

L'HÉPATITE C

et votre foie

Faites-vous dépister.
Guérissez !



NYC[™]
Health



MÊME SI VOUS VOUS
SENTEZ EN BONNE
SANTÉ, **L'HÉPATITE C**
PEUT PROVOQUER
DES LÉSIONS DU
FOIE.

Votre foie contribue de diverses manières à vous maintenir en bonne santé. Il élimine les toxines de votre sang et aide à transformer les aliments en énergie.

L'hépatite est une inflammation du foie. Il existe différents types d'hépatites. **L'hépatite C** est causée par un virus qui infecte le foie. Le virus se transmet par le sang.

L'hépatite C peut entraîner de graves problèmes de santé :

- Lésions au foie
- Cirrhose
- Insuffisance hépatique
- Cancer du foie

L'hépatite C peut même entraîner la mort.



Symptômes

La majorité des personnes atteintes de l'hépatite C **n'ont pas** de symptômes et ne savent pas qu'elles sont infectées. Les symptômes peuvent mettre jusqu'à 30 ans pour se développer. Quand les symptômes apparaissent, ils sont souvent un signe d'une maladie avancée du foie.

Les symptômes et les signes de l'hépatite C peuvent inclure :

- Fièvre
- Fatigue
- Perte d'appétit
- Nausées
- Vomissements
- Douleurs abdominales
- Urines foncées
- Selles de couleur grise
- Douleurs articulaires
- Jaunisse

Si vous avez l'hépatite C, vous n'êtes pas un cas isolé.

Aux États-Unis, près de **4 millions** de personnes sont atteintes de l'hépatite C.

Dans la ville de New York, ce sont presque **150 000** personnes qui sont atteintes de l'hépatite C.

Apprenez-en davantage sur l'hépatite C
et prenez les meilleures décisions pour votre
santé : consultez nyc.gov/health/hepC

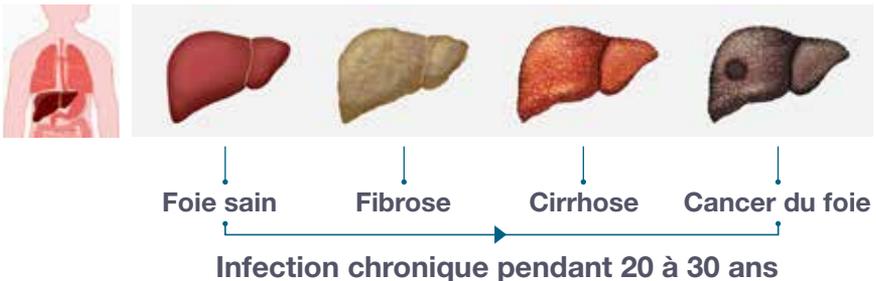
Phases de l'hépatite C

Hépatite C aiguë fait référence aux six premiers mois de l'infection.

- Certaines personnes infectées se débarrassent d'elles-mêmes de l'hépatite C en six mois.
- La plupart des personnes ne présentent pas de symptômes de l'hépatite C au stade aigu.

Hépatite C chronique fait référence à une infection à long terme.

- La plupart des personnes infectées par l'hépatite C développent une infection chronique.
- L'hépatite C chronique peut provoquer une inflammation et une cicatrisation du foie pouvant entraîner des lésions hépatiques modérées (fibrose) et graves (cirrhose).
- Les personnes atteintes de cirrhose courent un risque élevé d'insuffisance hépatique, de cancer du foie et même de décès.
- Les lésions au foie évoluent lentement, sur 20 à 30 ans.



L'hépatite C et les tests de santé hépatique

Votre prestataire de soins de santé peut réaliser certains tests pour confirmer que vous avez l'hépatite C ou déterminer l'effet de l'hépatite C sur votre santé :

Analyses sanguines

- **Test d'anticorps anti-hépatite C** : indique si vous avez déjà été infecté·e par le virus de l'hépatite C. Si ce test est positif, vous devrez passer un autre test (le test d'acide ribonucléique (ARN) de l'hépatite C) pour savoir si vous avez maintenant l'hépatite C.

- **Test d'ARN (charge virale) de l'hépatite C** : indique la quantité de virus de l'hépatite C présente dans votre sang (charge virale). Si ce test est positif, cela signifie que vous êtes actuellement infecté-e par l'hépatite C.

Si vous suivez un traitement contre l'hépatite C, votre ARN de l'hépatite C sera contrôlé pendant et après le traitement afin de déterminer si le traitement fonctionne. Si le traitement réussit, la charge virale tombera à zéro (indétectable) et y restera. Si votre charge virale est toujours indétectable 12 semaines après le traitement, vous obtiendrez une réponse virologique soutenue (RVS), ce qui signifie que vous êtes guéri-e. Vous avez besoin des résultats de cette dernière analyse de sang RVS pour confirmer votre guérison.

