



HÉPATITE B HÉPATITE D

Informations pour les personnes concernées

BIENVENUE

L'hépatite B est due à un virus. C'est l'une des maladies infectieuses les plus graves et les plus répandues. On estime que 257 millions de personnes dans le monde sont porteuses d'une hépatite B chronique.

Cette brochure a pour but de vous aider à mieux comprendre votre foie et l'hépatite B. Nous y aborderons les sujets suivants:

- ▶ Quelles sont les fonctions du foie et comment peut-on le garder en bonne santé?
- ▶ Qu'est-ce que l'hépatite B et comment se transmet-elle?
- ▶ Comment détecte-t-on l'hépatite B et à quoi sert la vaccination?
- ▶ Comment traite-t-on une hépatite B chronique?
- ▶ Quel est le point commun entre l'hépatite B et l'hépatite D?

QUELLES SONT LES FONCTIONS DU FOIE?

Le foie est l'un des organes les plus importants du corps humain. Il pèse environ 1.4 kg chez l'adulte et assure les fonctions suivantes:

▶ Métabolisme

Le foie extrait de la circulation sanguine les nutriments tels que les lipides ou les sucres qui ont été absorbés dans l'intestin. Il les transforme et les renvoie dans le reste du corps en fonction des besoins.

▶ Stockage

Le foie stocke les sucres, les lipides et les acides aminés. Il sert aussi de dépôt de vitamines et de fer.

▶ Détoxification

Le foie dégrade les substances toxiques telles que l'alcool ou les médicaments pour qu'elles puissent ensuite être éliminées par voie intestinale ou rénale.

▶ Digestion

Le foie produit la bile, qui est importante pour la digestion des graisses.

▶ Production de protéines

À partir des acides aminés qu'il stocke, le foie synthétise différentes protéines vitales, qui servent par exemple à la coagulation sanguine.

▶ Hormones

Le foie dégrade certaines hormones, comme les hormones sexuelles ou l'insuline, et active les hormones thyroïdiennes et la vitamine D.

COMMENT GARDER SON FOIE EN BONNE SANTÉ?

1. Prenez vos médicaments de la façon prescrite

Un surdosage de médicaments, de compléments alimentaires ou de médicaments de phytothérapie peut abîmer le foie.



2. Évitez de boire beaucoup d'alcool

Une consommation excessive d'alcool peut entraîner une grave maladie hépatique. La combinaison d'alcool et de médicaments est particulièrement toxique pour le foie.



3. Surveillez votre poids

Comme l'alcool, le surpoids abîme le foie. Si l'activité physique est insuffisante et l'alimentation trop riche en sucres, le foie devient gras, perd ses fonctions et se fibrose. Pour le garder en forme, il faut faire des repas équilibrés et s'hydrater suffisamment.



L'HÉPATITE B EN DEUX MOTS

1. L'hépatite B est **la maladie inflammatoire du foie la plus fréquente dans le monde**. Elle est provoquée par un virus.
2. Le virus de l'hépatite B (VHB) est transmis par **le sang ou d'autres fluides corporels infectés**. Le plus grand risque de transmission est celui entre la mère infectée et son enfant nouveau-né.
3. L'hépatite B aiguë peut prendre une forme **chronique**, avec à long terme un risque de fibrose (cirrhose du foie) ou de cancer du foie.
4. La **vaccination** est le moyen le plus sûr de se prémunir de l'infection par le VHB.
5. L'hépatite B chronique se traite avec des **médicaments** qui freinent la multiplication du virus et évitent les lésions hépatiques graves.
6. Les personnes infectées par le VHB courent en outre le risque d'être **contaminées par l'hépatite D**. Le risque de forme chronique est alors accru.

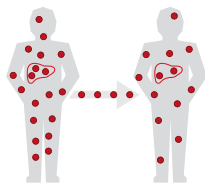
QU'EST-CE QU'UNE HÉPATITE?

