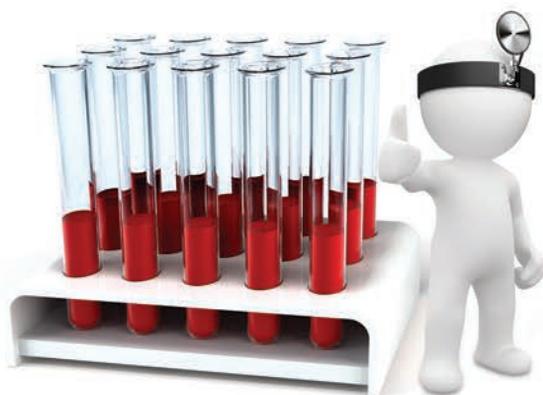
Le traitement peut être difficile, mais la majorité des gens le termine avec succès!



Beaucoup de gens ont des effets secondaires: ils se sentent grippés, fatigués et irritables. Ton médecin devra surveiller les globules rouges (anémie) et blancs dans ton sang et les symptômes de dépression pouvant être causés par l'interféron.

Comment savoir si le traitement fonctionne?

Ton médecin demandera régulièrement des prises de sang durant le traitement pour voir si tout fonctionne bien.



Cela prend de **1 à 3 MOIS** avant de savoir si le traitement fonctionne.



Si le virus ne répond pas, il est possible que le traitement soit arrêté plus tôt que prévu.

Mais si le virus répond bien, c'est encore plus important de faire le traitement jusqu'à la fin, parce que ça te donnera

LA MEILLEURE CHANCE

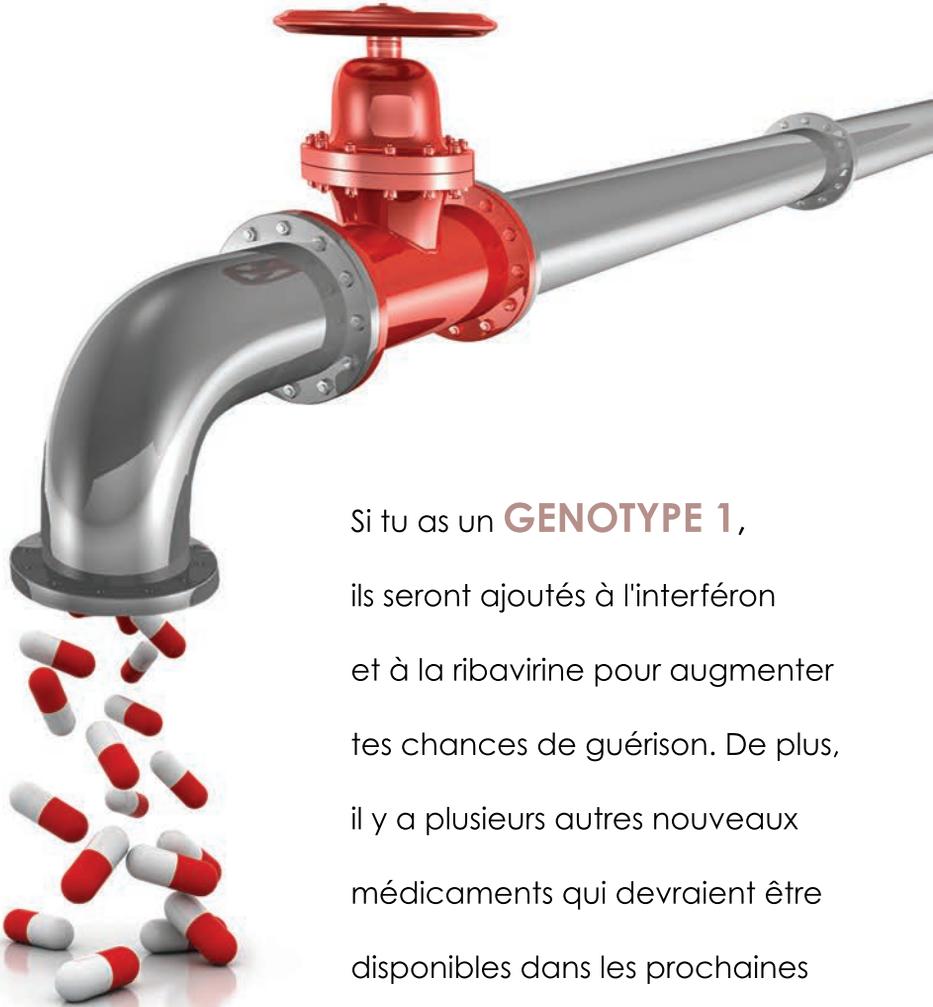
de t'en débarrasser pour de bon.



