

L'ABC DE L'HÉPATITE

LES GESTES À FAIRE

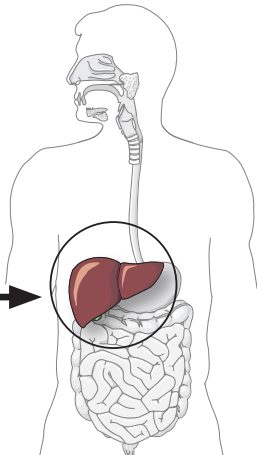


S'informer,
se protéger
et protéger
ses proches



QU'EST-CE QUE L'HÉPATITE B ?

- 1 C'est une infection causée par un virus.
- 2 Ce virus s'attaque au foie.
- 3 Le foie est un organe qui a plusieurs fonctions, dont celle de nettoyer le sang.



QUELS SONT LES SYMPTÔMES DE L'HÉPATITE B ?

- | | |
|---|--------------------|
| 1. Fatigue | 5. Selles pâles |
| 2. Douleurs musculaires ou articulaires | 6. Nausées |
| 3. Jaunisse (peau et blanc des yeux jaunes) | 7. Vomissements |
| 4. Urines foncées | 8. Perte d'appétit |
| | 9. Mal de ventre |



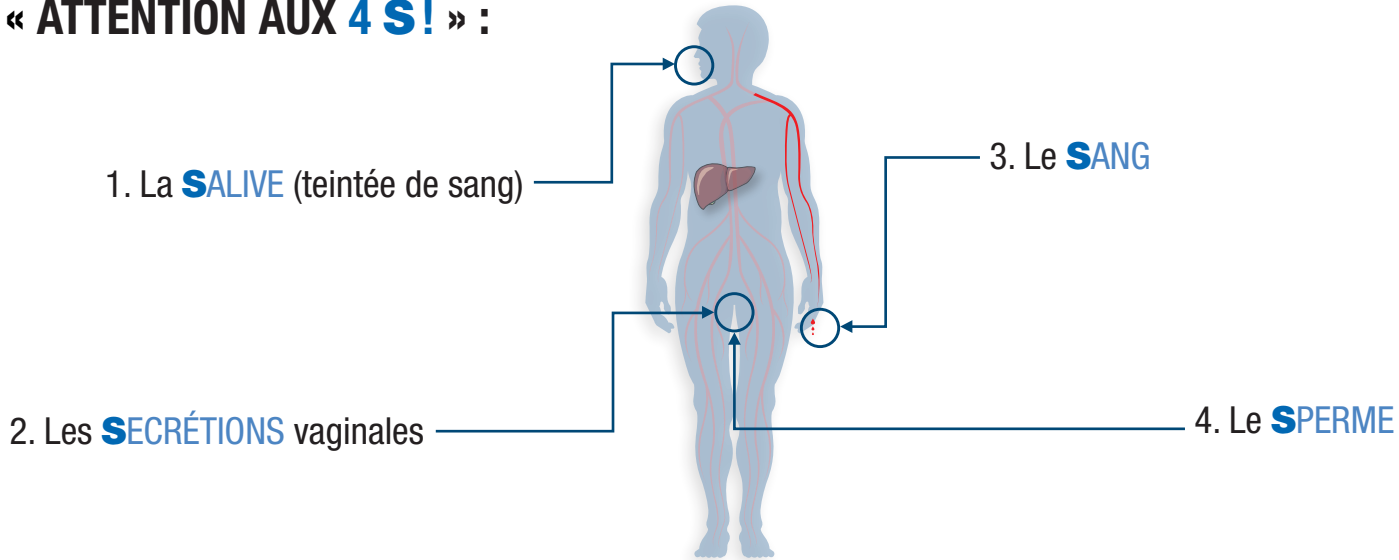
Seulement **un** adulte sur **deux** a des symptômes.

À SAVOIR !

Ces symptômes apparaissent de **six** semaines à **six** mois après le contact avec le virus. AVEC ou SANS symptômes, **toutes** les personnes infectées par le virus de l'hépatite B sont **contagieuses** !

COMMENT SE TRANSMET L'HÉPATITE B?

« ATTENTION AUX 4 S! » :



EST-CE QUE L'ON GUÉRIT DE L'HÉPATITE B ?

Sur 100 adultes qui ont l'hépatite B :



95 ADULTES guérissent sans traitement en moins de 6 mois après le début de l'infection.

Ils se retrouvent protégés toute leur vie contre l'hépatite B.



5 ADULTES restent infectés par le virus toute leur vie (porteurs chroniques).

1 ADULTE porteur chronique risque de développer une maladie du foie après plusieurs années. Par exemple, une cirrhose ou un cancer du foie.



Sur 100 enfants qui ont l'hépatite B:



10 ENFANTS
guérissent sans
traitement en moins
de 6 mois après le début
de l'infection.

Ils se retrouvent
protégés toute leur vie
contre l'hépatite B.

90 ENFANTS
demeurent infectés
par le virus
toute leur vie
(porteurs chroniques).

25 ENFANTS porteurs
chroniques risquent de
développer une maladie
du foie à l'âge adulte.
Par exemple, une cirrhose
ou un cancer du foie.



EXISTE-T-IL UN TRAITEMENT POUR GUÉRIR LES PORTEURS CHRONIQUES DU VIRUS DE L'HÉPATITE B ?

Il existe **deux** types de traitements :

- 1 Des **injections** (à l'interféron)



- 2 Des **comprimés** (antiviraux)

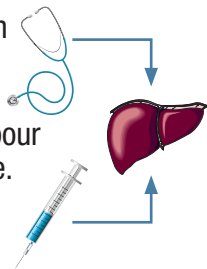


Ces deux types de traitement sont utilisés **seulement** chez certaines personnes.