- ▶ Une hépatite est une inflammation du foie provoquée par des substances toxiques ou, la plupart du temps, par des virus.
- ▶ Il existe cinq formes différentes d'hépatite virale: A, B, C, D et E. Leur transmission et leur évolution diffèrent selon le type de virus en cause.
- ▶ En Suisse, les laboratoires d'analyses déclarent chaque année environ 1'200 nouveaux cas d'hépatite B. Il peut s'agir d'infections récentes ou d'infections anciennes et déjà guéries.

	Hépatite A	Hépatite B	Hépatite C	Hépatite D	Hépatite E
Transmission	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Aliments et boissons contaminés ▶ Équipements sanitaires insuffisants 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Sang ▶ Fluides corporels 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Sang ▶ Fluides corporels 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Infection surajoutée par le VHB ▶ Sang ▶ Fluides corporels 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Aliments et boissons contaminés ▶ Équipements sanitaires insuffisants ▶ Sang (rarement) 
Prévention	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Vaccination ▶ Amélioration de l'hygiène 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Vaccination ▶ Dépistage sanguin (pendant la grossesse, avant l'accouchement, afin d'éviter la transmission mère-enfant) ▶ Amélioration de l'hygiène ▶ Rapports sexuels protégés 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Pas de vaccin ▶ Dépistage sanguin ▶ Amélioration de l'hygiène 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Vaccination ▶ Dépistage sanguin ▶ Amélioration de l'hygiène ▶ Rapports sexuels protégés 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Pas de vaccin ▶ Amélioration de l'hygiène ▶ Cuisson suffisante de la viande 
Évolution	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Guérit d'elle-même 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Évolution vers une forme chronique chez environ 10 % des personnes atteintes, risque accru surtout chez les enfants 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Évolution vers une forme chronique chez 50 à 70 % des personnes atteintes 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Évolution vers une forme chronique chez plus de 90 % des personnes atteintes 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Guérit en général complètement ▶ Évolue rarement vers une forme chronique
Traitement	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Aucun 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Médicaments antiviraux dans la forme chronique 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Médicaments antiviraux dans la forme chronique 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Aucun médicament autorisé en Suisse pour l'instant 	<ul style="list-style-type: none"> ▶ Aucun

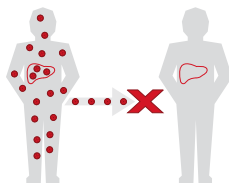
COMMENT SE TRANSMET L'HÉPATITE B?

La seule possibilité d'attraper le virus de l'hépatite B est le contact avec du sang ou d'autres fluides corporels infectés.



Les voies de transmission sont les suivantes:

- ▶ Contact sexuel
- ▶ Transmission mère (positive pour le VHB)-enfant lors de l'accouchement
- ▶ Infection du sang lors d'une blessure, d'une morsure ou d'une griffure
- ▶ Partage d'aiguilles non stériles (y compris instruments de tatouage et de piercing)
- ▶ Partage de brosses à dents ou de rasoirs



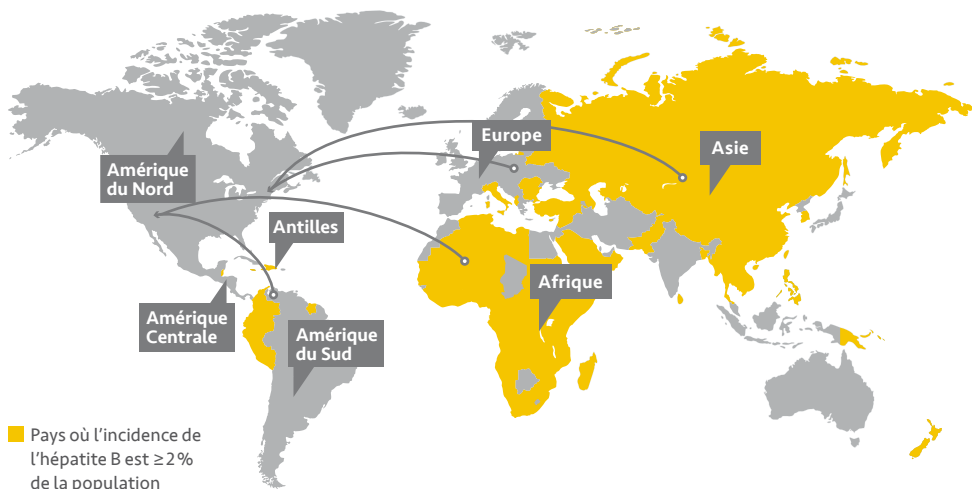
Il n'y a pas de transmission dans les situations suivantes:

