

# Hépatite C



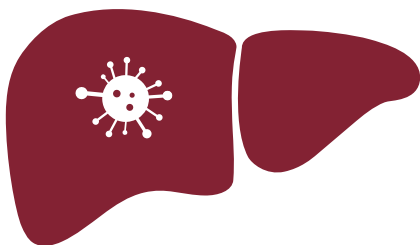
Fondation canadienne du foie  
Canadian Liver Foundation

*Donner vie à la recherche sur le foie  
Bringing liver research to life*

## Qu'est-ce que l'hépatite C?

L'hépatite C est une maladie du foie causée par le virus de l'hépatite C (VHC). Tout au long des années 1970 et 1980, l'hépatite C était appelée « hépatite non A-non B », jusqu'à ce que le virus soit identifié pour la première fois en 1989.

L'hépatite C est transmise par un contact direct de sang à sang avec une personne infectée. Le VHC n'est aucunement relié au virus de l'hépatite A et au virus de l'hépatite B. Bien que les trois formes de l'hépatite provoquent une maladie du foie, les façons de contracter ces infections et les dommages infligés sont différents.



## **Comment contracte-t-on l'hépatite C?**

L'hépatite C est transmise par le biais d'un contact direct de sang à sang avec une personne infectée. Le moyen le plus fréquent de transmission au Canada est par l'injection de drogues, même si cela a eu lieu plusieurs années auparavant ou n'a eu lieu qu'une seule fois. Le partage d'aiguilles ou de tout accessoire associé aux drogues contaminés avec le virus de l'hépatite C suffit pour transmettre l'infection.

Dans beaucoup de pays autour du monde, l'hépatite C se transmet par des pratiques de soins de santé utilisant du matériel mal stérilisé, comme dans le cas de vaccination des enfants, de soins dentaires, d'interventions chirurgicales ou de transfusions. Au Canada, le risque de contracter le VHC par transfusion de nos jours est extrêmement faible puisque le sang de tous les donneurs est testé automatiquement.

Des activités comme le tatouage et le perçage corporel, qui peuvent être effectuées sans prendre les précautions de stérilisation nécessaires, ainsi que le partage de brosses à dents et de rasoirs ou tout contact de sang à sang avec une personne infectée peuvent aussi transmettre le virus de l'hépatite C. Le risque de contracter une infection au VHC durant les interactions ordinaires à la maison ou au travail est extrêmement faible.

## **Quelles sont les personnes susceptibles de contracter une hépatite C?**

Les personnes susceptibles de contracter l'hépatite C incluent :

- Les personnes nées entre 1945 et 1975; 75 % des gens atteints de l'hépatite C sont dans cette tranche d'âge.
- Les personnes qui consomment (ou ont consommé dans le passé, même si ce fut qu'une seule fois) des drogues par injection ou partagent des accessoires associés aux drogues.
- Les personnes tatouées ou ayant des perçages.
- Les personnes qui sont nées ou qui ont vécu dans des pays où l'hépatite C est courante; on compte plusieurs pays de l'Est et du Sud de l'Europe ainsi que l'ancienne Union Soviétique, certains pays en Amérique latine, l'Afrique, le Moyen-Orient (y compris l'Égypte) et le sud de l'Asie.
- Les personnes qui ont reçu une transfusion sanguine avant 1992.
- Les personnes dont les partenaires sexuels sont séropositifs pour le VHC.

Pour évaluer les facteurs de risque et déterminer si un test s'avère nécessaire, consultez [liver.ca/HepatitisQuestionnaire](http://liver.ca/HepatitisQuestionnaire) et remplissez un court questionnaire.



## **Puis-je contracter l'hépatite C en ayant des relations sexuelles non protégées?**

On considère que le taux de transmission par contact sexuel est très faible, mais de nouvelles infections surviennent lors de rapports non protégés.

Les couples de longue date doivent décider eux-mêmes s'ils utiliseront ou non les condoms régulièrement. Ils doivent cependant éviter les relations sexuelles non protégées durant les menstruations si la femme est positive pour le VHC.

Les personnes qui ont plusieurs partenaires sexuels doivent toujours avoir des relations sexuelles protégées non seulement pour diminuer le faible risque de transmission de l'hépatite C, mais aussi pour minimiser le risque de contracter d'autres infections transmissibles sexuellement.

Les personnes atteintes de VIH/sida présentent un risque plus élevé de contracter l'hépatite C lors de rapports non protégés.