Après avoir passé des examens, c'est le **médecin** qui indique **SI** un traitement est recommandé.

QUE DOIS-JE FAIRE POUR MA SANTÉ SI JE SUIS INFECTÉ ?

- Visiter mon médecin régulièrement afin de vérifier l'état de santé de mon foie.
- Me faire vacciner contre l'**hépatite A** pour éviter d'endommager davantage le foie.



- Limiter ma consommation d'alcool.
- Être prudent avec la prise de médicaments.
(Vérifier auprès d'un professionnel de la santé, comme un médecin ou un pharmacien.)

À SAVOIR !

Un vaccin contre l'hépatite A est **sécuritaire**.

Ce vaccin est offert gratuitement
aux porteurs du virus de l'hépatite B.

COMMENT PROTÉGER LES GENS DE MON ENTOURAGE IMMÉDIAT ?

En demandant à ces personnes de se faire vacciner contre l'**hépatite B** :

- Toutes les personnes qui habitent avec moi
- Mon (ou mes) partenaire(s) sexuel(s)
- Mon (ou mes) partenaires d'injection



C'est un moyen sûr et **efficace à 95 %** de prévenir l'infection. Le vaccin se donne généralement en **trois doses**. On peut recevoir le vaccin contre l'**hépatite B** chez un médecin ou au CLSC.

À SAVOIR !

Si une personne de mon entourage se trouve en contact avec mon sang, mes sécrétions vaginales ou mon sperme, il est important de contacter rapidement le service Info-Santé (811).

QUELS SONT LES GESTES DE LA VIE QUOTIDIENNE QUI NE TRANSMETTENT PAS L'HÉPATITE B ?



Les baisers



Le partage d'aliments,
de vaisselle et d'ustensiles de table



Les poignées de mains



L'utilisation du même
siège de toilette

TRANSMISSION ET PRÉVENTION DE L'HÉPATITE B

SITUATIONS À RISQUE → POUR ÉVITER DE DONNER L'HÉPATITE B



Relations sexuelles. → Toujours utiliser un condom lors de pénétrations vaginales, anales et orales.



Partage d'articles personnels, comme les rasoirs ou les brosses à dents. → Ne pas partager ses articles personnels. Placer les objets tranchants, comme les rasoirs et les lames de rasoirs, dans un contenant résistant à la perforation avant de les jeter à la poubelle.



Contact avec des objets souillés par du sang, comme les serviettes sanitaires, les tampons hygiéniques, les pansements ou les gants. → Jeter les objets souillés par du sang dans un sac de plastique résistant et bien le fermer.
→ Porter des gants jetables lors de contact avec du sang, ensuite enlever les gants et se laver les mains.



Contact direct d'une plaie avec du sang. → Couvrir avec un pansement les plaies et les lésions qui saignent ou qui coulent.



Transmission de l'hépatite B au bébé lors de l'accouchement. → Lors d'une grossesse, aviser le médecin afin que le bébé reçoive le vaccin et les immunoglobulines contre l'hépatite B dès sa naissance.



Partage d'aiguilles ou de seringues.



Utiliser seulement son propre matériel d'injection et retourner les seringues usagées dans des lieux appropriés, comme les pharmacies.



Tatouage, perçage,
électrolyse, acupuncture.



S'assurer que le matériel utilisé soit stérile ou à usage unique.



Transfusion de sang, insémination artificielle
et transplantation d'organe.



Une personne infectée par le virus de l'hépatite B ne doit pas faire un don de sang, de sperme, de tissus ou d'organe.



Contact avec du sang infecté
sur une surface ou des vêtements.



Sang sur une surface :

1. Porter des gants.
2. Essuyer les taches de sang avec un essuie-tout.
3. Nettoyer les surfaces salies par le sang avec une solution faite d'eau de javel diluée dans de l'eau (9 tasses d'eau pour 1 tasse d'eau de javel).
4. Attendre 10 minutes avant d'essuyer la surface avec un essuie-tout.
5. Se laver les mains.

Sang sur les vêtements :

En attendant de laver les vêtements souillés, déposer ceux-ci dans un sac de plastique fermé. Faire tremper les vêtements souillés dans l'eau froide pour éviter qu'ils ne restent tachés. Laver ensuite les vêtements souillés à l'eau chaude savonneuse.

Pour plus d'information,
je contacte :

1

Mon médecin :

Dr _____

2

Le service Info-Santé : **811**

3

La Fondation canadienne du foie :
www.liver.ca ou **514 876-4170**

Agence de la santé
et des services sociaux
de Laval

Québec



Direction de santé publique

www.santepublique**laval**.qc.ca

MA LISTE D' ACTIONS

- ☐ Je visite régulièrement mon médecin.
- ☐ Je suis mes traitements, si le médecin me l'a prescrit.
- ☐ Je me fais vacciner contre l'hépatite A.
- ☐ Je demande à mes proches de se faire vacciner contre l'hépatite B.
- ☐ Je fais vacciner mes enfants contre l'hépatite B.
- ☐ J'utilise un condom pour les relations sexuelles.
- ☐ Je limite ma consommation d'alcool.
- ☐ Je ne partage pas le matériel d'injection.
- ☐ Je jette les objets souillés par mon sang dans un sac de plastique.
- ☐ Je consulte mon médecin ou pharmacien avant de prendre un nouveau médicament, des vitamines ou un produit naturel.