- ▶ Toucher
- ▶ Baiser
- ▶ Consommation de nourriture ou de boissons
- ▶ Utilisation des mêmes couverts



Vous pouvez protéger votre famille de l'infection en connaissant et en évitant les modes de transmission de l'hépatite B.

Le virus de l'hépatite B est répandu dans le monde entier, mais davantage en Asie, au Moyen Orient, en Afrique et dans certaines régions d'Amérique du Sud. Il est important de faire attention aux modes de transmission du virus lors des voyages dans ces pays.



POURQUOI L'HÉPATITE B EST-ELLE DANGEREUSE?

L'hépatite B est chronique chez environ 5 % des adultes, et plus fréquemment encore chez les nouveau-nés et les enfants. On qualifie souvent cette forme chronique de «tueur silencieux» car le virus peut endommager le foie même si les personnes infectées ne se sentent pas malades. L'infection peut se dérouler en plusieurs stades:



1. Inflammation



2. Fibrose

Remplacement des tissus du foie par des tissus fibreux



3. Cirrhose

Fibrose avancée, compromettant le fonctionnement du foie



4. Cancer

L'hépatite B chronique est l'une des principales causes de cancer du foie

Non traitée, elle évolue vers la cirrhose ou le cancer du foie chez une personne sur douze environ.

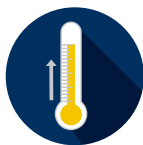


Si vous avez une hépatite B chronique, parlez-en à votre médecin. Il saura vous aider à contrôler votre maladie grâce au traitement adéquat.

QUELS SYMPTÔMES SIGNALENT UNE HÉPATITE B?

Une hépatite B aiguë est souvent asymptomatique ou produit des symptômes grippaux tels que:

- ▶ fatigue / épuisement
- ▶ douleurs articulaires
- ▶ maux d'estomac
- ▶ fièvre
- ▶ nausées et vomissements
- ▶ perte d'appétit





COMMENT DÉTECTE-T-ON L'HÉPATITE B?

Il suffit d'une analyse de sang pour savoir si vous avez une hépatite B.

Le test peut donner trois résultats:

1. À risque

Vous n'avez jamais eu d'hépatite B et n'êtes pas vacciné-e. **Il vaudrait mieux vous faire vacciner.**

2. Contagion

Vous avez une hépatite B chronique. **Consultez votre médecin.**

3. Protection

Vous êtes vacciné-e ou avez déjà eu une hépatite B et votre système immunitaire est venu à bout de la maladie. **Vous ne pouvez plus attraper une hépatite B.**

Outre la prise de sang, le diagnostic d'hépatite B chronique nécessite un prélèvement de tissus du foie (biopsie).

Un tiers seulement des personnes infectées présentent les signes caractéristiques d'une inflammation du foie: yeux et peau jaunâtres, selles claires et urine foncée.

Si la personne infectée était en bonne santé jusque là, l'hépatite B guérit en général complètement et confère une immunité à vie contre son virus.

Dans de très rares cas, l'hépatite B aiguë provoque une insuffisance hépatique qui peut être fatale.

L'infection aiguë peut aussi devenir chronique, avec des troubles aspécifiques tels que:

- ▶ malaise
- ▶ perte d'appétit
- ▶ épuisement



Si vous avez l'un des symptômes d'hépatite que nous venons de décrire, il vaut mieux vous en soucier. Consultez votre médecin et faites-vous examiner.

À QUOI SERT LA VACCINATION?

La vaccination contre l'hépatite B est un moyen sûr et efficace de prévenir l'infection par le VHB. Le vaccin est administré selon le schéma suivant:

- ▶ trois injections, les deux premières à un mois de distance et la troisième quatre mois plus tard, pour les adultes

ou

- ▶ deux injections à six mois d'intervalle pour les enfants et adolescents âgés de 11 à 15 ans.