## **Puis-je avoir des enfants ou allaiter si je suis atteinte d'hépatite C?**

Le risque qu'une mère transmette l'hépatite C au nouveau-né lors de l'accouchement est d'environ 5 %, aussi la plupart des nouveau-nés dont la mère est infectée ne contracteront pas le virus. Il est très peu probable qu'un père infecté au VHC le transmette à son enfant.

L'allaitement ne semble pas transmettre l'hépatite C sauf si les mamelons sont fissurés ou saignent.

## **Quels sont les symptômes de l'hépatite C?**

La plupart des personnes atteintes d'hépatite C ne présentent aucun symptôme et peuvent se sentir très bien. Certaines personnes peuvent à l'occasion souffrir d'une éruption cutanée ou de douleur aux articulations.

Si le foie d'une personne est endommagé, elle pourrait alors développer de la fatigue, de la jaunisse (jaunissement des yeux et de la peau), de l'enflure à l'abdomen et aux chevilles, de la confusion ou des saignements internes.

## **Que se passe-t-il à mesure que la maladie évolue?**

La plupart des gens atteints d'hépatite C chronique se sentent bien durant des années. Cependant, il existe un risque à vie d'environ 50 % de développer des complications issues de l'hépatite C chronique comme la cirrhose (cicatrisation du foie), l'insuffisance hépatique et le cancer du foie.

Au Canada, l'hépatite C est la raison la plus fréquente pour laquelle une personne nécessiterait une transplantation du foie. Le plus tôt vous découvrez que vous êtes atteint d'hépatite C, meilleures sont les chances que le traitement soit réussi.

## **Comment savoir si je suis atteint d'hépatite C?**

La plupart des personnes ignorent qu'elles sont atteintes d'hépatite C et peuvent en être porteuses sans le savoir durant des décennies. Seul un test sanguin peut déceler une infection par le virus de l'hépatite C. Si vous croyez avoir été exposé au VHC à cause de l'utilisation d'aiguilles ou d'accessoires contaminés, d'une transfusion de sang ou de produits du sang, ou d'une autre raison, vous devez consulter un prestataire de soins de santé et faire un prélèvement sanguin pour déceler l'hépatite C.



## **Que se passe-t-il si le test est positif?**

Si votre test est positif et qu'il révèle la présence d'anticorps au VHC, votre prestataire de soins de santé doit effectuer un second test sanguin pour déceler la présence réelle de matériel viral (ARN VHC) dans votre sang, ainsi que d'autres tests sanguins pour vérifier si votre foie présente une quelconque inflammation ou cicatrisation. Environ 25 % des personnes infectées par le VHC présentent une maladie légère et brève et se débarrassent complètement du virus après y avoir été exposé. Dans ce cas, les anticorps au VHC demeurent habituellement décelables dans le sang, tandis que le matériel viral réel ne peut pas être décelé; ces personnes sont donc guéries de l'infection de l'hépatite C mais ne sont pas protégées d'une nouvelle infection si elles sont de nouveau exposées au VHC. Si le virus ne disparaît pas après six mois, il s'agit d'une infection chronique. Une fois chronique, si elle n'est pas traitée, elle demeurera une infection à vie.

*De nouveaux traitements sont très efficaces et peuvent atteindre des taux de guérison de plus de 95 %.*

## **Puis-je en guérir?**

**Oui**, on peut guérir d'une infection au VHC. Guérison n'est pas synonyme ici de suppression ou de contrôle de l'infection mais plutôt d'une véritable guérison.

## Quelles sont les options de traitement?

Depuis 2010, d'énormes progrès ont été réalisés en ce qui concerne le traitement de l'hépatite C chronique. De nouvelles thérapies appelées antiviraux à action directe (AAD) sous forme de pilules agissent sur le virus même dans le but de l'éradiquer de l'organisme, contrairement aux médicaments traditionnels comme les injections d'interféron dont l'action vise à stimuler la réponse immunitaire pour éliminer le virus.

Ces nouveaux traitements sont très efficaces et peuvent atteindre des taux de guérison de plus de 95 %. Dans pratiquement tous les cas, il n'est plus nécessaire d'avoir recours à l'interféron, qui était responsable pour plusieurs effets secondaires associés dans le temps avec les traitements de l'HCV.

Les nouvelles combinaisons de traitement sont très simples, il suffit d'une ou de quelques pilules par jour (pendant 8 à 24 semaines), avec un minimum d'effets secondaires. Le traitement est au summum de son efficacité avant que les dommages au foie soient prononcés mais reste efficace à tous les stades de la maladie.