- **Test de génotype de l'hépatite C** : indique le type de virus de l'hépatite C dont vous êtes atteint-e. La connaissance de votre génotype aide votre prestataire de soins de santé à choisir le meilleur traitement pour vous.
- **Tests de la fonction hépatique (TFH)** : ils permettent de mesurer le fonctionnement du foie. Un résultat indiquant un niveau élevé peut signifier que vous êtes atteint-e d'une inflammation ou de lésions hépatiques.
- **Dépistage de fibrose hépatique**: vérifie l'importance des lésions du foie (fibrose).

FibroScan

Examen non invasif d'imagerie médicale qui permet de montrer les lésions du foie en donnant une image de la forme, de la taille ou de la rigidité du foie.

Biopsie du foie

Prélèvement d'une petite quantité de tissu sur le foie au moyen d'une aiguille. L'observation au microscope du tissu permet de déterminer si le foie est atteint de lésions ou d'une maladie.

Tests de dépistage du cancer du foie

Des analyses de sang ou des examens échographiques sont recommandés tous les six mois chez les personnes atteintes de cirrhose.

Faites-vous dépister ! C'est la seule façon de savoir si vous êtes atteint-e de l'hépatite C.

Si vous êtes atteint-e de l'hépatite C,



faites-vous traiter par un prestataire de soins de santé qui connaît bien l'hépatite C.

Consultez régulièrement votre prestataire de soins de santé pour vous assurer de rester en bonne santé.

Même si vous vous sentez bien, votre foie peut avoir des problèmes.

Votre prestataire de soins de santé vous aidera à prendre les meilleures décisions pour améliorer votre santé et protéger votre foie.

Traiter l'hépatite C pour guérir l'infection

La plupart des personnes atteintes de l'hépatite C peuvent être **guéries** en prenant des médicaments antiviraux pendant plusieurs mois. Être guéri-e signifie qu'aucun virus n'est retrouvé dans le sang quelques mois après la fin du traitement.

Grâce aux **nouveaux médicaments antiviraux contre l'hépatite C**, le traitement est désormais facile, court et **il guérit presque toutes les personnes atteintes de l'hépatite C, y compris celles séropositives et celles qui consomment activement de l'alcool ou des drogues.**

Traitement actuel de l'hépatite C

Dure généralement deux à trois mois

Souvent un seul comprimé par jour

Effets secondaires légers

Traitement à faible coût ou gratuit disponible

Traite tous les génotypes

Presque tous les patients peuvent être guéris.

Les médicaments contre l'hépatite C empêchent le virus de se répliquer, ce qui signifie **qu'il ne s'agit pas seulement d'une rémission, mais d'une guérison !**

Il n'existe pas de vaccin contre l'hépatite C ni d'immunité.

Même si vous êtes traité-e et guéri-e, vous pouvez toujours contracter à nouveau l'hépatite C. Prévenez la réinfection en vous protégeant de l'exposition au sang.

Protégez votre santé

Si vous avez l'hépatite C ou la cirrhose, il est plus sûr pour votre santé de ne pas boire du tout d'alcool.

L'alcool cause des dommages au foie. Éviter l'alcool est l'une des choses les plus importantes que vous puissiez faire pour protéger votre foie. Apprenez des astuces pour réduire votre consommation en consultant le site rethinkingdrinking.niaaa.nih.gov.

Si vous avez besoin d'aide pour réduire votre consommation d'alcool, parlez-en à votre médecin ou appelez le 311.

Demandez à votre prestataire de soins de santé avant de prendre des médicaments en vente libre, des médicaments naturels, des vitamines ou des suppléments.

Certains médicaments en vente libre, comme l'acétaminophène (Tylenol), les vitamines ou les suppléments tels que le fer, les plantes ou les « remèdes naturels » peuvent présenter un danger pour le foie. Dites à tous vos prestataires de soins de santé que vous avez une hépatite C, afin qu'ils puissent vous aider à éviter des médicaments pouvant endommager le foie.

Consommez une alimentation saine, pratiquez une activité physique et maintenez un poids sain.

Obtenez du soutien. Confiez vos sentiments à votre prestataire de soins de santé et à des personnes de confiance.

Envisagez de vous joindre à un groupe de soutien pour l'hépatite C, en personne ou en ligne. Pour obtenir davantage d'informations, consultez le site HepFree.nyc.

Si vous avez besoin d'aide pour gérer vos sentiments, parlez-en à votre médecin ou appelez le **311**.

Questions à poser à votre prestataire de santé

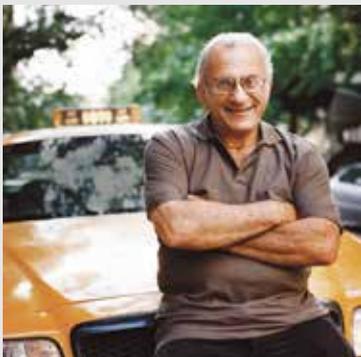
- Je souhaite subir un test de dépistage de l'hépatite C parce que je pense être à risque d'après la liste de la page 9. Pouvez-vous me tester pour l'hépatite C ?
- Comment lire les résultats de mon test ?
- Mon foie présente-t-il des lésions ? Si oui, à quel point ?
- Devrais-je me faire vacciner contre d'autres maladies comme l'hépatite A, l'hépatite B ou la grippe pour protéger ma santé ?
- Quels sont le meilleur poids, le meilleur régime alimentaire et la meilleure activité physique pour moi ?
- Quels sont les meilleurs soins pour mon hépatite C ?
- Puis-je prendre des médicaments (y compris des médicaments sans prescription), des plantes, des vitamines et des suppléments sans danger pour ma santé ?
- Je voudrais être traité-e pour guérir de l'hépatite C. Quelles sont les étapes à suivre ?
- Comment puis-je payer mon traitement contre l'hépatite C ?