La vaccination contre l'hépatite B est recommandée dès la petite enfance, et au plus tard avant l'âge des premiers contacts sexuels.

Informations importantes à propos de la vaccination contre l'hépatite B



- ▶ Le vaccin est **sans effet** sur les personnes qui ont déjà été infectées par le VHB.



- ▶ Le vaccin **ne transmet pas** l'infection par le VHB car il ne contient pas de virus vivant.

La vaccination contre l'hépatite B est pratiquée dans le monde entier et généralement bien tolérée. Des réactions légères au point d'injection (rougeur, douleur, gonflement) sont possibles, ainsi que des maux de tête, de la fièvre ou de la fatigue. Les réactions allergiques sont extrêmement rares.



Si vous n'avez pas été infecté-e par le VHB ni vacciné-e contre l'hépatite B, parlez de la vaccination à votre médecin: elle offre une protection sûre contre l'infection.

COMMENT TRAITE-T-ON UNE HÉPATITE AIGUË?

La forme aiguë «passe» la plupart du temps d'elle-même, sans nécessiter de médicaments. Le sang du patient et ses autres fluides corporels sont cependant infectieux jusqu'à la guérison complète.

COMMENT TRAITE-T-ON UNE HÉPATITE B CHRONIQUE?

Si on vous a diagnostiqué une hépatite B chronique, votre médecin pourra vous prescrire un médicament antiviral, par exemple:

► Analogues nucléosidiques et nucléotidiques

Ces médicaments, administrés sous forme de comprimés, empêchent le virus de l'hépatite B de se multiplier.

Le but du traitement antiviral est



► de réduire la quantité de virus de l'hépatite B dans l'organisme



► de réduire le risque de maladie hépatique telle que cirrhose du foie, insuffisance hépatique ou cancer du foie.

Des contrôles réguliers sont nécessaires pendant le traitement par des antiviraux. Le médecin surveille les progrès du traitement et les éventuels effets secondaires.

COMMENT EMPÊCHER LA PROPAGATION DE L'HÉPATITE B?

Outre la vaccination, il existe d'autres moyens simples de se protéger:

- Lavez-vous soigneusement les mains à l'eau et au savon après tout contact avec du sang
- Utilisez des préservatifs lors des rapports sexuels
- Évitez le contact direct avec le sang et les fluides corporels
- Couvrez soigneusement toutes les plaies
- Évitez de partager des instruments coupants ou pointus tels que rasoirs, ciseaux à ongles, brosses à dents, boucles d'oreille ou ornements de piercing
- Assurez-vous que les aiguilles utilisées pour le perçage des oreilles et autres piercings, les tatouages et l'acupuncture soient neuves et stériles
- Au besoin, utilisez toujours des seringues jetables stériles



QUEL EST LE POINT COMMUN ENTRE L'HÉPATITE B ET L'HÉPATITE D?

L'hépatite D est une infection virale du foie causée par le VHD.

En raison d'un défaut de sa structure, celui-ci ne peut être transmis qu'en même temps que le virus de l'hépatite B.

L'infection par le VHD peut donc se produire en même temps qu'une hépatite B (co-infection par le VHD) ou seulement plus tard, chez une personne qui a déjà une hépatite B (surinfection par le VHD).

Le VHD est transmis lorsque du sang ou d'autres fluides corporels d'une personne infectée pénètrent dans l'organisme d'une personne non infectée.

Il peut provoquer une infection aiguë de courte durée ou une hépatite chronique.

La co-infection ou la surinfection par le VHD cause généralement une atteinte hépatique plus grave que l'infection par le VHB seul.

L'hépatite D peut produire des symptômes graves, causer des lésions hépatiques définitives voire être fatale.



Si on vous a diagnostiqué une hépatite B, posez à votre médecin la question d'une possible co-infection par l'hépatite D.

NOTES

A series of horizontal dotted lines for writing notes.