Votre médecin traitant vous orientera vers un spécialiste au besoin pour déterminer si vous êtes qualifié pour recevoir le traitement.

Un spécialiste vous aidera à décider quel traitement médicamenteux vous convient le mieux d'après la gravité de votre maladie du foie, la souche ou le génotype du virus et si vous avez été traité ou non auparavant.

Si vous n'êtes pas actuellement éligible pour un traitement, il est impératif d'assurer le suivi de l'état de votre foie au moins une fois par an afin de surveiller la progression de la maladie. Des examens réguliers de votre foie sont fortement recommandés. Bien que l'insuffisance hépatique et un cancer puissent être les conséquences finales de cette maladie, votre prestataire de soins de santé sera en mesure de détecter les changements au foie bien avant que cela ne survienne. Traiter une infection de l'hépatite C réduit considérablement le risque de ces maladies.



## Comment puis-je entretenir un mode de vie sain avec l'hépatite C?

Il est important que les personnes atteintes d'hépatite C apportent des changements à leur mode de vie, notamment :

- Maintenir un poids santé.
- Suivre un régime alimentaire équilibré, nutritif.
- Pratiquer régulièrement une activité physique.
- Éviter l'alcool.
- Se faire immuniser contre l'hépatite A et l'hépatite B.

L'alcool accélère les dommages au foie causés par une infection au VHC, aggravant la cicatrisation du foie ainsi que la progression vers la cirrhose. En outre, la consommation d'alcool peut accroître le risque de développer un cancer du foie chez certaines personnes atteintes d'une infection au VHC.



L'hépatite C augmente le risque de diabète, il est donc important d'entretenir un mode de vie sain. Plusieurs études ont démontré que boire du café (2 à 3 tasses par jour) pourrait ralentir la progression du dommage au foie et réduire le risque de cancer hépatique chez les personnes souffrant d'une infection de l'hépatite C.

Aucune thérapie alternative ne s'est avérée sécuritaire et efficace comme traitement de l'hépatite C, y compris les remèdes à base de plantes, l'homéopathie et les minéraux. Même les produits « naturels » qui annoncent leur capacité à améliorer la santé du foie peuvent être nocifs pour celui-ci. Il faut indiquer à votre prestataire de soins de santé tous les médicaments et remèdes alternatifs que vous prenez.



## Comment puis-je protéger les autres?

Si un diagnostic d'hépatite C vous a été posé, il n'est pas nécessaire de vous isoler socialement, mais il existe des précautions logiques que vous devez prendre pour éviter de transmettre le virus :

- Ne donnez pas de sang.
- Ne partagez pas de brosses à dents et de rasoirs.
- Si vous utilisez des drogues, ne partagez pas les aiguilles ou d'autres accessoires associés aux drogues.
- Avertissez les professionnels de la santé qui s'occupent de vous et qui pourraient être exposés à votre sang que vous êtes atteint d'hépatite C.
- Même si la transmission sexuelle est rare, informez votre ou vos partenaires sexuels que vous êtes atteint d'hépatite C et prenez les précautions appropriées.

*Grâce à la recherche, nous avons des tests pour identifier le virus et des thérapies efficaces qui peuvent guérir l'hépatite C; Cependant il n'y a pas encore de vaccin pour la prévention de l'hépatite C.*



# FONDATION CANADIENNE DU FOIE

1 Canadien sur 4 souffrirait d'une maladie du foie; et elle touche tout le monde, des nouveau-nés aux personnes âgées.

Fondée en 1969, la Fondation canadienne du foie (FCF) est l'unique organisme de bienfaisance au Canada axé sur la santé du foie, ainsi que la source principale de subventions sur la santé du foie

Aujourd'hui nous nous engageons à *donner vie à la recherche sur le foie* en levant des fonds pour promouvoir la santé du foie, sensibiliser le public, financer la recherche et offrir un soutien aux personnes affectées par la maladie du foie.

Visitez **[liver.ca/dons](http://liver.ca/dons)** pour soutenir la recherche sur le foie.

## Bureau national

3100, avenue Steeles est, bureau 801  
Markham (Ontario) L3R 8T3

Tél. : (416) 491-3353

Sans frais : 1 (800) 563-5483

Télec. : (905) 752-1540

Courriel : [clf@liver.ca](mailto:clf@liver.ca)

[www.foie.ca](http://www.foie.ca)

Suivez nous sur  et  @FondationFoie



Fondation canadienne du foie  
Canadian Liver Foundation

*Donner vie à la recherche sur le foie  
Bringing liver research to life*