Même si tu ne te débarrasses pas complètement du virus, ton foie pourrait redevenir plus en santé, simplement en ayant fait le traitement.

J'ai entendu dire qu'il existe de nouveaux traitements pour l'hépatite C.

C'est vrai! Ce sont les **INHIBITEURS DE PROTÉASES**.



Si tu as un **GENOTYPE 1**, ils seront ajoutés à l'interféron et à la ribavirine pour augmenter tes chances de guérison. De plus, il y a plusieurs autres nouveaux médicaments qui devraient être disponibles dans les prochaines années!

Comment fonctionnent les inhibiteurs de protéases?

Ils sont très différents de l'**INTERFERON** et de la **RIBAVIRINE**.

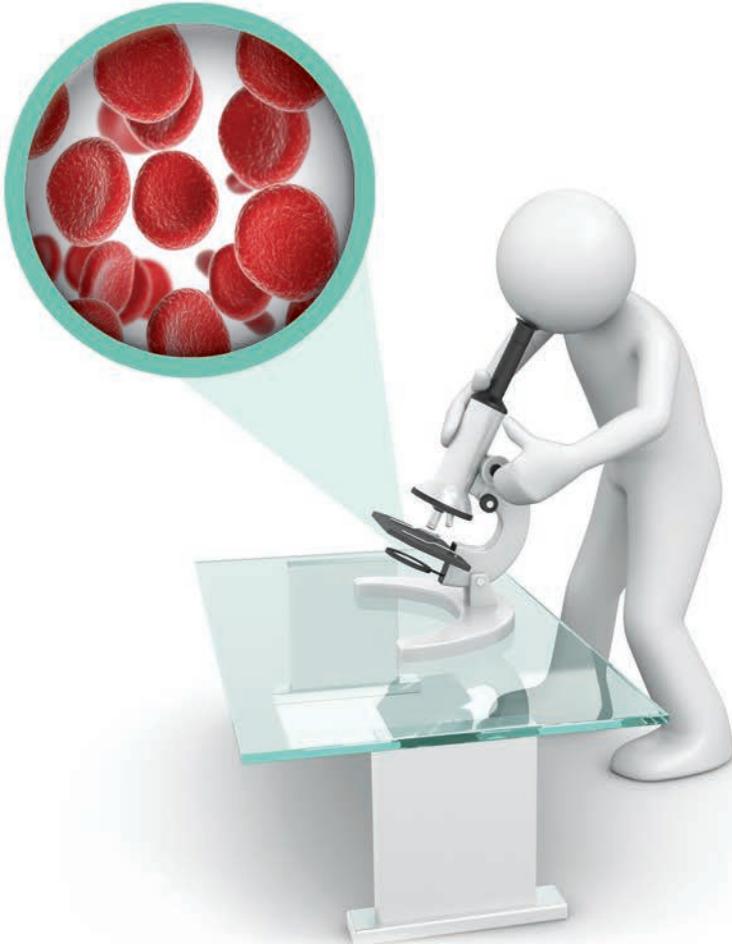


Ils ciblent spécifiquement le VHC, un peu comme fonctionnent les médicaments du VIH. Par contre, tu devras toujours les prendre aux heures prescrites, sinon ton virus pourrait devenir résistant!

Est-ce que l'hépatite C peut se guérir?

On pense que oui!

3 personnes sur 4 qui font un traitement contre l'hépatite C n'auront plus de virus dans le sang 6 mois après la fin de leur traitement. La majorité de ces personnes n'ont plus de virus, 10 ans plus tard.



Est-ce que le virus se cache?

PEUT-ÊTRE.

C'est de plus en plus clair qu'une fois guéri avec le traitement, le virus ne reviendra probablement jamais... À moins de se réinfecter. Le traitement n'est pas un vaccin, il ne te protège pas contre un nouveau virus de l'hépatite C.



A PUBLICATION OF



A NON-PROFIT ORGANIZATION

Centre Associatif Polyvalent d'Aide Hépatite C



Le centre d'aide aux personnes atteintes de l'hépatite C

Organization to Achieve Solutions in Substance-Abuse, Inc.
520 27th Street, Oakland, CA 94612 • www.oasisclinic.org
1.510.834.5442 • 1.800.282.1777

Centre Associatif Polyvalent d'Aide Hépatite C
5055 rue Rivard, Montréal Québec H2J 2N9
514-521-0444 • 1-866 522 0444
www.capahc.org • info@capahc.com