Protéger les autres de l'hépatite C

Le virus de l'hépatite C peut vivre à l'extérieur du corps.

- **Si vous utilisez des drogues injectables, utilisez exclusivement du matériel ou des « accessoires » neufs ou stérilisés** (aiguilles, seringues, coton, coupelles, garrots, rasoirs, cutters, eau de rinçage, réchauds, pailles ou pipes).
- **Ne partagez pas des accessoires de toilette personnels**, tels qu'une brosse à dents, un rasoir, une aiguille, une lime à ongles, un coupe-ongle, des ciseaux à ongles ou un gant de toilette qui aurait pu entrer en contact avec votre sang.
- **Recouvrez d'un bandage les coupures et les plaies ouvertes** et veillez à ce que d'autres personnes ne touchent pas votre sang.
- **Ayez des pratiques sexuelles sans risque.** Si vous avez des partenaires sexuels multiples ou si vous avez le VIH ou une infection sexuellement transmissible (IST), utilisez toujours des préservatifs.
- **Nettoyez** les quelconques souillures de sang avec une solution d'eau de Javel (un volume d'eau de Javel pour neuf volumes d'eau).
- **Si vous êtes enceinte, parlez de l'hépatite C avec votre prestataire de soins de santé.** L'hépatite C peut être transmise de la mère au bébé pendant la grossesse ou l'accouchement.



Les contacts courants ne présentent aucun danger

Vous **ne pouvez pas** transmettre l'hépatite C en éternuant, toussant, par un baiser, un câlin, en serrant la main ou en parlant, ni en partageant des ustensiles, verres, aliments ou eau potable. Vous ne devez pas être exclu·e de votre travail, établissement scolaire, activité sportive ou de la garde d'enfants si vous êtes atteint·e de l'hépatite C.

Informations et ressources

**New York City Department of Health and Mental Hygiene
(Département de la santé et de l'hygiène mentale de la ville
de New York)**

Appelez le **311** ou consultez le site [**nyc.gov/health/hepC**](https://nyc.gov/health/hepC)

**Soins de l'hépatite C à faible coût dans les hôpitaux publics
de la ville de New York**

[**nyc.gov/hhc**](https://nyc.gov/hhc)

Trouver une assurance maladie

[**access.nyc.gov**](https://access.nyc.gov)

**Centers for Disease Control and Prevention (Centres de
contrôle et de prévention des maladies)**

[**cdc.gov/hepatitis**](https://cdc.gov/hepatitis)

American Liver Foundation (Fondation américaine du foie)

Assistance téléphonique pour l'hépatite C, recherche de
prestataires de soins de santé et groupe de soutien en ligne :
800 465 4837 ou [**liverfoundation.org**](https://liverfoundation.org)

**Harm Reduction Resources (Ressources sur la réduction
des risques)**

[**harmreduction.org**](https://harmreduction.org)

**NYC Hep C Task Force (Groupe de travail de la ville de
New York sur l'hépatite C)**

[**HepFree.nyc**](https://HepFree.nyc)

Évaluation des risques de l'hépatite C

- Êtes-vous né·e entre 1945 et 1965 ?
- Vous êtes-vous déjà injecté·e des drogues, des hormones, des stéroïdes, du silicone ou des produits cosmétiques - même si c'était il y a longtemps ?
- Avez-vous reçu une transfusion sanguine ou une greffe d'organe avant 1992 ?
- Êtes-vous séropositif·ve ?
- Êtes-vous né·e en Égypte, au Pakistan, en Russie ou dans l'ancienne République soviétique ?
- Avez-vous déjà inhalé (sniffé) des drogues ?
- Votre mère avait-elle l'hépatite C à votre naissance ?
- Vous êtes-vous déjà fait tatouer ou percer par une personne autre qu'un professionnel agréé ?
- Avez-vous eu des tests hépatiques anormaux ou vous a-t-on dit que vous aviez une maladie du foie ?
- Avez-vous déjà été sous dialyse à long terme ?
- Avez-vous déjà été exposé·e à du sang ou piqué·e par une aiguille au travail ?
- Avez-vous déjà été incarcéré·e ?
- Êtes-vous un homme qui a des rapports sexuels avec des hommes ?
- Avez-vous des rapports sexuels avec de multiples partenaires ?

Si vous avez répondu « oui » à l'une de ces questions, vous êtes à risque pour l'hépatite C. Parlez-en à votre prestataire de soins de santé, consultez [nyc.gov/health/hepC](https://www.nyc.gov/health/hepC) ou envoyez un courriel à hep@health.nyc.gov pour en savoir plus sur le dépistage.

Faites-vous dépister. Guérissez !

Faites-vous
dépister. Guérissez !